ИРИНА ГАНИНА · INGANINA

ШПАРГАЛКА ПО СОСТАВУ

Пять красных флагов

Пять слов в составе, после которых я ставлю баночку обратно

проверка любой баночки за минуту

БЕСПЛАТНЫЙ ГАЙД · ЭМОТИКА PRO FACE

Чтобы выбрать крем, не нужно быть химиком. Достаточно знать, от чего сразу поставить баночку обратно на полку.

Состав пишется по убыванию: сначала то, чего больше всего, дальше всё меньше. Первые строчки — это то, из чего продукт в основном состоит.

Увидели хотя бы один флаг — не берём.

1 **Parfum, Fragrance**
Это отдушка. В уходе за лицом ей не место.

2 **Срок годности крема — 2, 3, 5 лет. Или его нет вообще**
Живые активы не хранятся годами. Пенки и тоники — другое дело: для них полтора года нормально.

3 **Глицерин в начале списка**
Или глицерин, про который не указано, что он растительный.

4 **Обещание не совпадает с составом**
На упаковке пептиды и активы, а в составе они в самом конце. Если обещанное стоит в конце, его там капля. И проверьте логику: гиалуроновая кислота в пенке, которую Вы смываете через минуту, — это строчка на упаковке, а не уход.

5 **Нет перевода**
Ни на баночке, ни на сайте. Выбирать вслепую не нужно.

Что должно быть

Обещанные активы — в первой половине списка. Короткий срок годности у кремов. Понятно, из чего всё сделано.

Проверьте свою полку

Возьмите три баночки и пройдитесь по флагам.

Средство	Отдушка	Срок	Что в начале	Обещание = состав?	Перевод	Оставляю / убираю

Я разбираю состав, а не автора. Смотрите на баночку, а не на обещания рядом с ней.

Это один шаг.

Флаги отсеивают лишнее. А чтобы понять, что Вашей коже нужно взамен, нужна логика ухода целиком.

Beauty Workbook «Эмотика PRO Face» — рабочая тетрадь на 37 страниц: полка, логика ухода, составы, лицо и эмоции, коридор здоровья, Ваш маршрут и дневник на 30 дней. emotika.ru

Если хочется, чтобы на Вашу кожу посмотрела я, — это Beauty-аудит. inganina.pro

Ваш безопасный косметолог с адекватным лицом)

Telegram t.me/emotika · ВКонтакте vk.ru/emotika_by_inganina · Instagram @doctor_inganina

Instagram — продукт компании Meta, признанной экстремистской организацией и запрещённой в России.

Я врач, но никого не лечу и не ставлю диагнозов. Всё, что здесь написано, — про уход за кожей в рамках интегративной превентивной косметологии.