



## Garder une belle peau en hiver

Par *Alittlepieceof*

La peau est sensible aux conditions climatiques, raison pour laquelle il est essentiel d'en prendre soin, encore plus en hiver.

Dès l'arrivée du froid la mienne rougie, tiraille, se déshydrate, mes lèvres se gercent et le frottement des écharpes provoquent boutons et irritations. J'essaie d'en prendre d'autant plus soin et de veiller à ce que ma peau reste saine et belle.

Découvrez mes **quelques astuces** pour passer cette saison délicate en toute quiétude.

Le froid peut provoquer la déshydratation de la peau puisqu'il perturbe la circulation sanguine et diminue la production de sébum.

Il est donc recommandé d'hydrater son visage matin et soir.

### Démaquiller

Un vrai bon démaquillage façon layering à l'asiatique avec un cold-cream, un savon et une lotion pour retirer toutes les impuretés et pollution de la peau.

Vous pouvez également utiliser un combo eau micellaire et un coton réutilisable suivi d'un savon ou d'une mousse nettoyante .

### Hydrater

Appliquer une crème hydratante ou une huile naturelle comme l'huile d'amande, de noisette ou d'argan. J'utilise **l'huile de noisette** dans ma routine du soir depuis plusieurs mois. Adaptée aux peaux mixtes elle régule naturellement la production de sébum. J'ai la peau moins brillante, j'ai moins de petits boutons, elle est parfaite.

Je lui ajoute une noisette de gel d'aloé vera le soir lorsque je sens ma peau déshydratée.

En hiver, l'une des zones qui souffre le plus ce sont **le contours de mes yeux** . Avec l'accumulation de la fatigue, le manque de lumière, le froid, cernes, poches, rides apparaissent ( j'ai un peu beaucoup l'air d'une déterrée !). J'applique chaque jour, matin et soir un contour des yeux hydratant et une fois par semaine j'essaie de faire un soin spécifique.

En ce moment j'utilise les patchs défatigants Biologique recherche.

En fibres de biocellulose naturelle, sont pré-imprégnés d'une formule enrichie en actifs anti-poches, anti-cernes et anti-rides. Leur forme en pince permet une application simple et optimale au plus proche du contour de l'œil pour un traitement global et efficace.

A ils chauffent un peu, je ne durant les 15 minutes préconisé mais même au bout de 5 minutes, l'effet est bluffant.

### Soigner

Savez-vous que la peau européenne commence à vieillir dès 20 ans, contre 25 ans pour les peaux asiatiques ? Oui, ça fout les boules !

En Asie, la beauté est indissociable de la notion de pureté. C'est pour cela que le soin de la peau revêt une importance capitale : la peau doit être lumineuse, nette, propre et douce.

Tony Moly, Dr Jart, Too Cool For School ... et de nombreuses autres marques asiatiques cultes sont référencées par Little Mask .