

# Pengen Kulit Cerah? Yuk Kita Bahas 5 Makanan Yang Bikin Kulit Cerah

Category: LifeStyle

10 Juli 2023



## 5 Makanan Bikin Kulit Cerah

Prolite – Memiliki kulit cerah menjadi dambaan semua wanita, penggunaan produk skin care yang terbaik mungkin menjadi cara setiap wanita agar memiliki wajah cerah.

Namun anda perlu tau perawatan kulit cerah bukan hanya dari luar saja, namun perawatan kulit wajah yang cerah juga harus dari dalam.

Perawatan dari dalam yang dimaksud yaitu mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin dan mineral termasuk antioksidan yang

baik untuk melawan kulit kering, serta mencegah peradangan dan tanda penuaan.

Lalu apa saja sih makanan yang membantu perawatan dari dalam agar kulit cerah? Kami memiliki beberapa rekomendasi makanan untuk membantu perawatan dari dalam agar kulit cerah.

### 1. Stroberi



Strawberry

Buah stroberi dan jenis buah beri lainnya, stroberi sangat kaya akan vitamin C. Vitamin C dapat menjaga kesehatan jaringan ikat di bawah kulit, sehingga tetap kencang, kuat, dan sehat.

Stroberi juga tinggi akan folat (vitamin B), serat, dan susunan fitokimia yang dapat membantu mencegah kerusakan kulit akibat paparan radikal bebas.

### 2. Tiram



Tiram

Tiram bagus untuk kulit karena mengandung zink yang tinggi. Konsumsi tiga tiram setiap hari akan memenuhi kebutuhan zink (seng) harian Anda. Tiram juga memberi muatan protein signifikan yang juga baik untuk kulit.

Zink merupakan zat yang sangat berperan untuk kesehatan kulit secara umum dan pembentukan sel kulit baru.

Selain itu, zink juga bermanfaat mencegah inflamasi (peradangan). Manfaat ini penting untuk meredakan kondisi-kondisi iritasi yang mungkin bisa terjadi di kulit.

### 3. Jeruk



## Jeruk

Buah jeruk memiliki rasa manis asam ini kaya akan vitamin C yang dibutuhkan untuk pembentukan kolagen dan menjaga kulit tetap kencang.

Tak ada salahnya untuk selalu sedia stok jeruk di kulkas agar Anda bisa menikmatinya setiap hari. Selain menyegarkan, manfaatnya sebagai makanan untuk mencerahkan kulit bisa diperoleh.

## 4. Wortel



### Wortel

Wortel kaya akan beta-karoten. Prekursor vitamin A di dalam tubuh ini sangat dibutuhkan untuk kesehatan kulit. Wortel juga kaya akan *potassium* dan serat, serta rendah kalori dan hampir bebas lemak.

Wortel dapat dinikmati dalam berbagai sajian, tidak melulu dalam bentuk jus. Cobalah makan wortel dengan saus cocol rendah kalori, mencampurkannya ke mangkuk salad, dan lain-lain.

## 5. Ikan Berlemak



### Ikan Berlemak

Ikan berlemak seperti salmon, tuna, maupun *herring* sangat kaya akan asam lemak omega-3. Asam lemak ini penting untuk menjaga kesehatan kulit. Kekurangan asam lemak omega-3 dapat menyebabkan kulit kering.

Peranannya adalah membantu pertumbuhan sel dan melawan radikal bebas yang merusak kulit.

Selain kaya akan omega-3, salmon diketahui sebagai sumber

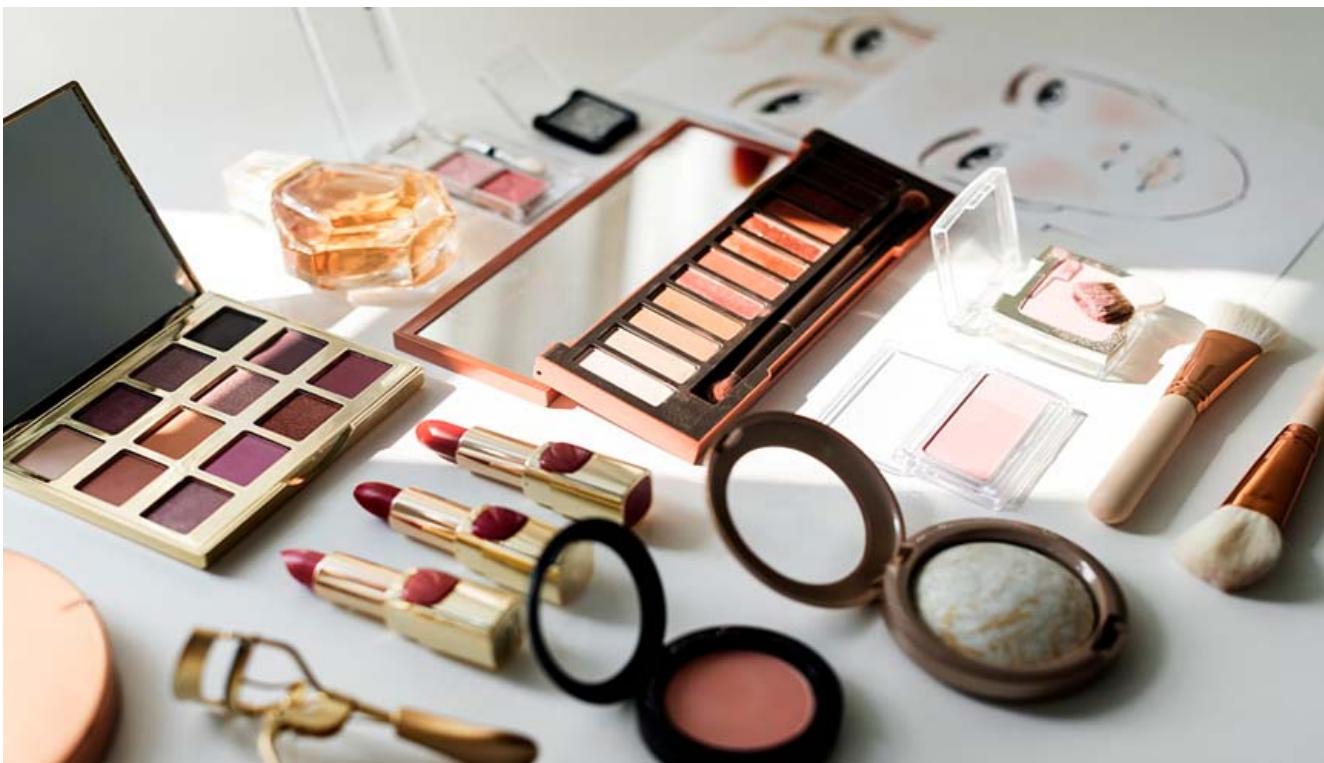
vitamin E, protein, selenium, dan seng yang sangat baik. Kalori salmon juga tergolong rendah, sehingga cocok untuk segala jenis diet.

---

# Glam Ala Seleb Hollywood : 6 Merek Kecantikan Ini Lagi Diincar Beauty Enthusiast!

Category: Seleb

10 Juli 2023



**Prolite** – Hai, beauties! Kabar gembira nih buat kalian semua yang suka banget sama dunia kecantikan. Selain jago main film atau jago nyanyi nih, para selebriti Hollywood juga punya keahlian lain yang bikin kita makin terpukau. Yup, mereka gak cuma cantik, tapi mereka juga punya bisnis kecantikan sendiri

yang lagi ngehits banget!

Kita sering lihat mereka tampil memukau di karpet merah, dan sekarang mereka punya rahasia kecantikan yang bisa kita ikuti. Jadi, siap-siap, karena dalam artikel kali ini, kita bakal bahas tentang lima merek kecantikan bikinan selebriti Hollywood yang lagi digandrungi dan diburu oleh *beauty enthusiast* di seluruh dunia. *Let's get glam, beauties!*

## Ini Dia 5 Merek Kecantikan yang Lagi Diburu Para *Beauty Enthusiast*!

### 1. The Outset by Scarlett Johansson



*theindustry*

Yang pertama ada merek kecantikan terbaru yang sedang mencuri perhatian para *beauty enthusiast*, yaitu The Outset yang didirikan oleh selebriti ternama, Scarlett Johansson.

Meskipun terjun di tengah-tengah gempuran merek kecantikan lain yang juga didirikan oleh selebriti-selebriti lain, The Outset berhasil menarik perhatian berkat formulanya yang sederhana dan menggunakan kekuatan tanaman untuk memperkuat perlindungan kulit.

Merek ini debut pada Maret 2022 dan sejak itu merek ini telah mendapatkan pujian dari para editor kecantikan dan pakar perawatan kulit. The Outset ini nawarin jajaran produk yang terdiri dari sembilan item, termasuk serum persiapan kolagen vegan yang efektif untuk mengencangkan kulit. So, tunggu apa lagi? Ayo, cobain produk dari The Outset dan rasain manfaatnya sendiri!

## 2. Rare Beauty by Selena Gomez



Instagram @RareBeauty

Selena Gomez, penyanyi dan aktris cantik, membuat gebrakan di dunia kecantikan dengan mereknya, Rare Beauty.

Menghadirkan pesan yang kuat tentang penerimaan diri dan kesehatan mental, Selena Gomez mendirikan Rare Beauty ini pada tahun 2020 lalu. Tentu hal itu sejalan dengan semangat Gomez, Rare Beauty menjadi wadah bagi perempuan untuk merayakan keunikan dan keindahan mereka.

Sebagai seorang penyanyi dan aktris yang terkenal, Selena Gomez juga telah menghadapi perjalanan pribadi yang tidak mudah, termasuk perjuangannya dengan diagnosis lupus. Namun, dia tetap berani dan terbuka tentang pengalamannya, bahkan membala komentar tentang tubuhnya dengan pernyataan, “Saya sempurna apa adanya.”

Produk-produk Rare Beauty telah dikenal dengan kemasan yang cantik dan kualitas yang baik. Merek ini nawarin berbagai macam produk kecantikan, mulai dari *blush*, *tinted moisturizer*, *setting powder*, *bronzer*, *maskara*, hingga *lip product*. Rare Beauty juga menempatkan fokus pada kualitas *vegan* dan *cruelty-free* dalam produk-produknya. Gak heran kalau *beauty enthusiast* jatuh cinta dengan Rare Beauty!

## 3. Honest Beauty by Jessica Alba



Honest Beauty adalah salah satu cabang dari kerajaan Honest yang dimiliki oleh Jessica Alba. Merek ini telah berdiri selama satu dekade sejak tahun 2011. Nah, koleksi riasan dan perawatan kulit mereka itu emang bikin ketagihan, kualitas formulanya yang top banget. Tapi yang bikin makin oke,

*packaging*-nya juga keren abis dan pilihan produknya dikurasi dengan pintar banget.

Bukan cuma kecantikan aja, brand ini juga ngembangin produk-produk lain yang gak terkait sama kecantikan, seperti perlengkapan kebersihan, produk bayi, dan bahkan suplemen. Ada satu produk mereka yang jadi *best seller*, krim *hidrogel* namanya. Ini pelembap ringan yang berisi *jojoba*, *squalane*, dan asam *hialuronat* yang bikin kulit kita jadi lebih kencang, lembap, dan halus. Pokoknya, mantap banget deh!

## 4. Beauty by Ariana Grande



Penyanyi yang juga ikut meluncurkan brand kosmetiknya sendiri adalah . Gak cuma sukses jadi penyanyi aja, Ariana juga mau nyoba jadi pebisnis kosmetik. Di penghujung 2021, artis yang akrab disapa Ari itu secara resmi mengenalkan Beauty kepada publik.

Dia bikin seri pertamanya yang namanya *Chapter One: Ultraviolet*. Di seri ini, ada 12 produk makeup keren, dari *eyeshadow palettes*, *highlighter*, *lipstick matte*, *lip gloss*, sampe *lip stain maker*. Seru banget kan! Tapi, tentu aja Ari punya keunikan sendiri. Di seri pertama ini, dia bikin *packaging*-nya yang *eye catching* banget, bentuknya kayak alat-alat luar angkasa gitu, keren abis!

Dan yang lebih oke lagi, Beauty ini diklaim sebagai produk yang *vegan*, artinya gak pake bahan dari hewan dan juga gak dicobain ke hewan. Jadi, buat kalian yang pecinta binatang, ini cocok banget deh! Gimana, keren banget kan? Ariana emang juara!

## 5. Fenty Beauty by Rihanna



## *Netick*

*Last but not least*, siapa sih yang gak kenal dengan Rihanna, penyanyi yang hits dan masih terus aktif di industri hiburan Hollywood sampai sekarang.

Ternyata, selain jago nyanyi, Rihanna juga punya bisnis di bidang kosmetik yang namanya Fenty Beauty. Gak usah diragukan lagi, Fenty Beauty dari Rihanna emang jadi salah satu merek kecantikan selebritas yang lagi ngetren banget sekarang.

Bahkan pas pertama kali diluncurin, brand ini udah dapet penghargaan dari majalah Time sebagai salah satu 25 penemuan terbaik tahun 2017. Produk-produk kecantikan dari penyanyi yang nyanyi lagu ‘Diamond’ ini tuh bervariasi banget, mulai dari *foundation*, *cream bronzer*, *maskara*, *lipstik*, sampe parfum. Gak usah ragu deh buat coba produk Fenty Beauty, pasti puas dan tampilannya bakalan nyata bedanya!

Nah, dari semua merek kecantikan ini, kita bisa lihat betapa selebriti Hollywood bisa sukses di dunia bisnis kecantikan. Merek-merek ini emang punya daya tarik sendiri dan berhasil mencuri hati *beauty enthusiast* di mana-mana.

Pastinya, masih banyak merek-merek kecantikan lainnya yang bisa jadi favorit kalian. Dunia kecantikan gak pernah berhenti berkembang, jadi jangan takut buat mencoba dan menemukan merek favorit kalian sendiri.

Jadi, teruslah eksplorasi dan jadilah cantik dengan caramu sendiri. Ingat, kecantikan itu ada di dalam diri kita dan merek-merek ini cuma nambahin sentuhan extra buat kita merasa lebih pede dan nyaman. Makanya, jangan takut untuk tampil beda dan jadi diri sendiri yang paling cantik! So, *keep shining, beauties!* ☺

---

# Menakjubkan Masker Daun Kelor, Nomer 1 Banyak di Cari Wanita

Category: LifeStyle

10 Juli 2023



## Menakjubkan Masker Daun Kelor, Nomer 1 Banyak di Cari Wanita

**Prolite** – Memiliki wajah mulus dan bebas dari jerawat merupakan idaman semua wanita. Menggunakan masker dari daun kelor untuk mendapatkan wajah yang mulus.

Kami memeliki rahasia wajah mulus dan bebas dari jerawat dengan *Skincare* alami. Skincare yang di dapatkan dari alam ini

akan membuat wajah menjadi mulus.

Skincare alami ini memiliki nutrisi didalamnya yang bisa digunakan untuk menurunkan kadar gula dalam darah, mengatasi peradangan, mengontrol tekanan darah, menghambat sel kanker hingga menjaga kesehatan otak.

Selain digunakan untuk dunia medis, daun kelor juga dimanfaatkan untuk dunia kecantikan.

Daun kelor memiliki banyak khasiat yang bermanfaat untuk kulit dari mulai batang, bunga hingga bijinya semua memiliki manfaatnya.

Vitamin dan mineral yang terkandung dalam daun ini juga telah dimanfaatkan dalam produk kecantikan, termasuk dalam pembuatan masker wajah.

Berikut ini kami akan memberikan beberapa manfaat untuk kulit kita:

### **1. Memperlambat efek penuaan**



Masker Daun Kelor

Minyak ekstrak banyak digunakan di dunia kecantikan untuk mengurangi kerutan pada wajah dan meminimalkan efek radikal bebas yang bisa merusak kulit.

Jika digunakan secara rutin, ekstrak ini bisa membebaskan wajah Anda dari kerutan dan membuat Anda nampak selalu muda.

### **2. Melembabkan bibir**



Melembabkan bibir

Minyak ekstrak dari daun kelor juga sering diolah menjadi lip balm dan digunakan melembabkan bibir yang kering dan pecah-pecah.

Berbagai vitamin yang dimiliki daun kelor bisa mengembalikan kesehatan dan kekenyalan kulit di area bibir.

### **3. Menangkal jerawat**



Menangkal jerawat

Senyawa antibakteri yang ada dipercaya bisa digunakan menangkal lahirnya jerawat di wajah. Pasta ini juga bisa digunakan untuk menyembuhkan dan menghilangkan jerawat yang menyerang wajah.

Cukup oleskan pasta di jerawat yang ada, dan jerawat akan segera hilang dalam waktu cepat.

### **4. Mengecilkan pori**



Mengcilkan Pori

Khasiat lain adalah bisa mengcilkan pori-pori di sekitar wajah. Memiliki protein khusus yang bisa memacu tubuh memproduksi kolagen sehingga pori-pori wajah bisa mengcil.

Lalu bagaimana cara pemanfaatan daun kelor menjadi masker wajah? Pembuatan masker bisa dibuat sendiri di rumah.

Bahan yang dibutuhkan pun sangatlah mudah kamu hanya membutuhkan bubuk daun kelor, air mawar, madu, sari lemon dan air sulingan atau air distilasi.

Lalu ambil satu sendok bubuk atau serbuk daun kelor, letakkan ke dalam mangkuk kecil. Beri satu sendok air mawar, sesendok madu dan setengah sendok sari lemon. Tuang air secukupnya hingga tekstur menyerupai pasta kental.

Setelah campuran sudah siap lalu oleskan masker keseluruhan wajah secara merata. Diamkan selama 10 menit lalu bilas dengan air hangat. Keringkan dengan handuk bersih dan oleskan moisturizer.

Masker wajah ini dapat di gunakan dua hingga tiga kali dalam seminggu untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Wajah kembali kenyal, sehat, dan bebas dari jerawat.

---

## 5 Rahasia Cantik Alami ala Muslimah, Keindahan Batin dan Akhlak yang Mulia

Category: LifeStyle

10 Juli 2023



**Prolite** – Cantik alami seorang wanita menurut pandangan Islam tidak ditentukan dari fisiknya, melainkan dilihat dari hati dan tingkat ketakwaannya kepada Allah SWT.

Halo sobat Muslimah, pernah denger kalimat “Cantik itu relatif” gak? Yup, kita semua pasti tahu bahwa kecantikan

sejati bukan hanya tentang penampilan fisik semata, tapi juga tentang keindahan hati dan jiwa.

Cantik itu sesuatu yang relatif, yang terpancar dari dalam diri seseorang secara menyeluruh, termasuk perilaku, pendapat, cara berpikir, kepribadian, dan cara membawa diri.

Dalam Islam, mempercantik diri adalah sesuatu yang dianjurkan, asalkan dilakukan dengan cara yang sesuai dengan ajaran agama. Oleh karena itu, yuk kita bahas definisi cantik alami dan tips mempercantik diri sesuai ajaran agama Islam!

## **Cantik Alami Menurut Islam**



Pinterest

Dalam Islam, cantik alami lebih dititikberatkan pada kecantikan batin dan akhlak yang baik. Seorang muslimah yang cantik alami adalah mereka yang memiliki kesabaran, kerendahan hati, kebaikan, dan akhlak yang terpuji. Selain itu, ketulusan hati, keikhlasan dalam beribadah, serta sikap rendah hati akan membuat seseorang terpancar kecantikan yang abadi.

## **Kebersihan sebagai Ibadah**

Islam sangat menekankan pentingnya menjaga kebersihan tubuh. Mandi wajib, mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan gigi dan berwudhu merupakan contoh tindakan sederhana yang bisa kita lakukan untuk menjaga kebersihan tubuh kita.

Biasanya orang yang rajin berwudhu, dalam diri dan wajahnya akan berseri-seri dan terlihat sangat terang seperti ada cahaya yang terpancar dari wajahnya, sehingga di dalam jiwanya pun ikut bersih. Dengan menjaga kebersihan diri, kita juga menjaga kesehatan dan menunjukkan ketakwaan kepada Allah SWT.

## **Berpuasa**

Saat kita berpuasa, tubuh kita mengalami proses detoksifikasi alami. Ketika kita puasa, tubuh kita membersihkan racun-racun yang ada di dalamnya. Ini juga berdampak positif buat kecantikan kita. Kulit kita jadi lebih bersih, cerah, dan segar. Kita juga bisa merasakan peningkatan energi dan vitalitas. Bayangan deh, dengan tubuh yang sehat dan segar, tentunya kita bakal tampil lebih cantik dan bersemangat!

Puasa juga dapat membantu kita menjaga berat badan yang sehat. Saat berpuasa, kita mengatur pola makan kita dengan disiplin. Dengan menjaga pola makan yang seimbang, kita bisa menjaga berat badan ideal dan meningkatkan kesehatan tubuh. Sebagai hasilnya, tubuh kita jadi lebih proporsional dan tentunya lebih cantik.

## **Merawat Penampilan dengan Hidayah**

Bagaimanapun, Allah menciptakan kita dengan sebaik-baik ciptaan. Oleh karena itu, kita dianjurkan untuk menjaga penampilan kita dengan memelihara anugerah yang diberikan-Nya. Memakai hijab yang menutupi aurat, menjaga kebersihan tubuh, serta berpakaian sopan dan sesuai dengan syariat Islam adalah langkah awal untuk mempercantik diri sesuai ajaran agama.

## **Perawatan Kulit dengan Bahan Alami**

Bagi kamu yang ingin merawat kulit secara alami, kamu bisa menggunakan bahan-bahan alami yang tersedia di sekitarmu. Misalnya, menggunakan madu sebagai masker wajah untuk menjaga kelembapan kulit, menggunakan minyak zaitun untuk melembutkan kulit, atau menggunakan air mawar sebagai toner alami untuk menyegarkan kulitmu. Perawatan alami ini sesuai dengan ajaran Islam yang mendorong kita untuk menggunakan bahan-bahan alami yang halal dan sehat.

# Perhiasan Hati dan Akhlak

Tidak ada perhiasan yang lebih indah daripada hati yang bersih dan akhlak yang baik. Jadi, jangan lupa mempercantik hati dan jiwa kita dengan selalu berbuat baik kepada sesama, memaafkan, berbuat kebaikan, dan menjalankan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari. Itu adalah perhiasan yang tidak akan pernah pudar.

# Doa agar Inner Beauty Terpancar

اللَّهُمَّ بَاعِدْ بَيْنَنَا وَبَيْنَنَّا يَارَبَّ الْعَالَمِينَ  
بَاعِدْ بَيْنَنَّا وَالْمَسْرُقِ وَالْمَغْرِبِ، اَللَّهُمَّ زِيقْ بَنْدِي مِنْ  
خَطَابَيَارَبَّ الْعَالَمِينَ الْوَبُورَبُورَ الْمَسْرُقِ الْمَغْرِبِ  
اللَّهُمَّ اغْسِلْنِي مِنْ خَطَابَيَارَبَّ الْعَالَمِينَ بِالثَّلْجِ وَالْمَاءِ  
وَالْبَرَدِ

Allaahumma baa'id baini wa baina khathaayaaya, kamaa baa'adta bainal masyriqi wal maghrib. allaahumma naqqinii min khathaayaaya, kamaa yunaqqats tsaubul abyadhu minad danasi. allahummaghislnee khathaayaaya bits tsalji, wal maa-i wal baradi

Artinya: "Ya Allah, jauhkanlah antara diriku dan kesalahanku-kesalahanku, sebagaimana telah Engkau jauhkan antara arah timur dan barat. Ya Allah, bersihkanlah diriku dari dosa-dosa, sebagaimana pakaian putih yang terbebas dari kotoran. Ya Allah, cucilah diriku dari dosa- dosa dengan es, air, dan embun pagi."

Jadi, sobat Muslimah, kecantikan sejati ada di dalam hati dan jiwa kita. Dengan menjaga akhlak, kebersihan, dan memelihara penampilan sesuai dengan ajaran Islam, kita dapat memancarkan kecantikan yang abadi.

Ingatlah bahwa cantik alami adalah kecantikan yang terpancar dari dalam diri kita sebagai hamba-Nya. Semoga artikel ini memberikan inspirasi untuk kalian agar bisa mempercantik diri

secara Islami tanpa perlu ribet dan biaya yang mahal.

---

# Tampil Menawan dengan 4 Produk Kosmetik Populer Saat Ini

Category: LifeStyle

10 Juli 2023



**Prolite** – Siapa yang tidak ingin terlihat cantik dan percaya diri? Produk kosmetik populer saat ini dapat menjadi sahabat terbaik kita untuk meraih penampilan yang memukau dengan mudah.

Dalam dunia kecantikan, produk kosmetik telah menjadi alat yang kuat untuk meningkatkan keindahan alami kita. Semakin hari, tren kecantikan semakin berkembang dengan produk kosmetik populer yang terus muncul. Masyarakat semakin

menyadari pentingnya tampil menawan dan percaya diri dalam berbagai kesempatan.

Mari kita lihat beberapa produk kosmetik yang banyak dicari oleh orang-orang!

### **1. Foundation yang Memberikan Kulit Sempurna**



Tribun

Foundation adalah kunci untuk mendapatkan kulit yang mulus dan merata. Produk-produk terbaru saat ini menawarkan formula ringan yang memberikan hasil yang alami. Mereka dapat menyamarkan noda, pori-pori besar, dan meratakan warna kulit, sehingga wajah terlihat flawless tanpa terlihat berat.

### **2. Maskara untuk Bulu Mata yang Menggoda**



Bulu mata yang lentik dan tebal adalah impian banyak wanita. Maskara adalah senjata utama untuk mencapai efek ini. Produk maskara terkini menawarkan formula tahan air, memanjangkan bulu mata, memberikan volume yang menggoda, dan memberikan efek dramatis pada mata.

### **3. Lipstik dengan Warna-Warna Trendi**



Tidak ada yang bisa mempercantik tampilan lebih dari lipstik dengan warna-warna trendi. Mulai dari nude yang natural hingga merah yang memukau, lipstik dapat memberikan perubahan besar pada penampilan kamu. Pilihlah formula yang lembut, tahan lama, dan memberikan kelembapan pada bibir.

### **4. Highlighter untuk Kilauan Istimewa**



Highlighter adalah rahasia untuk mendapatkan kilauan indah di area wajah tertentu. Produk ini memberikan efek cahaya yang menonjolkan tulang pipi, ujung hidung, atau sudut dalam mata. Dengan sedikit sentuhan highlighter, kamu dapat menciptakan tampilan yang segar dan bercahaya.

## 5. Palette Eyeshadow dengan Beragam Pilihan Warna



Palet eyeshadow yang lengkap adalah investasi yang baik untuk eksplorasi warna pada mata. Dengan berbagai pilihan warna yang terang, netral, atau berani, kamu dapat menciptakan berbagai tampilan mata yang sesuai dengan suasana hati dan acara.

Produk-produk kosmetik ini memberikan kita kebebasan untuk mengekspresikan diri dan meningkatkan kepercayaan diri. Tetapi ingat, kecantikan sejati datang dari dalam dirimu sendiri, kita juga perlu menjaga pola makan sehat, rutin berolahraga, dan menjaga kesehatan kulit dan rambut.

Yang terpenting, ingatlah bahwa setiap orang memiliki kecantikan yang unik dan tidak ada standar yang mutlak. Jadi, gunakan produk kosmetik dengan bijak dan pilihlah yang membuat kamu merasa nyaman dan percaya diri.

Jadilah diri sendiri, tunjukkan kecantikan dari dalam, dan biarkan produk kosmetik membantu kamu mengekspresikan diri dengan lebih baik.