

Witamina C

Witamina C, inaczej kwas askorbinowy to organiczny związek chemiczny niezbędny do funkcjonowania organizmów żywych, czyli między innymi nas! Głównym źródłem witaminy C jest jak wiadomo pokarm, który spożywamy, ale możemy wspomagać nasz organizm również z zewnątrz!

Na pewno wiesz, że witamina C wspomaga odporność, a także świetnie rozjaśnia przebarwienia, ale czy to wszystko?

Oczywiście, że nie!

Witamina C może okazać się niezastąpiona w domowej pielęgnacji skóry:

- Latem, kiedy promieniowanie słoneczne jest bardzo silne sprawdzi się idealnie na twarz, dlatego, że chroni naszą skórę przed promieniowaniem słonecznym, a tym samym przed jej starzeniem się!
- Aktywizuje wydzielanie kolagenu, czyli związku, który napina naszą skórę. Dzięki niej nasza twarz zostanie jędrna i sprężysta na długo!
- Stosowana rano zapobiega powstawaniu zmarszczek, a także chroni nas przed wolnymi rodnikami – czyli atomami, które powodują raka, miażdżycę oraz choroby układu oddechowego!
- Wspomaga walkę z trądzikiem, dzięki swoim właściwościom przeciwzapalnym i przyspieszającym gojenie, a także może łagodzić objawy trądziku pospolitego i różowatego!
- Nawilża skórę, przez co świetnie nadaje się do pielęgnacji skóry suchej!
- Sprawdza się świetnie jako naturalny sposób na gojenie ran oraz oparzeń słonecznych, dlatego, że wykazuje działanie przeciwzapalne!

Jak widzisz, witamina C jest niezastąpiona. Świadome stosowanie skutecznie poprawi wygląd Twojej skóry, a także wzmocni odporność i ureguje niedobory.

Miłego dnia!