



Serum przeciwzmarszczkowe - jak wybrać najlepsze?

Poradnik

data aktualizacji: 2026.08.26



Odpowiednio dobrana pielęgnacja anti-aging może opóźniać pojawianie się zmarszczek i bruzd oraz zmniejszać wiotkość skóry. Jednym z jej ważnych elementów jest stosowanie serum przeciwzmarszczkowego, które warto dopasować do potrzeb cery. Na co zwrócić uwagę przy wyborze kosmetyku i jakich składników szukać w jego składzie? Sprawdź poradnik drogerii Cocolita.

W skrócie:

- Serum przeciwzmarszczkowe warto dobierać do potrzeb skóry, sprawdzając zawarte w nim składniki aktywne.
- Do składników stosowanych w pielęgnacji anti-aging należą m.in. retinol i retinoidy, peptydy, witamina C, kwas hialuronowy i skwalan.
- Przy stosowaniu serum z retinolem lub retinoidami ważne jest, by przestrzegać zaleceń

producenta i pamiętać o codziennej ochronie SPF – może on zwiększać wrażliwość skóry na działanie promieniowania UV.

Na co zwrócić uwagę przy wyborze serum przeciwzmarszczkowego?

Wybór [serum przeciwzmarszczkowego](#) warto poprzedzić analizą potrzeb skóry i składu kosmetyku. Poradnik Cocolity podpowiada, na jakie składniki aktywne zwrócić uwagę, jak dopasować formułę do rodzaju cery oraz czym kierować się przy wyborze produktu.

- **Sprawdź skład** – zwróć uwagę na obecność składników aktywnych, takich jak retinol i retinoidy, peptydy, antyoksydanty (np. witamina C i kwas ferulowy) oraz substancje nawilżające, wiążące wodę w naskórku i chroniące przed jej utratą m.in. kwas hialuronowy, skwalan, trehalozę.
- **Sprawdź również stężenie składników aktywnych** – sama obecność danego składnika w formule nie mówi jeszcze wszystkiego o jego działaniu. Warto zweryfikować także na jego stężenie oraz zalecenia producenta dotyczące częstotliwości stosowania. Zwróć również uwagę na miejsce składnika na liście INCI – im wyżej się na niej znajduje, tym większa jest jego zawartość w formule w porównaniu z substancjami wymienionymi dalej.
- **Dopasuj formułę serum do rodzaju cery** – przy skórze suchej, odwodnionej i wrażliwej dobrze sprawdzają się bogatsze, olejowe formuły. Cera mieszana i tłusta zwykle lepiej toleruje formuły wodno-żelowe.
- **Zwróć uwagę na sposób stosowania** – niektóre składniki, np. retinoidy, wymagają stopniowego wprowadzania do pielęgnacji. Istotne jest również to, czy producent zaleca stosowanie serum rano, wieczorem czy o obu porach.

Serum przeciwzmarszczkowe - polecane produkty

Wśród produktów tego typu można znaleźć zarówno kosmetyki w cenie poniżej 50 złotych, jak i droższe propozycje. Poniżej 5 produktów, które wyróżniają się składem i właściwościami:

1. **Serum na zmarszczki Eveline Cosmetics Shot Kuracja** – kosmetyk zawiera 0,2% retinolu, który wspiera proces odnowy komórkowej. Poza retinolem w składzie są niacynamid i skwalan. Serum jest przeznaczone do pielęgnacji cery dojrzałej i pomaga rozjaśniać przebarwienia.
2. **Serum multifunkcyjne Nacomi Next Lvl Beauty Potion Trehalose 10%** – zapewnia intensywną pielęgnację rewitalizującą i przeciwzmarszczkową. Zawiera 10% trehalozy, która pomaga chronić skórę przed odwodnieniem, wspiera nawilżenie i działa antyoksydacyjnie.
3. **Serum z kompleksem peptydów Bielenda Professional SupremeLAB** – produkt stworzony z myślą o pielęgnacji cery dojrzałej. Kompleks trzech rodzajów peptydów wspiera

regenerację i elastyczność skóry oraz pomaga zmniejszyć widoczność zmarszczek.

4. **Serum naturalnie wygładzające Resibo The One** – kosmetyk o działaniu ujędrniającym, wygładzającym i przeciwzmarszczkowym. W jego składzie znajdują się olejowa forma witaminy C, skwalan roślinny oraz ekstrakt z lawendy motylej, a także odżywcze oleje.
5. **Serum peptydowe pod oczy BasicLab Esteticus z 10% argireliną i kofeiną** – silnie skoncentrowane serum dedykowane do pielęgnacji okolic oczu. Zawiera 10% argireliny, która wpływa na skurcze mięśni twarzy, ograniczając powstawanie zmarszczek mimicznych oraz kofeinę, która wspiera mikrokrażenie i pomaga zmniejszyć widoczność cieni oraz obrzęków pod oczami.

W ofercie drogerii Cocolita dostępnych jest wiele produktów do pielęgnacji przeciwzmarszczkowej. Przy wyborze konkretnego kosmetyku warto również sprawdzić opinie społeczności – doświadczenia innych osób mogą być pomocną wskazówką przed zakupem.

Jak włączyć serum do planu pielęgnacyjnego? Krótka instrukcja

Aby w pełni wykorzystać właściwości serum przeciwzmarszczkowego, warto stosować je zgodnie z zaleceniami producenta. Znaczenie ma również kolejność nakładania poszczególnych kosmetyków.

Plan pielęgnacyjny może wyglądać następująco:

1. **Oczyszczanie skóry i tonizacja.** Zacznij od oczyszczenia twarzy. Sięgnij po piankę lub żel do mycia twarzy. W ofercie Cocolita znajdziesz szeroki wybór produktów do tego etapu pielęgnacji: <https://www.cocolita.pl/zele-i-pianki>. Następnie zastosuj tonik, by przywrócić skórze właściwe pH.
2. **Aplikacja serum.** Sposób stosowania warto dopasować do zawartych w kosmetyku składników aktywnych – niektóre powinny być stosowane na noc, a inne na dzień. Produkty zawierające retinol lub witaminę C najlepiej aplikować na suchą skórę, zgodnie z zaleceniami producenta. Serum z kwasem hialuronowym zazwyczaj można nakładać na lekko wilgotną cerę.
3. **Nałożenie kremu.** Oczekaj, aż serum się wchłonie, a następnie sięgnij po krem nawilżający lub regenerujący. Krem pomaga ograniczyć przeznaskórkową utratę wody, wspierając tym samym nawilżenie i ochronę bariery skórnej.
4. **Ochrona SPF** – jeśli serum stosujesz rano, ostatnim krokiem pielęgnacji powinien być krem z wysoką ochroną przeciwsłoneczną.

Wybierając serum przeciwzmarszczkowe, zwróć uwagę na potrzeby swojej skóry, skład kosmetyku oraz sposób jego stosowania. Odpowiednio dobrany produkt, regularność pielęgnacji i codzienna ochrona przeciwsłoneczna tworzą dobrą podstawę skutecznej pielęgnacji anti-aging.

Materiał partnera.

Źródło: <https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/82780-serum-przeciwzmarszczkowe-jak-wybrac-najlepsze-poradnik>