



Les Baumes pour les soins

Description

Vos lèvres, ainsi que vos yeux, sont le point focal de votre visage. Pourtant, rares sont ceux qui leur accordent de l'attention. Tant d'hommes et de femmes ont des grimaces de visage qui pourraient même durer une heure, mais leurs lèvres sont laissées intactes sans aucune sorte de nourriture et de soins appliqués. Cela peut être le cas parce que la plupart des gens ne savent pas comment les entretenir et les soigner.

Conseils utiles des experts en matière de soins des lèvres

À l'instar de ce que vous faites à votre maison, vos lèvres mettent en valeur votre visage. Des lèvres roses, pulpeuses et hydratées rendent certainement votre visage plus attrayant. De plus, des lèvres humides ne créent pas de lignes lorsque vous mettez votre rouge à lèvres préféré. Et tout le monde veut être beau sur une photo, non ?

Alors pourquoi faut-il prendre soin de ses lèvres ?

Vos posts Insta tristes seront tout simplement gâchés si la meilleure partie de votre visage n'est pas aussi belle qu'elle le devrait. De plus, prendre soin de vos lèvres n'a pas qu'un but esthétique. Vous devez accorder une attention particulière à la peau extérieure de votre bouche car elle est beaucoup plus fine que le reste de votre peau et est donc plus sensible au temps sec, surtout en hiver. Lorsque vos lèvres ne sont pas continuellement humidifiées, elles peuvent se gercer, ce qui peut vous empêcher de manger et de parler correctement. Cela peut également entraîner des infections, car des lèvres fendues blessent et saignent et laissent des plaies. Prendre soin de ses lèvres n'est donc pas seulement une question de vanité. Cela fait partie de votre hygiène personnelle.

Comment prendre soin de vos lèvres ?

Comme vos lèvres sont toujours exposées aux changements de temps et qu'elles y sont très sensibles, vous devez leur accorder un soin particulier. Voici quelques conseils d'experts sur la manière de préserver la beauté et l'hydratation de vos lèvres.

1. Le baume à lèvres est votre armure

Les baumes à lèvres sont votre armure la plus efficace pour prévenir les lèvres gercées et sèches. Tous les produits de beauté ne sont pas égaux. Un baume à lèvres à la lanoline ainsi qu'une [Baume CBD](#) sont idéales pour les personnes qui n'ont pas la peau sensible. Il possède des propriétés émollientes qui rendent votre peau plus douce et plus fine au toucher, et maintient l'hydratation de vos lèvres. Pour ceux qui sont trop sensibles aux allergènes, vous pouvez trouver des baumes à lèvres contenant du beurre de cacao, du beurre de karité et de l'huile de coco. Ils constituent également une barrière naturelle de protection contre la chaleur et la pollution pour vos lèvres. Par ailleurs, évitez les baumes à lèvres contenant du camphre, car ils peuvent facilement dessécher votre peau.

2. Exfoliez

L'exfoliation élimine les cellules mortes de vos lèvres qui obstruent la peau. Elle permet également de découvrir de nouvelles cellules cutanées qui donnent à vos lèvres un aspect rosé et plus ferme. Exfoliez vos lèvres en les grattant doucement avec une brosse à dents souple ou un chiffon humide. Veillez à ne pas forcer la peau à sortir de vos lèvres, car elle s'écroquerait et créerait des plaies, ce qui les ferait saigner et pourrait provoquer une infection. Lorsque vous exfoliez vos lèvres, veillez à ne pas sortir tout de suite après, car la procédure rendra vos lèvres un peu plus sensibles, ce qui les rendra sensibles aux changements de temps.

3. Massez vos lèvres

En plus d'éliminer les cellules mortes de la peau, le sang doit circuler correctement tout autour de vos lèvres. Cela leur donnera cet aspect rosé et rougeâtre et les empêchera d'être pâles. Pour commencer à masser vos lèvres, préparez un mélange de miel et de sucre brun. Avant d'appliquer le mélange sur vos lèvres, assurez-vous d'abord de vous être lavé les mains. Trempez un doigt dans le mélange de miel et de sucre brun puis mettez-le tout autour de vos lèvres. Massez doucement en formant un cercle autour de chaque zone, un peu comme lorsque vous appliquez du blush à l'aide d'une éponge sur votre visage. Deuxième étape. Mettez un peu d'huile hydratante sur vos lèvres ou vous pouvez utiliser votre baume à lèvres préféré et soulevez vos lèvres en faisant glisser vos deux majeurs du centre de vos lèvres jusqu'à vos joues. Faites cela trois fois. Ensuite, dessinez de petits cercles sur votre lèvre inférieure et pincez doucement votre lèvre supérieure avec votre pouce et votre index. Faites-le également trois fois. Prenez l'habitude de masser vos lèvres tous les soirs ou tous les deux soirs avant de dormir.

4. Hydratez-vous

L'hydratation, ou le maintien d'un niveau d'eau suffisant dans le corps, n'est pas seulement bénéfique pour la peau et le système interne de l'organisme, mais aussi et surtout pour les intestins. La plupart d'entre nous ne savent pas que nos intestins n'ont pas de glandes sébacées. C'est pourquoi elles sont si sensibles au temps sec. Lorsque vous buvez une quantité suffisante d'eau par jour, vos intestins deviennent pulpeux, ce qui améliore leur élasticité. Cela signifie seulement qu'ils ne risquent pas de se fissurer et de provoquer des imperfections et des blessures.

5. Une alimentation saine

Une alimentation saine ne vous donne pas seulement une silhouette plus fine et plus dynamique pour soulever la barre à la salle de sport ou courir 8 km par jour. Elle rend également votre peau plus radieuse, plus ferme et plus saine. Bien entendu, cet effet secondaire d'une alimentation saine se répercute sur vos intestins. Vous devriez inclure dans votre régime des aliments riches en vitamines C, E et K. Obtenez votre vitamine D en vous exposant au moins dix minutes à la chaleur du soleil tôt le matin.

6. L'exercice est toujours agréable

L'exercice aide à se débarrasser des éléments toxiques présents dans votre corps, ce qui peut aider vos intestins à se raffermir. Voir <https://www.futura-sciences.com/sante/definitions/medecine-baume-3058/> pour en savoir plus !

Categorie

1. CBD

Date

2026/05/28

date créée

2022/05/02

Auteur

blogueur