



Camila Padilha Trindade <camilapadilha.trindade@gmail.com>

---

## Envelhecimento da pele: como evitar? 🤔

1 mensagem

---

**Pink Cheeks** <sac@pinkcheeks.com.br>  
Responder a: sac@pinkcheeks.com.br  
Para: camilapadilha.trindade@gmail.com

11 de maio de 2019 16:47

Visualizar como [página web](#)



Olá, Camila

A gente sabe que o cuidado com a pele é essencial para mantê-la saudável e, além disso, diminuir a incidência de outros fatos desagradáveis como o envelhecimento da pele, manchas, etc.

O envelhecimento é um processo natural, a gente sabe! Mas também sabe-se que ele é muito influenciado pela reação da pele com fatores externos que incluem alimentação, raios solares, poluição, etc.

Por isso, é muito importante manter uma rotina diária de cuidados que ajudem a evitar o envelhecimento precoce. Veja algumas dicas abaixo 😊

---



---

## Hidratação

Com a idade, as fibras de colágeno que formam nossa pele se degradam e, por isso, a pele tende a ficar mais flácida. A hidratação, então, ajuda a diminuir esse processo!

## Estilo de vida saudável

Manter um estilo de vida saudável, unindo alimentação balanceada e praticando atividades físicas com regularidade também pode fazer toda a diferença para sua pele!

## Antioxidantes

Apostar em produtos que tenham antioxidantes em sua composição ajuda e muito - isso porque eles impedem a formação de radicais livres e, conseqüentemente, diminuindo o aparecimento de rugas, flacidez e manchas!

## Proteção Solar

Não só nos dias mais quentes e de sol, mas em qualquer situação - usar protetor solar previne não só o envelhecimento precoce, mas doenças mais sérias como o câncer de pele!

---

Que tal começar a cuidar mais da sua pele a partir de hoje? 😊

Acesse nosso blog e veja mais dicas!

[Blog da Pink →](#)

Enviado por **Pink Cheeks**

[Rua Próspero Grisi, 787, 13614-060, Leme, São Paulo, Brasil](#)

Se deseja não receber mais mensagens como esta, [descadastre-se](#).