

e-book

SKIN

care by



CLÍNICA
SIMONE NERI





CLÍNICA
SIMONE NERI

- 01.** O que é Skincare?
- 02.** Como descobrir qual é o seu tipo de pele
- 03.** Passo a passo do SkinCare ideal
- 04.** Dicas de produtos
- 05.** Cuidados com a pele do corpo
- 06.** Cuidados com os pés
- 07.** Cuidados com os Cabelos



SkinCare: o que é?

Do inglês, “cuidados de pele”, skincare nada mais é do que a rotina de tratamentos diários com a pele. Um bom skincare deve englobar cuidados com o rosto, o corpo (pés, mãos, colo e pescoço)

Dra Simone Neri

Médica
CRM 80.9191
Membro da Sociedade
Brasileira de Dermatologia



“O mundo é para ser sentido e a pele é a fronteira que nos separa”

Dra Simone Neri

Você conhece sua pele?



NORMAL



SECA



OLEOSA



MISTA



CLÍNICA
SIMONE NERI





PELE NORMAL



A pele normal apresenta uma textura saudável e aveludada. Ela produz gordura na quantidade certa e sem excesso de brilho ou ressecamento. Normalmente, quem tem esse tipo de pele apresenta poros pequenos e pouco visíveis. O Skincare da pele normal requer sabonetes neutros e cremes hidratantes sem óleo.



PELE SECA



Esta pele perde água em excesso, tem poros poucos visíveis, pouca luminosidade e, é mais propensa à descamação e vermelhidão. Por ser mais seca, as pequenas linhas e fissuras ficam mais visíveis. Fatores genéticos ou hormonais, como menopausa e problemas na tireoide podem tornar uma pele seca



PELE OLEOSA



A pele oleosa tem um aspecto brilhante e espesso devido ao excesso na produção de sebo. Além da herança genética, contribuem para a oleosidade alguns fatores hormonais, o excesso de sol, o estresse e uma dieta rica em alimentos com alto teor de gordura. Esta pele apresenta poros dilatados e, é propensa à formação de acne, cravos e espinhas.



PELE MISTA



No Brasil, a pele mista é a mais comum. Ela apresenta aspecto oleoso e poros dilatados na “zona T” (testa, nariz e queixo), também pode apresentar acne nesta região, mas é seca nas bochechas e extremidades. Neste caso é preciso usar uma loção de limpeza na região mais oleosa e cremes hidratantes no restante do rosto

PASSO A PASSO DO SKINCARE IDEAL

HIGIENIZAÇÃO



HIDRATAÇÃO



FOTOPROTEÇÃO



PASSO A PASSO DO SKINCARE IDEAL

1- HIGIENIZAÇÃO



A higiene diária da pele é muito importante para retirar os poluentes e substâncias potencialmente infectantes que podem se acumular.

O banho deve ser morno, rápido e de preferênciacia , uma vez ao dia

É recomendável usar sabonete adequado para cada tipo de pele,

Os tônicos ajudam a remover os traços de óleo, sujeira e maquiagem que o sabonete pode ter deixado durante a limpeza



PASSO A PASSO DO SKINCARE IDEAL

2- HIDRATAÇÃO



Uma boa hidratação diária da pele auxilia na manutenção do viço e da beleza, além de manter a integridade da camada de proteção cutânea e evitar problemas como descamação, ressecamento, envelhecimento precoce, irritações e infecções



CLÍNICA
SIMONE NERI

PASSO A PASSO DO SKINCARE IDEAL

3- FOTOPROTEÇÃO



Os fotoprotetores, também conhecidos como protetores solares ou filtros solares, são produtos capazes de prevenir os males provocados pela exposição solar, como o câncer da pele, o envelhecimento precoce e a queimadura solar





DICAS DE PRODUTOS



COLÁGENO ORAL

USO CONTÍNUO



ANTIOXIDANTES

USO CONTÍNUO



VITAMINA C

**USO DIÁRIO ANTES
DO FILTRO SOLAR**



**SABONETE COM ÁCÃO GLICÓLICO
PARA REGENERAÇÃO CELULAR**

**USO DIÁRIO ANTES DO
CREME NOTURNO**



**NUTRITIVO NOTURNO À BASE
DE ÁCIDO HIALURÔNICO**

**USO DIÁRIO À
NOITE**

CUIDADOS COM A PELE DO CORPO



**COLO E
PESCOÇO**



MÃOS E PÉS



CORPO



CLÍNICA
SIMONE NERI

CUIDADOS COM A PELE DO CORPO



**COLO E
PESCOÇO**


CLÍNICA
SIMONE NERI

**Regiões mais ressecadas precisam de
muita hidratação com cremes à base de
ácido glicólico e retinol que restauram e
rejuvenescem**

CUIDADOS COM A PELE DO CORPO



Esfoliações diárias suaves seguidas de hidratação à base de silicone protegem os pés e as mãos e previnem o envelhecimento

CUIDADOS COM A PELE DO CORPO



CORPO



Para manter uma pele macia e bonita é fundamental tomar banho morno e usar hidratantes emolientes à base de glicerina ou ácido hialurônico que restauram a barreira cutânea

CUIDADOS COM OS CABELOS



HIDRATAÇÃO



NUTRIÇÃO



RECONSTRUÇÃO



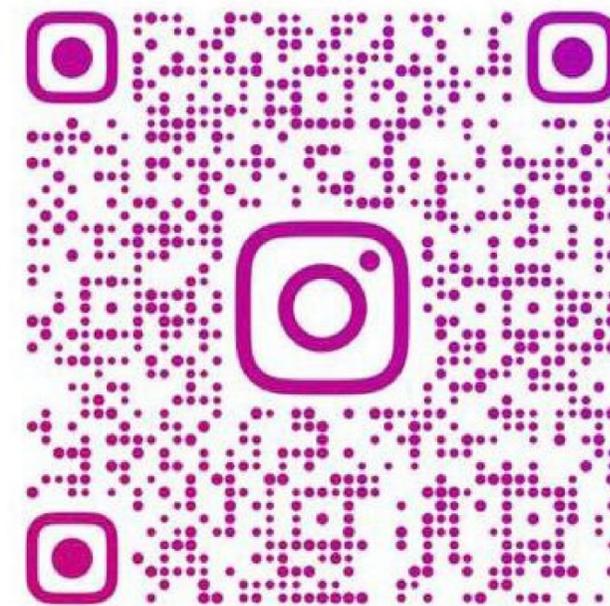
CLÍNICA
SIMONE NERI



**CRONOGRAMA
CAPILAR**
1 SESSÃO POR SEMANA



OBRIGADA!!



@CLINICA_SIMONENERI