



Hoe Esse skincare anticipeerde op de revolutionaire 'skinimalism' trend

Het ervaren van een lockdown gaf velen een tijd van zelfreflectie, en een van de dingen die, als het gaat om huidverzorgingsroutines, naar voren kwam is dat minder eigenlijk meer is. Het doorbreken van de gewoonten van overmatige reiniging en overmatige make-up dragen heeft geresulteerd in een gezondere huid in het algemeen – een 'skinimalism' trend die probiotische huidverzorging merk Esse heeft bevorderd.

Wat is skinimalisme?

De schoonheidsindustrie zet al té lang winst op de eerste plaats en onderschrijven het dagelijks gebruik van zoveel mogelijk producten. Een zwaar productgebruik kan echter resulteren in een verstoord huidmicrobioom, wat de huidaandoeningen kan verergeren of zelfs nieuwe problemen kan veroorzaken, zoals puistjes, droogheid en huidgevoeligheid. Skinimalism moedigt een minimalistische benadering van huidverzorgingsroutines aan. Dit betekent dat het aantal gebruikte huidverzorgings- en make-upproducten moet worden vermindert en de huid de kans moet krijgen om een gezonde barrière op te zetten, zoals de natuur het bedoeld heeft.

Hoe werkt skinimalisme?

Het mooie van de skinimalisme trend is dat je meer kunt bereiken door minder te doen. Naast het verminderen van het aantal stappen in de dagelijkse huidverzorgingsroutine, omvat het principe het nemen van een afgemeten hoeveelheid van elk product dat wordt aangebracht. Minder gebruiken betekent selectief zijn met de producten die je wel gebruikt - bepalen of ze helpen om een gezonde balans te vinden of het microbioom van je huid verstoren. Een verstoord microbioom zal de huid blootstellen aan schadelijke ziekteverwekkers - precies wat we willen vermijden.

Hoe bereiken we skinimalisme?

Het is gemakkelijk om te zeggen 'minder is meer', maar om te bezuinigen, moet je weten welke delen van je routine minder goed voor je zijn.

1. Haal de diepe reiniging eruit

Al jaren verkopen we het idee dat onze huid diep gereinigd moet worden, waarbij de natuurlijke oliën worden verwijderd als een manier om het gezond te houden. In feite is het tegenovergestelde waar. Onze talg (de olie geproduceerd door onze huid) heeft een aantal belangrijke functies, waaronder:

1. Het voeden van nuttige huidmicroben;
2. Het reguleren van de doorgang van stoffen over de huid;
3. Bescherming tegen verontreinigende stoffen en ziekteverwekkers; en
4. Behoud van het nodige vocht.



Diepe reiniging verwijdert de natuurlijke oliën, waardoor de talgklieren simpelweg worden gedwongen om de productie te verhogen. Helaas, hoe meer we dit doen, hoe slechter de kwaliteit van onze talg, en hoe minder in staat het is om zijn belangrijke functies uit te voeren. Dit kan bijdragen aan de ontwikkeling van huidaandoeningen zoals acne, eczeem, rosacea en dermatitis.

2. Verminder het ochtendreinigen

Terwijl je slaapt, werken de talgklieren hard om een laag talg te produceren ter voorbereiding op de komende dag. Toch moedigen moderne schoonheidsregimes ons aan om deze beschermende laag weg te spoelen. In plaats van 's ochtends een diepe reiniging te doen, spoel je je gezicht gewoon af met koud water. Talg smelt bij 32°C, dus hoe koeler hoe beter.

3. Gebruik een milde avondreiniger

Na een dag make-up, foundation of zonnebrandcrème te hebben gedragen, moet dat product worden verwijderd. Schuimende reinigingsmiddelen zijn meestal behoorlijk hard voor de huid en ontdoen het van zijn natuurlijke oliën. Kies liever voor iets milders, zelfs op basis van crème, zodat u het product verwijdert zonder het microbiom te verstoren.

4. Houd de routine eenvoudig

Als je moet reinigen om make-up of zonnebrandcrème te verwijderen, houd dan het aantal producten dat je daarna aanbrengt tot een minimum beperkt. Een goede vochtinbrengende crème is vaak voldoende, maar als je huid iets extra's nodig heeft, kan een vleugje serum of olie een hele goede optie zijn.

5. Gebruik de juiste producten

Een van de belangrijkste aspecten van skinalisme is het selecteren van producten die prioriteit geven aan de natuurlijke balans van de huid. Bioklinisch huidverzorgingsmerk Esse bezaait de huid met probiotica en voedt het microbiom met prebiotische voedingsstoffen, om een evenwichtige ecologie op de huid te bevorderen. Inbegrepen in dit assortiment is een probiotische foundation met de Esse Level 3 BIOME + technologie. Voor al haar producten onderzoekt Esse rewilding-technieken om het microbiom van de huid te herstellen en tegelijkertijd echte functionaliteit te bieden. Het is het ultieme in skinalisme!