

Натуральная косметика

Особенности базового ухода
за кожей в зимний период

+

рецепты



Светлана Усович

Светлана Усович

Натуральная косметика.

Особенности базового ухода

за кожей в зимний период

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70331230
SelfPub; 2024

Аннотация

Мы все хотим хорошо выглядеть и сохранить молодость, но это не всегда просто среди суеты и напряжения нашего повседневного ритма. Что, если я скажу вам, что есть некоторые действительно простые и эффективные рецепты натуральной косметики, которые вы легко можете приготовить своими руками? В этой книге вы найдете рецепты двух удивительных и полезных продуктов: натурального скраба для губ и бальзама для губ, а также получите важные советы о правильном уходе за кожей зимой.

Содержание

Правила базового ухода за кожей лица зимой	9
Скраб для губ	12
Бальзам для губ	16
Стерилизация и дезинфекция посуды и оборудования	19
Свойства масел	22
Контакты:	26

Светлана Усович

Натуральная косметика.

Особенности базового

ухода за кожей в

зимний период

Приветствую всех читателей!

Меня зовут Светлана Усович, и я с радостью представляю вам мою книгу об особенностях базового ухода за кожей в зимний период и создании натуральной косметики.

Более четырех лет я занимаюсь этим увлекательным процессом, а именно, созданием натурального мыла с нуля и косметических средств собственными руками.

За это время я сварила сотни килограммов натурального мыла и скрабов для тела, приобретая бесценный опыт, благодаря которому составляю самые эффективные рецепты.

Моя философия заключается в создании качественной и эффективной косметики по доступной цене. Я верю, что каждая женщина заслуживает использовать косметику, которая не только помогает в уходе за кожей, но и создает на-

стоящий праздник и релакс для души.

Я искренне надеюсь, что моя книга и мой опыт в создании натуральной косметики помогут вам обрести гармонию и красоту, сделать ежедневные процедуры ухода особенными и комфортными. Разделив с вами свой опыт, я дарю вам возможность создать собственную натуральную косметику, которая принесет вам не только радость, но и уверенность в ее качестве.

Мой опыт в создании натуральной косметики позволил мне разработать авторский курс по мыловарению с нуля и курс по созданию СПА-продуктов, марафон – практикум «Вселенная СПА. Природное блаженство своими руками.

Эти курсы предназначены для тех, кто никогда не занимался созданием косметических средств, а также для тех, кто уже имеет определенные навыки в этой области и хочет расширить свои знания.

Марафон – практикум «Вселенная СПА. Природное блаженство своими руками» станет прекрасной возможностью для каждого, кто стремится ухаживать за собой при помощи натуральной косметики и таким образом проявить заботу о себе и своих близких.

На марафоне вы получите всю необходимую информацию и практические навыки, которые помогут вам создать свои собственные натуральные СПА-продукты в домашних условиях. Благодаря знаниям, полученным на марафоне вы сможете экономить деньги, избегать вредных компонентов, со-

держаться в коммерческой косметике и наслаждаться преимуществами натурального ухода за собой.

Со мной ты точно научишься варить натуральное мыло, делать скрабы, баттеры и многие другие полезные продукты для себя и своих близких!

А также я являюсь основателем бренда "Мыльный бутик Flower Story".

Мыльный бутик "Flower Story" – это СПА – косметика для домашнего ухода с максимально натуральным и понятным составом.



Вся продукция, представленная мной, имеет Декларации соответствия, что подтверждает их безопасность и соответствие регламентам Евразийского экономического союза.

Вы можете приобрести мою косметику на маркетплейсе Вайлдберриз, где она доступна для всех желающих.

Спасибо, что выбрали меня в качестве вашего проводника в мир натуральной косметики!

С уважением,

Светлана Усович

Правила базового ухода за кожей лица зимой

Зима – это не только волшебное время года, но и период, когда нашей коже нужно добавить немного больше любви и заботы.

Сегодня расскажу вам о правилах базового ухода за кожей лица в холодные месяцы, а также поделюсь несколькими советами и рецептами по созданию натуральной косметики.

Что такое базовый уход за кожей?

Это ежедневные рутины и процедуры, направленные на то, чтобы сохранить ее здоровой и красивой.

Перепады температур, холодные ветра, морозы и отопительные приборы отрицательно влияют на состояние нашей кожи, вызывая сухость, раздражение и дискомфорт. Ветер и холод отнимают у кожи влагу гораздо сильнее, чем активное солнце.

Представьте себе, если дома жарко, а за окном – минус 25 градусов, кожа испытывает стресс и не успевает восстановить водный баланс в таких условиях.

В зимнее время коже необходимо дополнительное увлажнение, питание и защита.

Поэтому летние, легкие, гелевые текстуры следует заменить на более плотные средства, например, интенсивные питательные кремы. Насыщенные и плотные текстуры помогут поддержать защитные функции кожи и создадут на ее поверхности защитную пленку, которая предотвратит испарение влаги и обеспечит длительное ощущение комфорта.

В базовом уходе за кожей зимой все составляющие должны сохраниться: очищение, тонизация, увлажнение и питание.

Очищение кожи должно быть особенно бережным и мягким. Лучше использовать пенки, муссы или молочко, гидрофильное масло – только мягкие формулы, избегая агрессивных средств. Избегайте горячей воды, так как она может вызвать дополнительное раздражение.

Для тонизации необходимо использовать только мягкие увлажняющие средства, которые нейтрализуют отрицательное воздействие воды и обеспечивают необходимое восстановление.

И стоит избегать тоников с содержанием спирта, иначе вы рискуете столкнуться с сухостью и ухудшением дерматологических проблем.

Одно из основных правил ухода зимой – наносить увлажняющие средства (сыворотки, эмульсии, гели) вечером, чтобы минимизировать испарение. А средства с более плотными текстурами, предназначенные для питания и защиты, лучше использовать утром перед выходом на улицу. При

этом крем следует наносить за 40-60 минут (а лучше за 1,5-2 часа) до выхода на улицу.

В мире красоты новинки появляются и исчезают с невероятной скоростью. Производители косметических средств без устали предлагают новые формулы.

В этом необъятном море косметических продуктов становится сложно разобраться, что действительно необходимо, а что просто приятно иметь.

Скраб для губ

Одним из спорных продуктов является скраб для губ.

Кто-то считает его бессмысленной тратой денег, совершенно ненужным предметом в вашей косметичке.

Другие признают, что можно обойтись без отдельного скраба, но все же пользуются им просто из-за удобства.

А третьи склонны считать, что использование специального скраба для губ вполне логично.

Давайте разбираться.

Особый скраб для губ действительно имеет смысл, поскольку многие скрабы для лица имеют предупреждающую надпись: "не использовать для губ и области вокруг глаз". Это указывает на то, что стандартная формула продукта агрессивна для этих зон и может повредить их, а не принести пользу.

Однако, вы наверняка согласитесь с тем, что губы склонны к сухости и шелушению гораздо больше, чем кожа лица, особенно в осенне-зимние периоды.

Задача скраба состоит в удалении ороговевших клеток кожи с минимальным воздействием.

Скраб должен быть достаточно интенсивным, чтобы вы-

полнить свою задачу, но в то же время деликатным, чтобы не повредить кожу. Для этой цели в качестве эксфолианта (скрабирующих частиц) можно использовать не только измельченные косточки миндаля, абрикоса и др., но и другие ингредиенты, которые доступны и имеются в каждом доме.

Один из таких компонентов – сахар.

Он действует более бережно, чем солевой или кофейный, в которых могут содержаться крупные частицы.

Кристаллы сахара быстро тают, не травмируя кожу.

Итак, мы с вами убедились в том, что скраб для губ действительно работающий продукт и я предлагаю создать свой собственный натуральный скраб для губ

Перуанский шоколад

Нам понадобятся:

Масло ши (карите) – 5 гр

Масло авокадо – 5 гр

Масло кокоса нераф. – 10 гр

Витамин Е – 0,5 гр

Сахар мелкий

Порошок какао

Приступаем к созданию своего идеального скраба для губ.

Взвешиваем масло ши (карите) и масло авокадо в термостойкий стаканчик

Теперь смесь масел нужно расплавить на водяной бане, не доводя до кипения

В расплавленные масла добавить масло кокоса не рафинированное, так оно максимально сохранит все полезные свойства и аромат

Смесь масел тщательно перемешать до расплавления масла кокоса, добавить какао порошок.

Добавить витамин Е, тщательно перемешать.

Добавить мелкий сахар до нужной консистенции, перемешать

Какао порошок можно заменить на пищевой краситель или косметический пигмент.

По желанию можно добавить пищевой ароматизатор.

Наш скраб готов и теперь его нужно переложить в стерильную баночку и можно пользоваться!

Использовать не чаще 1 – 2 раза в неделю.

Способ применения

Небольшое количество скраба нанести на губы легкими, массирующими движениями, оставить на несколько минут, затем смыть водой. После скрабирования нанести бальзам для губ.

Противопоказания

Каким бы полезным не был скраб для губ, нужно помнить, что есть противопоказания, при которых скраб использовать нельзя:

Герпес, в стадии обострения.

Повреждения губ.

Реабилитация после пластики.

Бальзам для губ

Бальзам для губ становится незаменимым помощником в борьбе с неприятными ощущениями, вызванными сухостью и трещинами на губах. Особенно полезно использовать натуральный бальзам, который обладает увлажняющими и питательными свойствами.

Натуральный бальзам для губ – это не только способ сохранить красоту губ, но и забота о их здоровье. Он содержит натуральные ингредиенты, которые увлажняют и питают кожу губ, предотвращая ее обезвоживание и появление трещин. Бальзамы на основе натуральных масел (например, какао, кокосового или ши) обладают прекрасными питательными свойствами и защищают нежную кожу губ от воздействия холода и ветра.

Натуральные бальзамы для губ также могут содержать витамины и антиоксиданты, которые помогают восстановить и улучшить состояние кожи губ. Они способствуют заживлению мелких трещин и смягчению кожи, делая губы гладкими и увлажненными. Такой бальзам не только защищает от сухости, но и улучшает общее состояние кожи губ, придавая им естественный и здоровый вид.

Бальзам для губ не только обеспечит здоровье и красоту губ, но и придаст уверенность и комфорт в холодные зимние дни.

И я предлагаю вам создать свой собственный натуральный бальзам для губ

Бальзам для губ Масло Ши и какао

Фаза 1

Воск рисовый – 25 % (12,5 гр)

Масло какао – 20 % (10 гр)

Масло ши – 12 % (6 гр)

Масло манго – 12 % (6 гр)

Масло макадамии – 10 % (5 гр)

Масло миндаля – 10 % (5 гр)

Масло жожоба – 9,5 % (4,75 гр)

Фаза 2

СО2 экстракт граната – 0,5 % (0,25 гр)

Витамин Е – 1 % (0,5 гр)

Приступаем к созданию бальзама для губ

В стерильный стаканчик взвешиваем все компоненты Фазы 1 и ставим на водяную баню, до полного расплавления всех компонентов.

Не снимая с водяной бани тщательно перемешиваем.

В расплавленные компоненты Фазы 1 вводим компоненты Фазы 2 и тщательно перемешиваем, по желанию можно до-

бавить несколько капель пищевого ароматизатора или ароматизатор, специально предназначенный для косметики для губ, эфирные масла и ароматизаторы, на которых нет маркировки "подходит для косметики для губ" добавлять нельзя!

Бальзам разливаем в стерильные тубы для помады. Работаем быстро и аккуратно, так как готовый бальзам очень быстро застывает и вы рискуете не успеть залить его в тубы.

Оставляем до полного застывания на столе.

Бальзам готов, можно пользоваться!

Перед тем, как приступить к созданию своих собственных натуральных средств для ухода за кожей губ необходимо подготовить оборудование и тару.

Стерилизация и дезинфекция посуды и оборудования

Это обязательный этап работы по созданию натуральной косметики

Для стерилизации и дезинфекции идеально подходит медицинский спирт (этанол) или изопропиловый спирт.

Для дезинфекции нужно выбирать спирт концентрации 70 %

99% изопропиловый спирт – это чистый изопропанол и 70% изопропиловый спирт тоже чистый изопропанол, только растворённый в дистиллированной воде (30%).

70% изопропиловый спирт или 99% изопропиловый спирт, разбавленный до 70% дистиллированной водой, убивает микроорганизмы, денатурируя их белки. Он растворяет их липиды и эффективен против большинства бактерий, грибков и многих вирусов.

Почему 70% изопропиловый спирт лучше дезинфицирует, чем 99% изопропиловый спирт?

С точки зрения дезинфекции, более высокие концентрации спирта менее эффективны для уничтожения бактерий.

Некоторые паразиты, такие как бактерии, лучше уничтожаются при использовании менее концентрированного изопропанола, потому как более высокое его содержание ведёт

к внешнему повреждению бактерии, которое формирует барьер и защищает эти организмы.

Любой изопропанол с содержанием выше 60% эффективен при дезинфекции, однако «99% изопропанол испаряется очень быстро, что не позволяет ему проникать через стенки клеток и убивать бактерии, и, следовательно, не быть лучшим средством для дезинфекции.

70 % спирт или антисептик мы используем для обработки рук перед работой, для обработки стола. Это дезинфекция, то есть уничтожение микроорганизмов.

Тару стерилизуем. Это значит, что мы уничтожаем не только микроорганизмы, но и их споры.

Стерилизация тары:

Кипячение.

Подходит (только для жаростойкой тары), например, стекло, металлические венчики и насадки.

Стерилизатор для детской посуды (который ставят в микроволновку).

Подходит только для стекла и плотного пластика. Металл нельзя. Тонкий пластик деформируется.

Замачивание в 70% спирте на 3 часа.

Налить спирт в большую емкость и погрузить туда тару и инструменты. Именно замачивание на 3 часа в 70% гарантирует вам полное избавление от всех бактерий и их спор

После стерилизации выбранным методом тару и инструменты необходимо выложить на чистое (желательно проглаженное) полотенце до высыхания.

Перед началом работы я обязательно обрабатываю стол 5% раствором дезавида

Свойства масел

Масло Ши (Карите)

Способствует увлажнению кожи.

Препятствует испарению влаги.

Питает кожу.

Улучшает регенерацию клеток.

Оказывает мощное защитное действие.

Масло какао

Увлажняет;

Питает;

Защищает;

Повышает эластичность кожи.

Масло Манго

Защищает;

Тонизирует;

Смягчает;

Отбеливает;

Отшелушивает;
Укрепляет.

Масло Макадамии

Питает;

Увлажняет;

Нормализует водно-жировой баланс;

Устраняет шелушения, раздражения, спровоцированные сухостью.

Масло миндаля

Смягчает кожу;

Питает;

Способствует заживлению ран;

Увлажняет, поддерживая целостность гидролипидной мантии;

Освежает и тонизирует;

Обладает антиоксидантными свойствами.

Масло авокадо

Активизирует регенерацию клеток кожи;

Повышает упругость;

Уменьшает выраженность морщин;
Предотвращает старение кожи;
Восстанавливает барьерные свойства, устраняет сухость,
стянутость, шелушение.

Масло Жожоба

Омолаживает;
Регенерирует;
Сохраняет естественную влажность кожи;
Придает коже ровный и красивый цвет.

Масло кокоса нерафинированное

Мгновенно делает лицо гладким и мягким;
Убирает шелушение;
Питает кожу;
Содержит антиоксиданты;
Растворяет и удаляет загрязнения.

Воск рисовых отрубей

Образует на поверхности кожи защитную плёнку, препятствует обезвоживанию кожи;
Антиоксидант;

Противовоспалительные свойства;
Смягчающий компонент в косметике;

Вся информация, носит справочный характер, перед применением рекомендуется протестировать на индивидуальную реакцию.

Контакты:

[https://vk.com/app5898182_-184480421?](https://vk.com/app5898182_-184480421?ref=snippet_post#s=2139267)

[ref=snippet_post#s=2139267](https://vk.com/app5898182_-184480421?ref=snippet_post#s=2139267)

[https://vk.com/flowerbutik_school?](https://vk.com/flowerbutik_school?w=app5898182_-218813062%2523s%253D2143041)

[w=app5898182_-218813062%2523s%253D2143041](https://vk.com/flowerbutik_school?w=app5898182_-218813062%2523s%253D2143041)

https://t.me/flowerbutik_soap