

Ujędrnianie biustu po 50. roku życia

Gładki dekolt i jędrny biust to symbole kobiecości. Dlatego bez względu na to, ile masz lat, warto je systematycznie pielęgnować. [Skóra](#) w tych okolicach ma małą ilość gruczołów łojowych i szybciej traci wodę. Jest także znacznie delikatniejsza niż skóra twarzy.

Z tych powodów dość wcześnie pojawiają się na niej pierwsze oznaki starzenia. Już po 30. roku życia traci jędrność i elastyczność. Po ukończeniu 50. lat zmarszczki stają się głębsze i bardziej widoczne.

„U kobiet dojrzałych mało elastyczna skóra dekoltu i biustu to nie tylko kwestia upływającego czasu, ale też wynik przebytej ciąży oraz wahań wagi i hormonów. Na szczęście w każdym wieku odpowiednie [zabiegi](#) pielęgnacyjne są w stanie spowolnić proces starzenia” – mówi Agata Goliszewska, kosmetolog SkinClinic Med&Beauty.

Wystarczy skorzystać z kilku porad, aby skóra wyglądała lepiej, bez względu na wiek.

Bardzo istotne jest codzienne używanie balsamu ujędrniającego, który w składzie ma kwas hialuronowy, retinol i [witaminę E](#). Pomoże zapobiegać utracie jędrności skóry. Jeśli skończyłaś 50 lat, do pielęgnacji biustu i dekoltu włącz serum – ma większe stężenie składników aktywnych.

Raz w tygodniu nałóż odmładzającą maseczkę. Możesz ją wykonać sama. Gotuj pół litra mleka ze startym jabłkiem, dopóki nie powstanie gęsta papka. Po wystudzeniu nałóż ją na biust i dekolt, po 15 minutach spłucz chłodną wodą.

Rozpieszczaj swoją skórę domowymi zabiegami SPA. Zazwyczaj zestawy do tego przeznaczone składają się z kilku kosmetyków: do delikatnego złuszczenia skóry, do intensywnego liftingu za pomocą serum i maski oraz silnie ujędrniającego [balsamu](#).

Nieinwazyjne zabiegi

W przypadku bardzo widocznych oznak starzenia się skóry biustu warto skorzystać z nieinwazyjnych zabiegów z zakresu medycyny estetycznej.

Najbardziej popularne to: ujędrniający lcoone (masaż próżniowy), liftingujący Zaffiro (z emisją promieniowania podczerwonego) lub odmładzająca mezoterapia (ostrzykiwanie skóry preparatem odmładzającym). Ich rodzaj i ilość dobiera lekarz lub wykwalifikowany kosmetolog.

Stanik na dzień i na noc

Dobrze dobrany stanik to absolutnie podstawa. I to bez względu na wielkość piersi. Podtrzymywana przez biustonosz skóra nie jest poddawana ciągłemu rozciąganiu się. Niektóre brafitterki zalecają także staniki na noc (szczególnie paniom dojrzałym).

Taki „nocny” biustonosz jest bardzo miękki i elastyczny, bezszwowy – nigdzie nie może uciskać (by limfa

swobodnie przepływała). Powinien być wykonany z „oddychającego” materiału.

Korzystanie z portalu oznacza akceptację [Regulaminu](#). [Polityka Cookies](#). Copyright by [INTERIA.PL](#) 1999-2014. Wszystkie prawa zastrzeżone.