Warszawa, 24.03.2024

**Ukojenie i normalizacja pH**

**Co warto wiedzieć o perfekcyjnej tonizacji?**

**Tonizacja to jeden z filarów perfekcyjnie przeprowadzonego rytuału pielęgnacyjnego – i absolutne must-have. Tonizacja normalizuje pH, wspiera mikrobiom, ale to jeszcze nie wszystko. Dobrze dobrany tonik może regenerować skórę, koić i odżywiać. Co jeszcze warto wiedzieć na temat tonizacji? Kosmetolog radzi.**

Eksperci wskazują, że perfekcyjne dobrany tonik powinien pełnić dwie równoważne funkcje. Po pierwsze, powinien służyć utrzymaniu właściwego poziomu pH, a po drugie – powinien odżywiać i regenerować skórę.

**pH i pożyteczne bakterie**

Czy wiesz, że na naszej skórze (także na skórze twarzy) bytują pożyteczne bakterie? Naukowcy podają, że jest ich ok. 300 szczepów. To tzw. mikrobiom, czyli armia drobnoustrojów, które bronią naszego organizmu przed niekorzystnymi czynnikami zewnętrznymi, w tym przed wirusami, bakteriami i grzybami. Wspierają także utrzymanie równowagi hydrolipidowej skóry. Eksperci podpowiadają, że działanie pożytecznych bakterii ma także realny wpływ np. na efektywność działań przeciwstarzeniowych. A zatem, to sprawa kluczowa.

I tu wkracza tonizacja, a raczej jej ogromne znaczenie dla zachowania równowagi mikrobiomu. – *Prawidłowe pH naszej skóry wynosi około 5, czyli ma ona odczyn lekko kwaśny.* *To właśnie w takim środowisku najlepiej rozwijają się pożyteczne bakterie. Tym czasem po myciu oraz demakijażu pH może gwałtownie wzrosnąć, nawet do 8* – **powiedziała Agnieszka Kowalska, Medical Advisor, ekspert marki Sielanka.** – *Praktyka pokazuje, że na podwyższenie pH mogą mieć wpływ np. częste wizyty na basenie, a także dobór niewłaściwych produktów do demakijażu. Niezależnie od przyczyny należy regularnie normalizować pH poprzez użycie odżywczego toniku. Tonik warto aplikować co najmniej po każdym myciu lub demakijażu. Latem – możemy tonizować cerę częściej, traktując tonik jak orzeźwiającą mgiełkę. W ten sposób multiplikujemy korzyści. Najlepiej jeśli wybrany przez nas produkt będzie zawierał prebiotyki, które sprzyjają odbudowie mikrobiomu. Taki tonik będzie odżywiał, wzmacniał i odbudowywał skórę* – **dodała.**

**Regeneracja i nawilżenie**

Kosmetolodzy podpowiadają, że normalizacja pH nie jest jedyną pożyteczną funkcją, jaką może spełniać tonizacja. Dobrze dobrany tonik „potrafi” skutecznie działać regulująco, regenerująco i nawilżająco. – *Warto szukać toników, które w swoim składnie mają niacynamid, np. Nawilżający tonik do twarzy Sielanka Na dole fiołki. Niacynamid to inaczej witamina B3, czyli aktywna forma witaminy B, która wzmacnia barierę ochronną skóry, pomaga utrzymać odpowiedni poziom nawilżenia, a także działa łagodząco. W przypadku codziennej pielęgnacji jest to właściwość na wagę złota* – **powiedziała Agnieszka Kowalska**

**Dobre nawyki, czyli jak stosować tonik**

**Obraz zawierający przybory toaletowe, butelka, Roztwór, tekst

Opis wygenerowany automatycznie**Jak prawidłowo stosować tonik do twarzy? Przede wszystkim należy pamiętać, o funkcji, jaką spełnia… a raczej, jakiej nie spełnia. Tonik nie służy do zmywania makijażu. To jeden z częściej spotykanych błędów w rutynie pielęgnacyjnej! Tym czasem pora na aplikację toniku przychodzi dopiero po kompleksowym oczyszczeniu skóry. Jak nanosić kosmetyk? – *To zależy od opakowania. Jeśli wybrany przez nas tonik ma atomizer, po prostu spryskujemy twarz i czekamy na jego wchłonięcie, a następnie nanosimy serum i krem. Jeśli nasz ulubiony produkt nie ma atomizera, tonik możemy nanieść wacikiem delikatnie dotykając nim ciało* – **podpowiada Agnieszka Kowalska.**

**Nawilżający tonik do twarzy**

**Sielanka Na dole fiołki**

Bogaty, nawilżający tonik do twarzy to ważny krok w codziennej pielęgnacji skóry. Zawiera kompleks prebiotyków, które wzmacniają, odżywiają i odbudowują skórę. Dodatkowo niacynamid działa regulująco na skórę. Jego świeża i lekka konsystencja szybko wchłania się w skórę. Już od pierwszej aplikacji skóra jest promienna, odzyskuje blask i gładkość.

Pojemność: 200 ml

Cena: 20 zł

**Kontakt dla mediów:**

Agnieszka Nowakowska-Twardowska

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/>