

# Pentingnya Merawat Kulit di Usia 30 Tahun

Category: Gaya Hidup

written by Maulya | 17/10/2023



[Orinews.id](https://orinews.id) | **Jakarta** – Memasuki usia 30-an tahun, sering kali dianggap sebagai babak baru dalam perjalanan kehidupan seseorang. Di usia ini, banyak individu mulai melihat perubahan pada kulit mereka, baik itu tanda-tanda penuaan dini, perubahan tekstur, atau masalah kulit lain yang mungkin tidak pernah mereka alami sebelumnya.

Namun, dengan pemahaman dan perawatan yang tepat, usia 30-an bisa menjadi dekade di mana Anda merasa paling percaya diri dengan kulit Anda.

## **Mengapa Perawatan Wajah di Usia 30-an Penting?**

Dokter konsultan YOUNG, dr. Yulia Sisca, Dipl. CIDESCO mengungkapkan, di usia 30-an tahun kulit mulai kehilangan kemampuannya untuk memperbaharui diri secepat saat di usia 20-an. Produksi kolagen mulai menurun, dan faktor-faktor

eksternal seperti paparan sinar matahari dan polusi bisa mulai menunjukkan dampaknya. Oleh karena itu, perawatan wajah yang spesifik untuk usia ini sangat penting.

## **Langkah-langkah Perawatan Wajah di Usia 30-an**

### **1. Pembersihan Lembut**

Pilih pembersih yang mampu membersihkan kulit tanpa menghilangkan kelembaban alaminya.

### **2. Hidrasi yang Tepat**

Meskipun kulit mungkin masih terasa kenyal, penting untuk memastikan bahwa Anda memberikan hidrasi yang cukup.

### **3. Perlindungan dari Sinar UV**

Jangan abaikan pentingnya sunscreen. Melindungi kulit dari sinar UV adalah langkah pencegahan penuaan dini yang krusial.

### **4. Serum Anti-Penuaan**

Mulailah mempertimbangkan penggunaan serum yang mengandung bahan-bahan seperti retinol atau vitamin C untuk mencegah tanda-tanda penuaan. □ 5. Eksfoliasi Berkala□Eksfoliasi membantu mengangkat sel kulit mati dan merangsang regenerasi kulit.

## **Memilih Produk yang Tepat**

Dalam sebuah diskusi yang diadakan pada acara peluncuran produk YOUFO Skincare, dr. Yulia Sisca, Dipl. CIDESCO, menekankan pentingnya memilih produk yang sesuai dengan kebutuhan kulit di usia 30-an.

“Usia 30-an adalah waktu yang tepat untuk mulai berinvestasi dalam perawatan kulit Anda. Memilih produk dengan bahan alami dan formula yang mendukung keseimbangan kulit adalah esensial,” ujar dr. Yulia Sisca.

Perawatan wajah untuk usia 30-an bukan hanya tentang mencegah tanda-tanda penuaan, tetapi juga tentang merawat dan memahami kulit Anda dengan lebih mendalam. Dengan pendekatan yang tepat dan dukungan dari produk berkualitas, seperti yang ditawarkan oleh YOUFO Skincare, Anda dapat menikmati kulit yang sehat, bercahaya, dan terawat di dekade menarik ini.

| **Sumber:** Fimela