**Pielęgnacja podstawą dobrego makijażu**

Co jest najważniejsze w makijażu? Co jest dla Was ważne? To jak odpowiadamy na te pytania determinuje bardzo często czy jesteśmy laikami, pasjonatami czy profesjonalistami. Jakimi opozycjami kierujemy się w obrębie kreowania swojego wizerunku, w malowaniu się, ubieraniu? (np. drogo vs tanio; wygodnie vs ładnie). Co ma dla nas znaczenie, co stanowi nasz priorytet?

Dla mnie makijaż musi posiadać dwie cechy: być nieszkodliwy (czyli taki, który nie pogarsza stanu naszej skóry) i poprzedzony dobrą pielęgnacją. Ponieważ dobry makijaż zaczyna się wraz z pierwszym krokiem pielęgnacji twarzy, nie zapominajcie o tym!

Jak w prosty sposób zadbać o skórę swojej twarzy? Nasza skóra, podobnie jak cały nasz organizm reaguje na różne czynniki zewnętrzne jak i wewnętrzne wysyłając nam przeróżne znaki. Nie bez powodu mówi się często o konieczności "wsłuchania się" w swój własny organizm. Czy istnieje gotowy przepis na sukces? Oczywiście, że nie, każdy musi "wypracować" swoją rutynę pielęgnacyjną poprzez metodę prób i błędów. Istnieje natomiast szereg ogólnych zasad, które stanowią podstawę pielęgnacji i które należy znać (oto moja subiektywna lista najważniejszych z nich, Wasze kompendium):

1. Zawsze dokładnie zmywaj makijaż przed snem, skóra musi być oczyszczona.
2. Czytaj skład produktów, staraj się wybierać kosmetyki, które będą najmniej szkodliwe.
3. Pamiętaj, na stan Twojej skóry bardzo mocno wpływa gospodarka hormonalna Twojego organizmu a także dieta, palenie i odwodnienie. Pij dużo wody! Zobaczysz znaczną poprawę elastyczności i kolorytu swojej skóry.
4. Staraj się nie podrażniać skóry, wybieraj peelingi enzymatyczne.
5. Po demakijażu tonizuj skórę
6. Zawsze używaj kremu, najlepiej na dzień i na noc.
7. Uważaj na produkty antytrądzikowe i kosmetyki zawierające alkohol w swoim składzie. Niestety bardzo częstym powodem trądziku jest skrajne przesuszenie skóry co doprowadza do nadmiernej produkcji sebum skóry. Efekt polepszenia się stanu skóry jest często pozorny i chwilowy dając w dłuższej perspektywie jeszcze gorsze rezultaty. Oczywiście każdy przypadek jest jednostkowy, warto jednak zwrócić na to uwagę.
8. Każda skóra potrzebuje nawilżenia, sucha, normalna, trądzikowa, tłusta. Nie zapominaj o tym. Jeżeli szukasz kremów o lekkiej formule, wybierz żel-krem.
9. Sięgaj po maseczki i serum do twarzy a także kremy pod oczy.
10. Żaden makijaż, nawet spod pędzla mistrza, nie jest w stanie wyglądać perfekcyjnie bez wcześniejszej pielęgnacji (codziennej)