



U nastojanju da što ljepše i privlačnije izgledaju, žene nerijetko pretjeruju u šminkanju i postižu suprotan efekt. Najnovije istraživanje pokazalo je da jedan od pet muškaraca smatra kako ljepša polovica koristi previše sredstava za uljepšavanje. Donosimo najčešće pogreške prilikom dotjerivanja kako bi ih lakše izbjegli.

### **Pretanke obrve**

Pretanke obrve, ponekad i posve počuvane, pa naknadno nacrtane, imaju osobinu da dodaju ženi čak 10 godina više. Kada čupate obrve, pazite da ne pretjerujete i pratite prirodan oblik.



### **Predugački nokti**

Osim što su nepraktični za svakodnevne poslove, i kućanske i uredske, predugački nokti, osobito umjetni, izazivaju odbojnost kod muškaraca. Druga krajnost su izgrizeni nokti koji ukazuju na nervozu i nezrelost.

### Pretjerano "kvarcanje"

Prečesti boravci u solariju, osobito van sezone, mogu dovesti do pojave raka kože ukoliko su lampe za sunčanje zastarjele, a tamni ten postignut na takav način djeluje umjetno.



### Izrast kose

Bojana kosa izgleda lijepo samo kad je negovana, inače djeluje zapušteno. Dobro razmislite imate li dovoljno vremena za redoviti odlazak frizeru na profesionalno bojanje.

### Previše šminke

Mlade djevojke su osobito sklone nanošenju prevelikih količina šminke, posebno pudera kojime ustvari prikrivaju loš ten. Redovni odlasci kozmetičarki, kao i pravilna prehrana regulirat će nezdravi ten i poboljšati kvalitetu kože.

[Zdrav zivot](#)