

أهم النصائح الجمالية لعروس شتاء 2018

يتطلب الزفاف خلال فصل الشتاء بعض التحضيرات الإضافية وبعض العناية الجمالية الإضافية بما يتعلق بجمال العروس، فتصبح البشرة والشعر معرضين الى التلف والجفاف بسبب البرد وعوامل الطقس لذا عليك العناية بكافة تفاصيل جمالك بطريقة دقيقة واتباع عدد من الخطوات الضرورية.

اليك أهم النصائح للمحافظة على نضارة وحيوية بشرتك وشعرك:

اكثري من شرب المياه: يعتبر شرب المياه خلال فصل الشتاء ضروري جداً بما أن عوامل الطقس تؤثر على البشرة وتجعلها معرضة للجفاف. يمكنك شرب 8 أكواب من الماء يومياً وشرب شاي الأعشاب الطبيعية.

الجنبي الى كريمات الترطيب: يجب استخدام كريمات الترطيب على كافة بشرتك يومياً قبل فترة من الزفاف وينصح بتطبيق الكريم المرطب مباشرة على البشرة الرطبة بعد الإستحمام وقبل تجفيف الجسم.

عدلي عادات العناية بالبشرة: خلال موسم الشتاء بسبب الطقس القاسي والبرد فتصبح البشرة معرضة الى الجفاف والتغير عن طبيعتها ومن الممكن أن تفقد رونقها ونضارتها لذلك عليك تعديل عاداتك الجمالية خلال الشتاء واستخدام مستحضرات جمالية بحسب حاجة بشرتك لها.

عالجي البشرة الحساسة: تتعرض بشرة اليدين والشفاه وحول العينين الى الجفاف خلال فصل الشتاء لذلك عليك ترطيب هذه المناطق يومياً بواسطة الكريم المرطب الخاص وتطبيق مرهم الشفاه على الشفاه كما عليك تطبيق الكريم المرطب على منطقة حول عينيك قبل وضع المكياج.

انتبهي إلى نوعية طعامك: تؤثر نوعية الأطعمة التي تتناولها على صحة ونضارة بشرتك وعلى جمال وحيوية شعرك لذلك عليك الإنتباه الى ما تأكلين وتشربين. يجب الإكثار من استهلاك الأحماض الدهنية من أوميغا 3 و 6 ، التي تعمل على تغذية البشرة والشعر والمحافظة على جمالهما، والفاكهة والخضار والمكسرات، الغنية بالفيتامينات والمعادن الضرورية وينصح باتباع نظام غذائي صحي ومتوازن.

لا تنسي العناية بشعرك: يتأثر الشعر خلال موسم الشتاء والبرد بسبب

عوامل الطقس والتدفئة فيصبح مجعد ومعرض الى التلف وتصبح أطرافه مقصفة ومكسرة. عليك تطبيق كريم الشعر والأقنعة الطبيعية بانتظام.