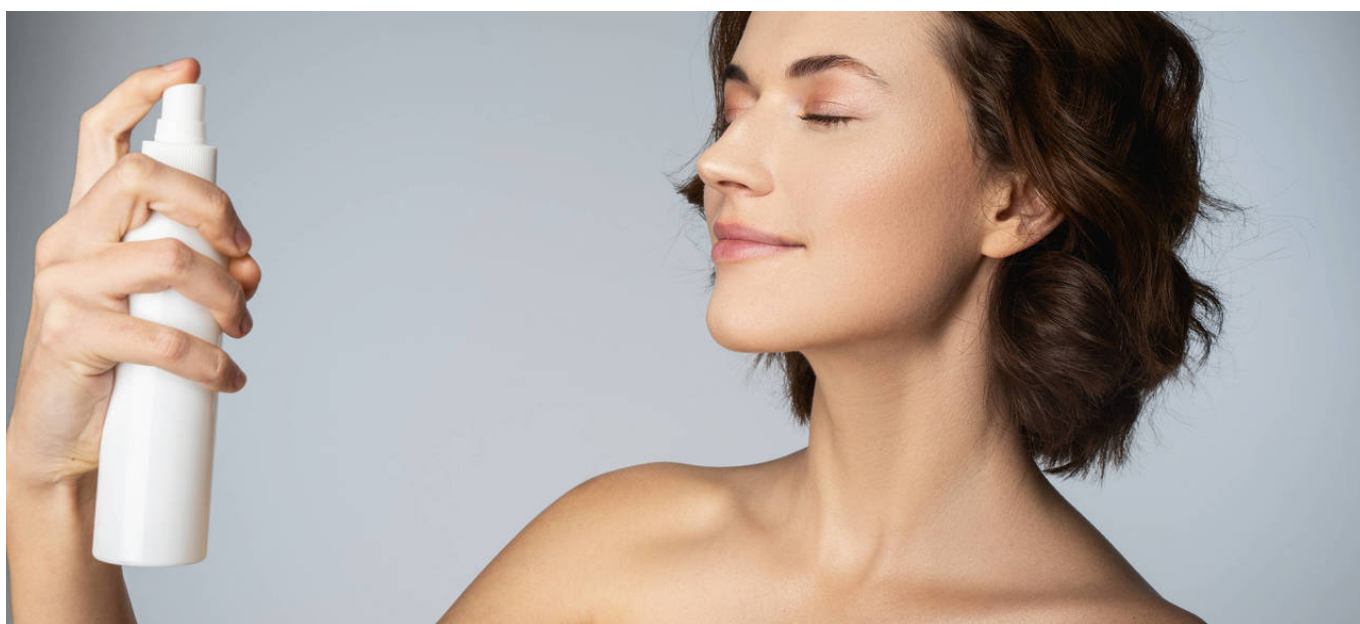




Magdalena Biegańska, 2022-06-20 13:00

Jak na skórę twarzy działają mgiełki i dlaczego warto je stosować?



Fot. Getty Images/iStockphoto

Utrzymanie równowagi kwasowo zasadowej skóry ma ogromne znaczenie dla jej zdrowia i wyglądu. To podstawowy cel pielęgnacji każdego typu cery. Dobór odpowiednich preparatów tonizujących może znacząco w tym pomóc. Zadanie to zdecydowanie ułatwiają mgiełki.

Właściwe pH skóry działa bakteriostatycznie, gwarantuje odpowiedni poziom jej nawilżenia, utrzymania bariery lipidowej a także poprawne naturalne złuszczenie naskórka. Kiedy ta równowaga zostaje zaburzona natychmiast pojawiają się problemy z cerą. **Zbyt niskie**, czyli kwaśne pH, powoduje, że skóra produkuje nadmiar łoju i potu, zbyt wysokie, czyli zasadowe sprawia, że cera staje się sucha, wrażliwa i skłonna do podrażnień. Jest wtedy idealnym podłożem dla rozwoju grzybów i bakterii. Kłopotów można uniknąć stosując właściwie dobraną pielęgnację a przede wszystkim odpowiednie toniki oraz mgiełki do twarzy. Te ostatnie mogą być dopełnieniem pielęgnacji jak i jedynym kosmetykiem tonizującym. Rano po zastosowaniu toniku a przed użyciem kremu a wieczorem jako element domykający demakijaż. Dla tych, którzy nie lubią pielęgnacji wielostopniowej mogą po prostu zastąpić nimi tonik, ponieważ przywracają skórze właściwe pH. Latem kiedy temperatura jest stabilna mgiełki można stosować także w ciągu dnia w celu utrzymania dobrego nawilżenia i świeżości skóry.

Mgiełki do twarzy powstają na bazie wody, którą miesza się w odpowiednich proporcjach z aktywnymi składnikami. Mogą to być olejki eteryczne o konkretnych wskazaniach pielęgnacyjnych, ale też ekstrakty

kwiatowe czy roślinne. Do niektórych mgiełek dodawane są także filtry UV. Mgiełki nakłada się na twarz w formie aerozolu. Niektóre łatwo się wchłaniają inne należy delikatnie osuszyć chusteczką higieniczną. Można używać ich w ciągu dnia, nawet na makijaż. Doskonale sprawdzają się w upalne dni ale również w pomieszczeniach klimatyzowanych czy w trakcie podróży samolotem. W krajach azjatyckich mgiełki są powszechnie stosowanym kosmetykiem i stanowią wyposażenie niemal każdego miejsca pracy. Podstawowe działanie tego typu kosmetyków to nawilżanie, odświeżanie, odżywianie skóry, utrzymanie właściwego pH ale także rozświetlanie.

Wśród tego typu kosmetyków panuje podział na kategorie w zależności od zadań jakie mają spełniać. Najpopularniejsze są mgiełki nawilżające. To właśnie one najskuteczniej wyrównują pH skóry i mogą być alternatywą dla toników. Blask skóry gwarantują z kolei mgiełki rozświetlające. Nie tylko nawilżają ale dzięki zawartym w nich mikropigmentom w sposób bardzo naturalny dodają skóry promienności. Można je stosować na makijaż, choć jeszcze lepszym rozwiązaniem są specjalistyczne kosmetyki w formie mgiełki utrwalające go. Chronią przed ścieraniem kosmetyków kolorowych, podkładów, pudrów i cieni a dzięki funkcji blokowania kanalików potowych gwarantują jego trwałość nawet w upalne dni. Latem również doskonale sprawdzają się mgiełki z filtrem UV. Nie są wprawdzie skuteczną alternatywą dla kremów przeciwsłonecznych ale pomagają w ciągu dnia chronić skórę przed słońcem. Mają tę zaletę, że ich aplikacja jest łatwa i niewymagająca. Można ją powtarzać wiele razy w ciągu dnia. Z kolei dla osób, które chcą przez cały czas czuć się komfortowo idealnie sprawdzają się mgiełki odświeżające przeznaczone do nawilżania i odżywiania cery, które najczęściej powstają na bazie ekstraktów różanych. Istnieją również specjalistyczne mgiełki przeznaczone do cery tłustej, hamujące rozrost bakterii na skórze. Działają ściągająco i wysuszająco. W tym wypadku najlepiej korzystać z produktów aptecznych, po konsultacji z farmaceutą.

Stosowanie mgiełek nie wymaga szczególnych umiejętności ani przygotowania. Są niezwykle przyjemne i relaksujące podczas aplikacji. Można je schłodzić co dodatkowo pobudza skórę i daje uczucie przyjemnego mikro masażu. W ramach pielęgnacji porannej i wieczornej można rozpylić je obficie na twarzy, ale wtedy należy ich nadmiar jedynie lekko osuszyć. Kosmetyki stosowane na wilgotną skórę szybciej się wchłaniają. Mgiełkę należy rozpylać na twarzy z odległości ok 20 centymetrów, zamykając uprzednio oczy i usta. W ciągu dnia lub stosując kosmetyk na makijaż warto zachować umiar i nie doprowadzać do sytuacji, w której płyn będzie ściekał po twarzy.

W zależności od zastosowanych w produkcie składników mgiełki mają różne zapachy. Dzięki temu nie tylko koją, nawilżają i chronią skórę, ale także relaksują działając na zmysł węchu. Niestety nie wszyscy mogą korzystać z tych dobrodziejstw. Dla alergików kosmetyki z ekstraktami roślinnymi czy kwiatowymi często nie są wskazane. Dlatego też idealnym, a przede wszystkim bezpiecznym rozwiązaniem, jest w tym przypadku stosowanie wody termalnej w aerozolu. Również osoby zmagające się z chorobami dermatologicznymi powinny sięgać po ten produkt. Woda termalna wzmacnia procesy ochronne i regeneracyjne, działa tak samo jak mgiełka kosmetyczna jeśli chodzi o nawilżenie ale jest dużo bezpieczniejsza. Poleca się ją również osobom z alergiami wziewnymi do przemywania skóry w ciągu dnia. Mikrocząsteczki wody pomagają oczyścić skórę z alergenów a „zmywając” je z naskórka ograniczają ich przenikanie do dróg oddechowych. Woda termalna jest także mgiełką dużo bezpieczniejszą do stosowania w ciągu dnia w przypadku skóry trądzikowej oraz po zabiegach laserowych i innych dermatologicznych. Rozpyloną na twarzy wodę termalną, która jest pozbawiona dodatkowych składników takich jak emolianty, humektanty czy lanolina należy zawsze po nałożeniu osuszyć. Inaczej wysychając na skórze spowoduje dodatkowe parowanie wody z naskórka.