



## Rahasia Collagen: Rahasia Kecantikan Abadi yang Harus Kamu Ketahui

### Description

pengetahuan kolagen dan kesehatan kulit

Kolagen merupakan protein struktural universal di kulit kita. Tekad keras kita untuk melestarikan dan mengembalikannya lah yang mendorong industri suplemen kecantikan dan perawatan kulit senilai milyaran dolar. Namun, apakah khasiatnya sudah terbukti? Artikel ini berfokus pada pandangan dr. danny guo, seorang dermatolog dan direktur medis di Rejuvenation Medical di Calgary mengenai kolagen di kulit kita saat kita menua, serta cara memerangi penurunannya.

#### Kehilangan Kolagen

Kolagen mulai berkurang perlahan-lahan sejak kita lahir. Setelah usia 20 tahun, kita kehilangan sekitar satu persen kolagen setiap tahun, serta 30 persen setelah menopause bagi wanita. Sementara faktor genetik tidak bisa dikendalikan, pencegahan paparan radiasi UV sangat penting. Paparan sinar UV bertanggung jawab atas 90 persen penuaan kulit yang terlihat.

#### Membangun Kembali Kolagen

Dokter Guo merekomendasikan penggunaan bubuk kolagen hidrolisasi yang bisa dilarutkan pada minuman sehari-hari. Penggunaan biasanya memakan waktu minimal 12 minggu atau bahkan hingga enam bulan untuk melihat perubahan yang signifikan pada kulit. Terdapat sejumlah merek di Kanada yang menghasilkan bubuk kolagen dengan berbagai sumber dan juga opsi vegan.

Berikut ini adalah merek bubuk kolagen pilihan yang dapat menjadi alternatif :

- Whole Body Collagen Wild-Caught Marine
- Vital Proteins
- Biosil Vegetarian Capsules

#### Kesimpulan

Kolagen memiliki peran penting dalam kesehatan kulit dan dapat membantu memperlambat proses penuaan. Dengan memahami hal ini, kita dapat mempertimbangkan untuk menggunakan suplemen

kolagen dalam perawatan kulit kita. Stay tuned untuk “Let’s Talk About Collagen – Part II” dimana kita akan membahas lebih lanjut mengenai produk perawatan kulit berkolagen.

## Ringkasan

Kolagen adalah protein struktural paling umum di kulit kita. Namun, apakah semua produk kolagen seperti kopi dan smoothies yang mengandung kolagen benar-benar efektif? Pembaca diundang untuk merespons pertanyaan ini dan berbagi pendapat mereka. Apakah kamu percaya bahwa kolagen benar-benar efektif? Bisakah kamu membagikan pengalaman menggunakan produk-produk kolagen? Ayo kita diskusikan bersama!

Sumber berita silahkan Cek di sini [Source link](#) . jangan lupa baca berita/artikel terkait melalui link di bawah. dan silahkan cek tools kehamilan terbaru dari homp.my.id yaitu tools [kalkulator kehamilan](#)

default watermark