Warszawa, 9.08.2022

**Regularne nawilżanie ciała**

**Czyli siła dobrych nawyków!**

**Piękna skóra to ta elastyczna, jędrna, o naturalnym kolorycie i młodym, zdrowym wyglądzie. Taka skóra to cel wszystkich zabiegów – tych w SPA i tych należących do rytuału domowej pielęgnacji. Kluczem do jej osiągnięcia jest regularne, skuteczne nawilżenie. Co to znaczy? Kosmetolog odpowiada.**

Skóra potrzebuje odpowiedniego poziomu nawilżenia. Ten fakt nie ulega wątpliwości. Gdy traci wodę, staje się matowa, pozbawiona blasku, a upływ czasu widać na niej „jak na dłoni”. Cera przesuszona lub odwodniona staje się także mało podatna na codzienne zabiegi kosmetyczne – te z obszaru anti-ageing oraz te, które służą niwelowaniu niedoskonałości, np. przebarwień i naczynek. Jak często powinniśmy nawilżać twarz, ciało i skórę dłoni?

**Regularnie – co to oznacza?**

– *Nawilżanie skóry to absolutna podstawa sukcesu w kosmetologii. To istotne, byśmy stosowały kosmetyki nawilżające bardzo regularnie. Często mamy dobre chęci by zadbać o ciało… ale ograniczamy się jedynie do aplikacji balsamu raz dziennie, po wieczornej kąpieli, lub nawet raz na kilka dni. Nie mamy świadomości, że to niewystarczające i robimy duży błąd* – **mówi Agnieszka Kowalska, Medical Advisor, ekspert marki Sielanka. –** *Nawilżajmy skórę twarzy i ciało 2 razy dziennie, a dłonie – jak najczęściej, najlepiej po każdym myciu.**Żeby zmaksymalizować efektywność naszych działań, wybierajmy produkty zawierające komponenty szczególnie sprzyjające nawilżeniu… jak pestki malin lub ekstrakt z miodu. Idealnym rozwiązaniem są także propozycje z kompleksem prebiotycznym, dzięki któremu wspieramy równowagę mikrobiomu naszej skóry* – **dodaje.**

Jak podkreślają eksperci, szczególnie w okresie letnim, warto wybierać produkty pozbawione bardzo tłustego filmu. Dzięki temu łatwiej będzie nam częściej powtarzać procedurę aplikacji. – *Wygodnym rozwiązaniem są kremy o konsystencji żelowej jak Sielanka Krem-żel do rąk i paznokci nawilżająco-odmładzający Leśna Jeżyna. Kiedy nie czujemy na skórze ciężkiego filmu, chętniej i częściej sięgamy po taki kosmetyk. To naturalne –* **mówi Agnieszka Kowalska.**

**Nawilżenie? Woda!**

Czy wiesz, że woda stanowi ponad 60 proc. objętości naszego organizmu? Stanowcza jej większość znajduje się w komórkach, tworząc podstawę dla kluczowych procesów metabolicznych. Wniosek – kompleksowe nawilżenie to to, o które dbamy podczas rytuałów pielęgnacyjnych oraz to, którego dostarczamy organizmowi (w tym właśnie skórze) „od środka”. Pijmy wodę. Absolutnym minimum dla zdrowej osoby są 2 litry płynów dziennie!

**Twarz, ciało i dłonie**

Jak podkreślają eksperci, zwykle najbaczniejszą uwagę zwracamy na zabiegi pielęgnacyjne dotyczące twarzy. Używamy nawilżających produktów do oczyszczania cery, takich jak np. płyny micelarne, żele do mycia, a następnie nanosimy serum, kremy… i mamy poczucie dobrze spełnionego obowiązku. I powinniśmy mieć… ale nie całkowicie. Do „zaopiekowania” pozostaje jeszcze ciało i dłonie, o których zdarza nam się zapomnieć w ferworze codziennych zajęć.

No właśnie… a może rytuał nawilżenia może stać się motywatorem do celebrowania chwili błogiego relaksu zdala od miejskiego zgiełku? Nawet jeśli ta chwila ma trwać tylko moment, to ulubiony, owocowy lub miodowy zapach może przenieść nas do innego świata.

**Nawilżenie dla ciała i relaks dla ducha!**

A zatem nauczmy się czerpać przyjemność z chwili pielęgnacyjnych rytuałów. Jak to zrobić? Nanoś masło do ciała rano i wieczorem, ale… jedną z tych sesji zarezerwuj TYLKO dla siebie. Znajdź 15 minut, podczas których będziesz mogła uciec od obowiązków i zatracić się w pięknym zapachu czy porywającej konsystencji! Przy pięknej, ulubionej muzyce lub śpiewie ptaków zza okna. Nie masz na to czasu? 15 minut to dokładnie tyle, ile zajmuje Ci wypicie porannej kawy lub wieczornego kakao… No właśnie! Poczuj się sielsko-anielsko!

****

**Masło do ciała**

**Dziewczyna jak malina!**

Bogate w składniki aktywne masło do ciała o malinowym zapachu, stworzone, aby dostarczyć skórze maksimum regeneracji, odnowy i odżywienia. Zawarty w recepturze drogocenny olej malinowy zawierający silne przeciwutleniacze, jak karotenoidy oraz flawonoidy, chroni DNA komórek.

Pojemność: 250 ml

Cena: 9,80 zł

****

**Masło do ciała**

**Linia kraina mlekiem i miodem płynąca**

Witalizujące masło do ciała otulające słodkim zapachem miodu z mlekiem. Zawiera kompleks prebiotyczny o działaniu wzmacniającym, odbudowującym i chroniącym mikrobiom, którego zaburzenia równowagi są jedną z przyczyn powstawania podrażnień i chorób skórnych.

Pojemność: 250 ml

Cena: 9,80 zł

**Krem-żel do rąk i paznokci nawilżająco-odmładzający jeżyna**

**Leśna jeżyna**



Lubisz kiedy skóra Twoich dłoni wygląda zdrowo i jest miękka w dotyku? Jeżeli tak, to ten produkt jest właśnie dla Ciebie! Zachwyć się intensywnym zapachem, który otuli dłonie słodyczą jeżyn. Bogaty w składniki odżywcze krem, przeznaczony jest do codziennej pielęgnacji wymagającej skóry dłoni.

Zawiera ekstrakt z jeżyn, olej z pestek jeżyn i witaminy C i E, które intensywnie nawilżają skórę, poprawiają jej elastyczność i spowalniają procesy starzenia. Aksamitna konsystencja produktu sprawia, że bardzo szybko się wchłania, nie pozostawiając tłustej i lepkiej warstwy. Krem stosowany codziennie wzmacnia i odbudowuje barierę hydrolipidową.

Pojemność: 100 ml

Cena: 4,90 zł

**Kontakt dla mediów:**

Agnieszka Nowakowska

Manager PR

e-mail: [agnieszka.nowakowska@festcom.pl](mailto:agnieszka.nowakowska@festcom.pl)

mob: 660777909

###

Sielanka to polska marka, która śmiało czerpie to, co najlepsze z natury i tradycji. Każda z serii „utkana została” z inspiracji cennym, naturalnym składnikiem m.in. maliną, jeżyną oraz mlekiem i miodem. W skład linii wchodzą kosmetyki do oczyszczania i pielęgnacji włosów i ciała m.in. płyny micelarne, masła do ciała, szampony i maski do włosów 2 w 1 – zawierające do 95 proc. składników naturalnych. Za innowacyjnością produktów marki Sielanka stoi ponad dekada doświadczenia jej twórców. Za markę Sielanka odpowiada Empire Pharma, która jest polskim producentem wpisanym do wykazu Zakładów Wytwarzających Kosmetyki pod numerem HŻ/1434/K/011. Przedsiębiorstwo posiada wdrożone systemy jakości ISO 22716:2007 (good manufacturing practice).

<https://sielanka-kosmetyki.pl/>