**Piękny i zdrowy wygląd w zasięgu ręki**

**Życie w społeczności wiążę się nierozerwalnie z ciągłymi kontaktami z innymi ludźmi. Jedny z elementów, który jako pierwszy decyduje o sposobie w jaki ktoś jest postrzegany przez otoczenie, jest jego wygląd zewnętrzny. Ogromną rolę odgrywa tu dbanie o higienę osobistą. Inne elementy, takie jak makijaż, czy wyszukana fryzura, są indywidualną sprawą każdej osoby i nie dla wszystkich będą stanowić jednakowy priorytet. Warto pamiętać jednak, że zarówno piękno jak i dobre samopoczucie mają swoje źródło w zdrowiu i to przede wszystkim zdrowie powinno być stawiane na pierwszym miejscu, również w przypadku wyboru i stosowania kosmetyków.**

**Zdrowa skóra - zdrowe ciało**

Skóra to naturalna bariera, chroniąca wnętrze organizmu przed niekorzystnym wpływem środowiska zewnętrznego. Bakterie, wirusy i grzyby, niska lub wysoka temperatura, czy też promieniowanie UV, to tylko część zagrożeń, z którymi każdego dnia musi sobie radzić skóra. Odpowiednia pielęgnacja skóry wspomaga naturalne procesy odnowy i sprzyja zachowaniu zdrowego i młodego wyglądu. Dlatego też tak ważny jest wybór odpowiednich kosmetyków do ochrony i pielęgnacji skóry.

O skórę można zadbać na wiele sposób. Szeroki wybór mydeł, płynów i żeli do kąpieli, pozwala zachować skórę w należytej czystości. Odpowiednie nawilżenie pomogą zapewnić kremy i balsamy, dedykowane do różnych typów skóry, jak i te przeznaczone dla konkretnych części ciała. Natomiast ochronę przed szkodliwym promieniowaniem ultrafioletowym zapewnią odpowiednie kosmetyki do opalania.

**Pielęgnacja włosów i paznokci**

Zarówno włosy jak i paznokcie wymagają szczególnej uwagi. Pragnąc o nie dbać, należy zmierzyć się z rozlicznymi problemami i wyzwaniami.

W przypadku włosów, częstym problemem jest łupież. Jego skuteczne pozbycie się, wiąże się niekiedy z długimi poszukiwaniami odpowiedniego środka. Z racji tego, że skóra potrafi być bardzo różna, a także różne mogą być zarówno charakter jak i przyczyny łupieżu, jego skuteczna eliminacja wymaga nierzadko wielu testów i eksperymentów.

**Makijaż, czyli tajna broń kobiet**

Kobiety od zawsze szukały sposobów na podkreślenie naturalnego piękna. Nie każda z pań przywiązuje oczywiście równie wielką wagę do makijażu, a stosując go nie zawsze decyduje się na pełen makijaż. Niekiedy sama szminka, dyskretnie wykonane kreski, bądź delikatnie przedłużone rzęsy wystarczą, by uzyskać piorunujący efekt.

Wykonanie odpowiedniego makijażu to prawdziwa sztuka, która wymaga kompleksowego podejścia. Koniecznym jest uwzględnienie typu urody, dobór kosmetyków odpowiedniej jakości, a także dopasowanie całości do sytuacji i okoliczności, w jakich znajdzie się osoba nosząca makijaż.

**Kosmetyki dla mężczyzn, czyli jak panowie powinni dbać o swój wygląd**

Dbanie o wygląd jest ważne nie tylko dla kobiet, ale co oczywiste, również dla mężczyzn. Zadbani panowie poświęcają całkiem sporo czasu na zabiegi higieniczne i kosmetyczne.

Na szczególną uwagę i troskę zasługuje męski zarost. Panowie, którzy rezygnują z posiadania zarostu, powinni dysponować szeregiem przyborów i kosmetyków do golenia. Wybór konkretnych rozwiązań i preparatów zależny jest zarówno od typu zarostu, jak i rodzaju samej skóry.

Mężczyźni noszący brodę i wąsy muszą zmierzyć się z jeszcze większym wyzwaniem, jakim jest utrzymanie ich zarostu w nienagannej formie. Można oczywiście korzystać z usług profesjonalnego golibrody, co jest, szczególnie ostatnio, bardzo popularne, a sama usługa jak i zawód przeżywa swoisty renesans. Nie wyklucza to jednak konieczności osobistej, przynajmniej częściowej, pielęgnacji zarostu. Z pomocą przychodzą tu zarówno kosmetyki dedykowane do pielęgnacji brody, jak i specjalistyczne maszynki i trymery pozwalające na szybkie i dokładne modelowanie zarostu.

*Świat kosmetyków i zagadnienia z nim związane dotyczą, w mniejszym lub większym stopniu, praktycznie każdego. Zarówno osoby stawiające na naturalność i ograniczające się do zabiegów higienicznych, jak i ci, dla których dbanie o wygląd jest wyjątkowo ważne i stanowi obowiązkowy element każdego dnia, docenią porady i informacje zebrane i udostępnione w dziale “*[*Porady kosmetyczne*](https://kalkuluj.pl/euslugi/odziez_i_uroda/porady_kosmetyczne)*” na Kalkuluj.pl.*