

Sylwia Buczkowska, kosmetolog: Slugging? Tak, ale nie dla każdego

data aktualizacji: 2021.05.04



Slugging - czyli nakładanie wazeliny na twarz. Trend przyszedł do nas z Korei Południowej, jednak cały czas budzi wiele kontrowersji. Zabieg ma dogłębnie nawilżyć skórę i zapobiec utracie wody. Sama nie jestem jego zwolenniczką, ponieważ mam cerę mieszaną, ale wśród pacjentów z suchą skórą cieszy się dużym uznaniem - mówi Sylwia Buczkowska, kosmetolog, kierownik Działu Kosmetologii w Klinice Ambroziak.

Czy wazelina to dobry produkt do stosowania na twarz? Stała się ona bohaterką metody nazwanej slugging i polegającej na nakładaniu wazeliny na krem nawilżający jako maseczki na noc. Czy to dobry pomysł? Jeśli tak, to jakie korzyści można w ten sposób uzyskać?

Czysta wazelina to bardzo dobry kosmetyk o wszechstronnym zastosowaniu: jest hipoalergiczna, nie powoduje podrażnień, można ją bezpiecznie stosować do pielęgnacji małych dzieci. Wazelina, która kupujemy w drogerii czy aptece to bezwonna, niewysychająca i nierozpuszczalna w wodzie substancja o mazistej konsystencji. Powstała z produktów rafinacji ropy naftowej. Mimo to jest bardzo bezpieczna. Kupujemy produkt dokładnie oczyszczony bez wszelkich domieszek.

Wazelina jest tłustym emolientem, tworzącym na skórze powłokę, która nie wchłania się w naskórek. Sama w sobie nie ma właściwości nawilżających, ujędrniających i wygładzających. Zastosowana w kosmetykach tworzy bazę, a nałożona na skórę – efekt okluzji, czyli warstwę, która nie pozwala na uciekanie z naskórka wody. Dlatego aby zabieg zadziałał, zaraz po dokładnym oczyszczeniu skóry konieczne jest nałożenie kremu nawilżającego.

Zabieg zaleca się wykonać tuż przed snem, jednak należy pamiętać, aby przed położeniem się, osłonić poduszkę ręcznikiem. Inaczej wazelina wytrze się w poszewkę, pozostawiając tłuste ślady. Po przebudzeniu należy usunąć nadmiar wazeliny, co zresztą nie należy do najprostszych czynności. Najlepiej użyć do tego chusteczki, a następnie umyć ciepłą wodą z dodatkiem produktu myjącego, którego używamy do codziennej pielęgnacji.

Moim zdaniem bardziej higienicznym sposobem jest wykonanie tego zabiegu w ciągu dnia. Jeśli możemy sobie pozwolić na chodzenie w takiej maseczce kilka godzin, nie będziemy musieli martwić się czy okluzja wciąż jest na twarzy, czy wytarła się w pościel podczas snu.

Czy metodę można stosować bez względu na rodzaj cery?

Wazelinowanie twarzy nie jest polecane wszystkim. Z zabiegu nie mogą korzystać osoby z cerą tłustą, łojotokową, trądzikową, skłoną do powstawania zaskórników i nadmiernego wydzielania sebum. Jeśli nałożymy grubą warstwę takiej substancji na skórę to nie pozwolimy jej oddychać i mogą zacząć namnażać się szkodliwe bakterie.

Wazelina ma działanie komedogenne, zapycha pory skóry i może prowadzić do nadmiernej produkcji sebum. Dla osób, które mają z tym problem, najlepsze będzie tradycyjne nawilżanie, czyli stosowanie kosmetyków o lekkiej formule.

Natomiast jeśli mamy skórę suchą i wrażliwą, slugging może przynieść ukojenie i pożądany rezultat nawilżenia. Jednak i przy takiej cerze należy pamiętać, aby nie korzystać z wazeliny codziennie. Może to zaburzyć naturalny cykl życia naszej skóry i coś co miało nam pomóc, może przysporzyć niechcianych kłopotów z cerą.

Czy pora roku jest tutaj ważna?

Wazelinowanie twarzy czy szyi najlepiej wykonywać zimą, kiedy skóra wymaga dogłębnego nawilżenia. Częste zmiany temperatur, przemieszczanie się między ciepłym pomieszczeniem, a chłodną temperaturą na zewnątrz powoduje szybsze przesuszanie się skóry. Brak właściwej pielęgnacji może doprowadzić do odmrożenia czy pęknięcia drobnych naczynek. Taki zabieg wykonany 2 x w tygodniu może przynieść duże ukojenie.

W okresie letnim zalecałabym wykonanie go zdecydowanie rzadziej np. 2 x w miesiącu. To prawda, że w tym okresie słońce czy wiatr sprawiają, że skóra staje się przesuszona i warto stosować kosmetyki nawilżające, ale latem sięgnijmy po lżejsze konsystencje np. mleczka, musy, produkty o konsystencji żelu czy lekkie kremy. Ważne jest bowiem, aby zbyt mocno nie obciążać skóry.

Czy slugging lepiej sprawdzi się przy młodych cerach, czy dojrzałych?

Myślę, że wiek nie ma tu aż tak dużego znaczenia, jak rodzaj skóry. Tak jak mówiłam, slugging sprawdzi się u osób z cerą suchą i wrażliwą. Faktem jest jednak, że taki rodzaj skóry mają częściej osoby dojrzałe. Wówczas skóra jest bardziej odwodniona, sucha, niedotleniona i słabo odżywiona. Często pozbawiana blasku, cienka.

Muszę jednak podkreślić, że nie zawsze wrażliwość cery ma związek z datą urodzeni. W swojej

praktyce spotykam się z przypadkami, w których skóra kobiet młodych przed trzydziestką zdradza wyraźnie oznaki dojrzałości, a cera pań przed klimakterium jest jędrna, zdrowa i świeża. Ma na to wpływ wiele czynników m.in. sposób odżywiania, uwarunkowania genetyczne, aktywność fizyczna, codzienna pielęgnacja i kosmetyki właściwie dopasowane do rodzaju cery.

Dlatego zanim zastosujemy nowy rodzaj pielęgnacji skóry, podkreślę to po raz kolejny, zastanówmy się czy nasza skóra tego faktycznie potrzebuje i czy jej to pomoże, czy zaszkodzi.

Sama raz spróbowałam sluggingu, aby móc rozmawiać z pacjentami, którzy coraz częściej pytają o ten nowy trend. Mam cerę mieszaną, a kiedyś miałam problemy z trądzikiem. Teraz z pełną odpowiedzialnością mogę powiedzieć, że ten zabieg nie jest dla mnie. Ale znam kilka osób z cerą suchą, które mówią, że przynosi im on duże ukojenie i uczucie nawilżenia skóry.

Jeśli uznamy, że slugging to metoda nie dla nas, jak możemy zadbać o dobre nawilżenie i wygładzenie cery? Na jakie produkty do użytku domowego warto zwrócić uwagę?

Na rynku dostępnych jest wiele ciekawych rozwiązań pielęgnacji skóry twarzy, szyi i dekoltu. Proszę pamiętać, że produkty nawilżające posiadają już w swoim składzie np. kwas hialuronowy, który wiąże wodę na powierzchni naskórka. Ponadto kosmetyki te zawierają często glicerynę, parafinę, woski, które działają nawilżająco i okluzyjnie. Dlatego warto się zastanowić czy wazelinowanie twarzy jest konieczne i czy warto obciążać skórę kolejną warstwą.

Kluczową rolą w dbaniu o skórę jest prawidłowo dobrana pielęgnacja. Jeśli skóra jest problematyczna, dobrym rozwiązaniem jest rozmowa z kosmetologiem lub lekarzem dermatologiem. Z pewnością jednak należy pamiętać o stosowaniu peelingu raz w tygodniu i uzupełnianiu wody w organizmie. A jeśli do tego dołożymy od czasu do czasu zabieg w gabinecie kosmetycznym, na pewno długo będziemy cieszyć się zdrową i ładną skórą.

Źródło: <http://www.wk.wiadomoscihandlowe.pl/artykuly/sylwia-buczowska-kosmetolog-slugging-tak-ale-nie-,67589>