

A close-up photograph of a woman's face, her eyes are closed, and her hands are gently touching her forehead and chin. The lighting is soft and warm, creating a serene and focused atmosphere. The background is a gradient of purple and pink.

MÉTODO

**Rugas Nunca
Mais**

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	3
MÉTODO RUGAS NUNCA MAIS	5
O QUE SÃO RUGAS?	5
TIPOS DE RUGAS	5
COMO FUNCIONA O MÉTODO	9
PREPARAÇÃO E APLICAÇÃO	10
PRIMEIRA ETAPA	11
SEGUNDA ETAPA	13
APLICAÇÃO	13
COMO O PROCEDIMENTO ATUA NO SEU CORPO	14

INTRODUÇÃO

As rugas sempre foram um dos principais inimigos das pessoas, principalmente das mulheres, no quesito beleza. Atualmente existe uma gama enorme de produtos produzidos pela gigante indústria de beleza e cosméticos que sintetizam nutrientes artificialmente para diferentes maneiras de aplicação.

Entretanto, essa dose de nutrientes não costuma estimular a produção natural dos mesmos no organismo, e, na maioria das vezes, não é bem aproveitado pelo corpo, justamente por ser artificial e diferente do que é encontrado na natureza.

O Método Rugas Nunca Mais foi criado a partir dessa necessidade de uma solução mais prática, eficiente e natural de ajudar as pessoas a lidarem com esse desconforto que as rugas proporcionam e causam muitos outros problemas ligados a auto estima e bem estar.

O método é fruto de muitas pesquisas e testes, seus resultados mudam de pessoa para pessoa, porém, já nas primeiras semanas é possível perceber uma diferença positiva pela sua aplicação.

Essa diferença pode ser identificada ao capturar uma imagem antes de cada aplicação e também sentindo a sua pele pelo toque, graças a maciez e hidratação que o método proporciona.

A aplicação exagerada do método pode diminuir sua eficácia e proporcionar efeitos indesejados, como um aumento na oleosidade e aparição de acnes, portanto respeite a frequência indicada e, no caso da aparição de algum desses efeitos, reduza a frequência.

Se ainda assim esses efeitos persistirem, interrompa a aplicação do método e em seguida busque um dermatologista para identificar as possíveis causas e receber as orientações necessárias.

Apesar de eficaz, o método não corrige rugas de médio e alto grau, ele pode corrigir rugas suaves e amenizar rugas de graus maiores, além de evitar ou retardar o aparecimento de novas.

Método Rugas Nunca Mais

O que são as rugas

As rugas são marcas em forma de linhas irregulares e depressões que aparecem na pele. Elas aparecem em diversas partes do rosto sendo as principais:

- Testa
- Glabella (entre os olhos)
- Nasal (bigode chinês)
- Orbicular (pés de galinha)

São classificadas normalmente em estáticas ou dinâmicas, porém, existem mais três outras classificações: ondulações, sanfonadas e gravitacionais.

Tipos de rugas

Estáticas

Conhecida como o terror da maioria das mulheres, as rugas estáticas são identificadas por estarem sempre visíveis, mesmo quando os músculos da face estão relaxados, ou seja, mesmo quando não há nenhuma expressão ou contração muscular elas aparecem.



Dinâmicas

Também conhecidas como linhas de expressão, são formadas pela contração muscular facial quando expressamos alguma emoção ou reação.

Costuma ser o tipo mais comum de rugas e podem aparecer mesmo nas pessoas mais jovens.

Rugas dinâmicas, com o tempo, podem se tornar estáticas, quando determinada expressão é frequentemente utilizada e não são feitos cuidados para evitar alteração na pele.



Ondulações

Observadas quando ocorre o afinamento da pele. Também é conhecida como rugas finas devido a essa característica de apresentar as linhas finas normalmente ocultas do rosto.



Sanfonadas

Ao contrário das rugas dinâmicas, as sanfonadas apresentam alterações na estrutura da pele e na camada de gordura chamadas de derme, epiderme e hipoderme.

Elas são facilmente observadas nas pessoas de idade avançada, porém, não exclui o público um pouco mais jovem que ainda não está na terceira idade.

Gravitacionais

São identificadas pelo aspecto de “rosto caído”, característica predominante nas rugas gravitacionais.

As linhas, dobras e depressões aparecem por todo o rosto e, assim como as sanfonadas, são facilmente observadas em pessoas de idade avançada.



Como funciona o método

Buscando suprir a deficiência no aproveitamento de outros métodos, como a reposição de colágeno e a suplementação oral de nutrientes, mas também aproveitando a eficiência da absorção de cremes pela pele.

O Método Rugas Nunca Mais consiste na utilização de alguns ingredientes naturais para a produção de uma máscara de cuidado para a pele, também chamada de skin care.

Para que o método realmente funcione e auxilie na remoção ou diminuição das rugas no rosto, a aplicação da máscara skin care deverá ocorrer recorrentemente durante algumas semanas.

O método não substitui cuidados necessários como a proteção contra raios solares ao se expor ao Sol ou mal hábitos como o tabagismo, falta de exercício e má alimentação.

Também é importante considerar o fator genético, pois cada organismo responde de uma forma e em uma velocidade diferente, portanto utilizar o resultado de outras pessoas como base de comparação não é recomendável.

O método normalmente tem resultado notável já nas primeiras semanas de aplicação, utilize sempre ingredientes frescos e não reaproveite a mistura para a próxima aplicação, pois a eficácia será reduzida podendo atrasar a sua efetividade.

De forma alguma tente ingerir os ingredientes após a sua aplicação, mesmo se tratando de ingredientes comestíveis.

Preparação e Aplicação

A preparação da máscara é simples e feita em duas etapas. A primeira etapa é a produção de calda de caramelo que deverá esfriar antes de se iniciar a próxima etapa.

A segunda etapa é a base da máscara feita com a mistura de banana e mel que deve ser fresca e, portanto, não deve esperar a calda de caramelo esfriar para fazer a mistura.

Em seguida fazer a mistura dos ingredientes para então fazer a aplicação.

Primeira etapa

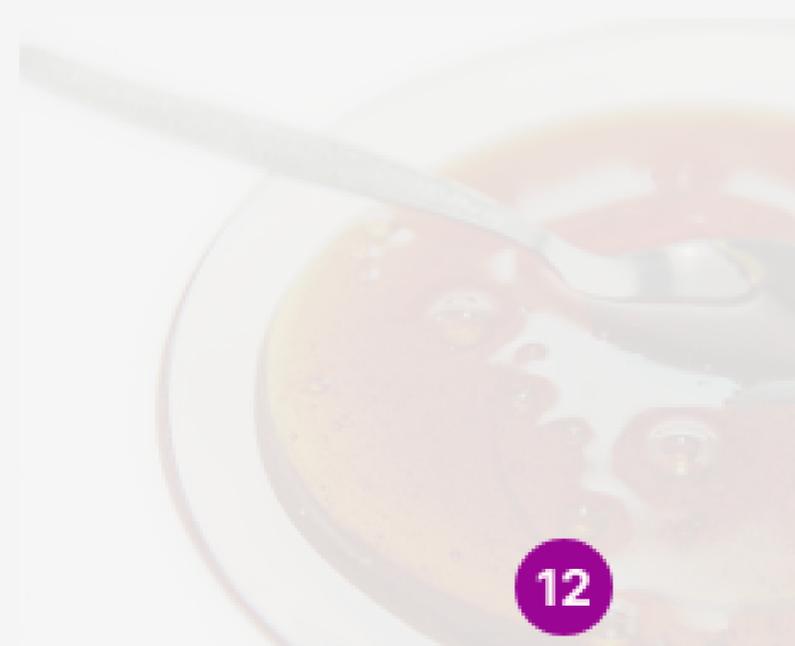
Para fazer a máscara é necessário apenas uma colher de calda de caramelo, porém, a produção da calda de caramelo para apenas uma colher é inviável.

Portanto será preparado uma quantia excedente que pode ser guardada na geladeira e reaquecida (lembrando de esperar esfriar novamente para não queimar ao contato com a pele) ou pode ser consumida.

Utilizando 1 xícara de água (cerca de 200 ml) e 1 xícara e meia de açúcar (cerca de 250 g) siga os seguintes passos:

- Utilize uma panela com o fundo grosso e que tenha cerca de 20 cm de diâmetro (para que o açúcar não queime e fique bem distribuído na panela);
- Coloque o açúcar na panela e coloque a panela no fogo alto;
- Mexa o açúcar para não queimar;
- Quando o açúcar começar a derreter abaixe o fogo mas mantenha mexendo;
- Assim que o açúcar derreter por completo desligue o fogo;

- Quando o açúcar começar a derreter abaixe o fogo mas mantenha mexendo;
- Assim que o açúcar derreter por completo desligue o fogo;
- Coloque a água em partes (dividindo em pelo menos $\frac{1}{3}$ por vez, podendo ser mais), tomando cuidado com o vapor que vai subir quando a água cair na panela quente e misturando a cada inserção;
- Assim que terminar de acrescentar a água à panela, ligue novamente o fogo em baixa potência;
- Todos os grãos de açúcar devem derreter;
- Quando a mistura começar a ferver mantenha o fogo até a calda criar consistência (cerca de 6 à 10 minutos);
- Desligue o fogo e deixe esfriar por 20 minutos;
- Transfira para um recipiente de vidro, feche e guarde na geladeira se preferir;
- Assim que a calda estiver morna e não queimar ao contato com a pele, inicie a Segunda Etapa.



Segunda etapa

- A base da máscara é feita com cerca de meia banana à uma banana prata ou nanica (dependendo do tamanho da banana) e uma colher de mel (colher de chá).
- Amasse a banana com um garfo até formar uma mistura pastosa;
- Adicione o mel e misture;
- Adicione cerca de uma colher de caldo de caramelo (colher de chá) e misture novamente até formar uma mistura homogênea.

Aplicação

Com a mistura pronta siga os seguintes passos:

- Lave o rosto (de preferência com um gel de limpeza facial e água morna) e seque gentilmente com uma toalha;
- Em frente a um espelho, aplique a mistura em todo o rosto;
- Encontre um local confortável para se sentar ou para deitar de preferência sem a presença de outras pessoas;

- Durante o procedimento evite conversar ou fazer outras atividades, relaxe e deixe a máscara agir por até 15 minutos (se preferir corte duas fatias de pepino e ponha sobre os olhos para auxiliar com olheiras);
- Lave o rosto removendo completamente a mistura e em seguida seque gentilmente com a toalha;
- Repita o procedimento de duas à três vezes por semana.

Como o procedimento atua no seu corpo

A aplicação da máscara skin care visa a revitalização da pele, auxiliando na prevenção e tratamento de rugas de grau leve, amenizando as linhas de expressão.

A banana, rica em potássio, possui fibras solúveis que auxiliam a absorção da pele, carboidratos, cálcio, magnésio, fósforo e vitaminas A, B e C que auxiliam na revitalização, higiene, hidratação, nutrição e maciez da pele.

O mel possui propriedades antioxidantes que auxiliam na proteção dos efeitos dos raios ultravioletas e também no rejuvenescimento da pele.

O caramelo, assim como o mel, contribui (e até mais) com antioxidantes, mas também reduz o efeito dos radicais livres que, somado ao efeito do mel, protege a pele dos efeitos nocivos do Sol (não substitui o protetor solar, mas agrega na proteção) permitindo que as células possam se renovar e corrigir rugas e linhas de expressão.

A combinação desses ingredientes proporciona uma máscara skin care que aumenta a absorção de nutrientes somado a uma grande quantidade de nutrientes fornecidos pela banana, junto a uma barreira de agentes antioxidantes que neutralizam o efeito nocivo de radicais livres e raios ultravioletas, permitindo a sobrevivência de novas células saudáveis que estão sendo estimuladas a serem produzidas com mais intensidade.

Outro efeito natural da máscara skin care é a hidratação, que dará um efeito de maciez nas camadas mais externas da pele (a derme), por isso o cuidado na hora de secar o rosto após a higienização e também a recomendação da utilização de água morna.

O método por si só já traz benefícios o bastante para sozinho proporcionar os benefícios de uma pele mais jovem e protegida, porém, recomenda-se manter cuidados como a utilização de protetor solar.

Praticar exercícios físicos, manter uma dieta equilibrada e rica em frutas, verduras e legumes (principalmente pelos nutrientes que eles fornecem que agregam ainda mais na eficácia do método).

Manter hábitos diurnos e boas noites de sono e evitar hábitos nocivos como o tabagismo e o consumo excessivo de álcool, que intoxicam o corpo exigindo um gasto de energia para limpar essas toxinas sobrando menos energia para a produção de novas células saudáveis para o seu rosto.