

ШПАРГАЛКА

Как читать состав косметики: шпаргалка

Состав (INCI) указывают по убыванию количества. Научитесь за минуту понимать, за что вы платите — и не вестись на маркетинг.

Базовые правила

- Первые 5–7 ингредиентов — это почти весь продукт. Активы в конце списка часто «для галочки».
- Aqua (вода) в начале — норма для большинства средств.
- «Натуральное» на упаковке ≠ состав. Смотрите INCI, а не фронтоную надпись.

Рабочие активы — что искать

Задача	Ищите в составе
Увлажнение	Sodium Hyaluronate, Glycerin, Panthenol, Beta-Glucan
Тон / сияние	Niacinamide, Ascorbic Acid (вит. C), Azelaic Acid
Возраст	Retinol, Retinal, Peptides, Bakuchiol
Жирность / поры	Niacinamide, Salicylic Acid, Zinc

Чему НЕ стоит верить

- ✓ «Гипоаллергенно», «дерматологически проверено» — не регулируемые слова.
- ✓ Длинный список активов — часто их слишком мало, чтобы работать.
- ✓ Цена как признак эффективности — решает формула, а не бренд.

Лайфхак: неизвестный ингредиент проверьте по названию INCI — поймёте, это активный компонент или просто текстура/консервант.

Хотите подбор именно под вашу кожу?

Пройдите короткий тест в нашем Telegram-боте — соберём персональную рутину бесплатно.
@bezmifov_bot