



Nataša Godler

NIKOLI NI PREZGODAJ IN NIKOLI PREPOZNO

Na posvet k njej morda pridete polni znanja, od nje pa greste z zavedanjem, da je nega kože nekaj povsem drugega, kar ste mislili. O njenem uspehu govorijo številne ženske, ki jim je spremenila življenje, svoje pa govori tudi njena linija napredne kozmetike in naprav. Široko znanje z različnih področij ji omogoča holistični pogled na posameznika, kar se danes zdi tudi v negi nujno potrebno.

Intervju: Katarina M. Bajt
Fotografiji: Vida Hab in Tibor Golob

Poznani ste kot 'tista' Nataša, ki spravi v red vsako kožo. Ste zakladnica znanja o koži in mnogo več kot kozmetičarka. Kako se je začela vaša zgodba?

V kozmetiki delujem 31 let, za mano je veliko izobraževanj tudi v tujini. Že kot mala deklica sem čutila v sebi entuziazem do negovanja kože, punčke sem masirala s kremo in vedno govorila, da bom delala kot kozmetičarka. Starši mi niso pustili na kozmetično šolo, zato sem se vpisala na farmacijo, za kar sem jim danes zelo hvaležna, saj mi odlično koristi pri delu. Po farmaciji sem se šolala za kozmetičarko in še v času šolanja začela delati. Sedem let pozneje sem imela svoj salon, v tem času pa marsikaj študirala, od kitajske medicine, klinične aromaterapije, do tuina masaže in mnogo drugih tehnik. Salon je doživel veliko preskokov, eden prvih je bil leta 2007, ko smo se razširili v sedanji NatasaSPace. Od takrat se je zgodilo ogromno. Velik mejnik je bil pred devetimi leti, ko sem se prvič srečala z dermadiagnostiko. Moj salon je bil prvi pri nas, ki je predstavil podrobno analizo kože in personalizirano nego.

V čem je vaša dermadiagnostika tako posebna?

Dermadiagnostika nam omogoča vpogled v očem skrita stanja kože in s tem lahko vašo nego popolnoma personaliziramo. To je prihodnost nege, da je pisana na kožo le vam, kar omogoča neprimerljive in vidne rezultate. Ključno je poznavanje mehanizmov delovanja kože in nastanka problematike ter reševanja. Brez dermadiagnostike si našega dela ne predstavljam več. S kontrolnimi meritvami točno vidim, kako predpisana nega deluje na kožo, spreminjam režim nege za doseganje ciljanih rezultatov, ocenim lahko tudi, v kolikšnem času bo določena težava odpravljena. Treba je vedeti, kaj lahko na koži naredimo, česa pa ne, in stranki to tudi povedati, da ima realna pričakovanja. Tretma lahko popolnoma personaliziram in tudi priporočim, kdaj je smiselno opraviti določen tretma in kdaj ne, saj je morda koži treba najprej pomagati na drugem področju. Za sabo imam okoli 12 tisoč meritvev in še vedno se nenehno izobražujem, saj me to izredno zanima. Tako se je razvila tudi ideja o lastni kozmetiki.

Ta je res nekaj posebnega, osnovali ste tudi nekaj lepotnih naprav za domačo nego, rdeča nit vseh vaših produktov pa je inovativnost in visoka učinkovitost, kajne?

Dolgoletnim strankam – veliko jih je tudi iz tujine – se res ne bi želela zameriti z izdelki, ki ne učinkujejo. (Smeh.) Ne nazadnje od mene tudi pričakujejo vedno nekaj novega in inovativnega, kar je včasih lahko breme. Na linijo SkinMajesty sem res ponosna, saj je nastajala 14 mesecev. Formulirala sem jo v Nemčiji z ekipo znanstvenikov pod okriljem dr. Vossa, pri njej pa nisem sprejemala kompromisov, želela sem, da so izdelki sestavinsko močni. Formulacije so narejene posebej za to linijo in dve od njih sta celo edinstveni na svetovnem trgu. Moje tri naprave pa so nastajale med epidemijo, ko sem imela (pre)več časa. (Smeh.) Lotila sem se preizkušanja tega, kar je na voljo na svetovnem trgu. Tako sem res raziskala področje in imela jasno vizijo, kaj želim ponuditi. V tem času je nastal tudi moj prvi serum Ageless Elixir in pa prva dva prehranska dodatka.



Znani ste po tem, da razbijate mite o negi kože in obračate na glavo naša prepričanja o tem, kaj je dobra nega. Kateri so največji miti?

Eden takih je negovalna rutina, ki je danes razširjena na družbenih omrežjih, a na dermadiagnostiki pade na izpitu. (Smeh.) Koži neprijazno, preagresivno dvojno čiščenje, premalo pozornosti pri izbiri serumov, ki so bistveni za rezultat, uporaba dnevnih krem brez zaščite, preko njih pa kreme z zaščitnimi filtri, po možnosti vodoodporne. Taka nega koži ni preveč prijazna. Ena večjih težav je 'predobro' čiščenje kože, ki ima za posledico to, da z nje odstranimo zaščitni plašč. To je najpogostejša poškodba kože, ki jo vidim pri strankah. Rešitev ni v kremi, pač pa v tem, da spet vzpostavimo kožno bariero.

Zakaj je vzpostavitev zdrave kožne bariere tako esencialna za kakršnokoli drugo dejanje v negi, kot radi rečete?

Dobra barierna funkcija kože je alfa in omega vsake dobre nege. Če je kožna bariera dobra, iz kože ne izhaja vlaga, vanjo pa tudi ne prodirajo več snovi iz okolja, ki jo nenehno dražijo. Draženje namreč vodi v vnetne procese, ti pa v razgradnjo kolagena, česar si seveda ne želimo. Posledica so prezgodnje, vidno staranje kože, upad čvrstosti in poglobljanje gubic, ki se mu lahko s pravilno nego izognemo. In to je bistvo mojega dela. Vedno se da z dobro nego vidno izboljšati stanje in videz kože. Nikoli ni prezgodaj in nikoli prepozno, da začnete!

Prej sva se dotaknili večinoma napačnega čiščenja kože. Kakšno je torej koži prijazno čiščenje, ki pa je obenem tudi učinkovito?

Čiščenje kože je cela znanost – kako jo očistiti dobro in hkrati prijazno. Največ težav izvira iz čiščenja, neverjetno, kajne? Najpomembnejša stvar so čim bolj blagi čistilci, ki dobro čistijo in ne uničujejo epidermalne bariere, zato smo z ekipo formuliranja čistila posvetili res veliko pozornosti. Da je koža dobro očiščena, si lahko pomagamo s sonično ščetko, ki je v svetu že dolgo nekaj običajnega in del osebne higiene. Naše stranke obožujejo tudi kislinska čistila, ki odlično očistijo pore. Odsvetujem uporabo oljnih čistil in micelarnih vod.

Tudi pri negi, ki sledi čiščenju, delamo napake po vaših opažanjih?

Čistilni fazi naj vedno sledit tonik, s katerim dobro obrišemo obraz, torej na vatki, da odstranimo zadnje ostanke čistilnega sredstva in znižamo koži pH. Če namreč čistilno sredstvo ostane na koži, raztaplja kožno bariero. Ne smemo zamenjevati tonikov s hidrolati, ki so nekaj drugega, lahko pa jih pršimo na kožo za osvežitev. Še en greh je uporaba micelarne vode namesto tonika, ki se jo pušča na koži. To je čistilo, in če ga pustite na koži, ves dan vpliva na kožno bariero. Srce nege pa so serumi, od njih so odvisni rezultati na koži. Vedno morajo biti izbrani glede na pridružena stanja, in ne tip kože, če želimo, da ima nega res rezultat. Gubice, rdečica, hiperpigmentacije in podobno niso stvar tipa kože, ampak pridruženega stanja. Če bomo negovali samo tip kože, ne bomo rešili stanja oziroma težave, ki jo imamo, zato pa je serum tako pomemben korak, ker rešuje to, kar je naša težava, kar želimo izboljšati.

Kako torej sploh izberemo najustreznejši serum, kakšno naj bo naše vodilo?

Z zelo preprostim vprašanjem, kaj je cilj vaše nege. Vas motijo hiperpigmentacije? Potem potrebujete takšen serum. Manj gubice? Morda nečista, mastna koža? Serumi vsebujejo različne aktivne učinkovine s povsem različnimi delovanji na kožo in problematike. Krema, ki mu sledi, pa izbiramo glede na tip kože. Če želimo ohraniti zdravo in čvrsto kožo, mora biti zaščitena pred UV-sevanjem vsak dan v letu, in ne samo, ko smo na soncu! Zato kakovostna dnevna krema vedno že vsebuje zaščito, saj je njen cilj med drugim učinkovita zaščita pred zunanjimi vplivi, nočna krema pa lahko med spanjem že učinkovito obnavlja kožo.



Nenehno raziskuje novosti in k nam prinaša napredne rešitve za well-aging

Ali to pomeni, da smo z zaščitnim faktorjem, ki ga ima dnevna krema, dobro zaščiteni na običajen dan, ko nismo na morju, smučanju in podobno?

Tako je, dnevna krema je negovalni proizvod z zaščitnim faktorjem in je zadostna zaščita za običajne vsakodnevne opravke. Kremi za zaščito pred soncem pa dodajamo ob večji izpostavitvi, kot so športne aktivnosti, delo na vrtu, popoldne v naravi ... Dobra dnevna krema zaščiti pred vsemi vplivi okolja. Vse, kar zunanji dejavniki povzročajo na koži, imenujemo fotostaranje, to pa je povezano z vnetnim staranjem (t. i. inflammaging). Dokazano je, da tudi prašni delci v zraku potencirajo učinek UV-sevanja na kožo (t. i. pollution aging). Za temo fotostaranje, ki je moja strast, bi potrebovali poseben intervju. **Da pa ne bo pomote – klasična krema za zaščito pred soncem je še vedno potrebna pri večjem izpostavljanju soncu, kajne?** Vsekakor, in nanos je treba ponavljati vsaki dve uri. Če ne gre res za ekstremne razmere, pa odsvetujem vodoodporne filtre. Rada bi poudarila, da porjavelost ni nič drugega kot poškodba. Vsaka zagorelost pomeni poškodbo kože, zdrava porjavelost pa žal ne obstaja. Vedno pomeni določen odstotek vnetja in posledično razgradnjo kolagena. Sestava kože je taka, da UV-sevanja ne prenese brez poškodbe, to je dejstvo.

Na katere sestavine torej prisegate pri delu oziroma se vam zdijo vredne uporabe, če predpostaviva, da je naša koža v zdravem stanju in pripravljena na aktive?

Hialuronska kislina je samoumevna, odlične so kisline, derivati retinola, protivnetne sestavine, kot so bosvelija, niancinamid, ruscus, antioksidanti, vitamin B12. In vsekakor LMS-sistem, inovacija, ki vgradi v kožo manjkajočo epidermalno bariero, torej gradi zaščitni plašč. To sestavino sem želela tudi v svojem serumu, saj je to težava, ki jo ima večina uporabnic.

Torej nas uporaba prave kozmetike v zdravem stanju kože lahko pripelje do upočasnitve staranja?

Absolutno. Ne samo do upočasnitve, tudi do vidnega pomlajevanja! Z našimi strankami vsako jesen začnemo triatlon za kožo, saj je to najboljši čas za vidno obnovo kože in izboljšanje vseh stanj. Da se narediti marsikaj, a je treba poznati tudi časovne omejitve, na primer sinteza kolagena poteka tri mesece. Če vemo, kaj koža potrebuje v danem obdobju, lahko nego temu ves čas prilagajamo in ima uporabnik vedno maksimalen rezultat ter obenem preventivo, zato še enkrat ponavljam prednost dermadiagnostike. Smisel nege kože je, da čim dlje ohranimo zdravje in dobro počutje ter seveda sijoč videz. Raje kot o anti-agingu govorim o well-agingu, brezčasno sijoči in negovani koži ne glede na leta. To, da moramo biti vsi gladki pri petdesetih, je čista obsesija! Ne gre pa le za pravo nego, strankam to prikažem skozi pet stebrov: prehrana, prehranski dodatki, skrb za psihofizično telo, poudarek na meditaciji, zavestnem dihanju, umirjanju, ciljna nega doma in nega v salonu. Vsak delček prinese svoje v sestavljanju.

Pa je pri nas zavedanje o celostni negi že dovolj dobro?

V tujini že dolgo velja, da za sintezo kolagena začnemo delati po 25. letu, pri nas pa povprečni uporabnik začne razmišljati o tem po štiridesetem, kar je velika razlika v končnem rezultatu. Pri petdesetih letih povečanje kolagena zahteva več tretmajev in rezultat bo seveda nekoliko slabši. Teoretično lahko rečeva, da nikoli ni prezgodaj začeti razmišljati o tem, dobra novica pa je, da tudi ni nikoli prepozno. Danes nam sodobna kozmetika in tehnologija omogočata marsikaj. **Ampak vi ne gledate na stranko samo skozi dermadiagnostične meritve, verjetno glede na to, kako široko znanje imate, upoštevate marsikateri dejavnik, ponujate holistični pristop?**

Z vsako stranko se pogovorim, izpolniva anamnestični vprašalnik, da dobim globlji vpogled v situacijo. Črпам tudi znanje, ki sem si ga nabirala z leti in ni povezano s kozmetiko, dve leti sem študirala tudi transakcijsko analizo in ne nazadnje šla v svojem življenju skozi vrsto težkih situacij, leta 2016 tudi skozi izgorelost. Poskušam delati čim bolj celostno, saj ne gre samo za nego – gre za počutje, življenjski slog stranke, njene želje, možnosti, cilje. Vedno poudarjam, da je pomemben čas, ki si ga vzamemo zase, pa čeprav sta to samo dve minutki v norem dnevu. Zato sem ustvarila vse te rituale, celo iz čiščenja, povsem dolgočasnega opravila, nam je uspelo narediti užitek! (Smeh.) Pomembno je, da v negovaju sebe uživamo, to ne sme biti obveznost, temveč nekaj, česar se veselimo!

Kako vidite svojo pot v novem letu, vas čaka veliko izzivov, nas pa morda novosti?

Trenutno so v fazi formuliranja prihajajoči proizvodi za leto 2024. Čas in sredstva bom vložila v linijo SkinMajesty, ki jo želim še nadgraditi, prideta pa tudi naša četrta naprava z LED-terapijo in nov prehranski dodatek. Načrtujem izdelke za različne problematike, in temu bom posvetila veliko časa. Trenutno tudi proučujem nove dermadiagnostične sonde, tako da se morda v 2024 obeta še kakšna novost tudi na tem področju, 'majestic skincare' nima meja. (Smeh.) Nekaj povpraševanja za gostovanja dermadiagnostike imam tudi iz tujine, tako da me brez dvoma čaka pestro in izzivov polno leto, ki se ga že veselim! ■