

## **Strašák jménem stárnutí. Bojí se ho téměř polovina žen, nejvíce stresuje třicátnice, tvrdí studie**

Česká Lípa, 14. ledna 2025

**Ačkoliv je stárnutí přirozenou součástí lidského života, pro mnoho žen bývá obávaným strašákem. Jak přistupují dnešní ženy ke stárnutí, a které věkové skupiny se jej bojí nejvíce, zjistil nový americký průzkum. Podle něj stárnutí způsobuje stres téměř polovině žen (47 %) a nejvíce se ho bojí dnešní třicátnice (57 %).**

Nejnovější [průzkum](#), který provedla výzkumná agentura Talker Research pro společnost NEOSTRATA, se zaměřil na to, jak dnešní ženy vnímají stárnutí. Výzkum mezi 2 000 ženami různého věku ukázal, že stárnutí nejvíce stresuje zástupkyně generace mileniálů (57 %) a generace Z (56 %), nejméně pak ženy z generace baby boomers (31 %). Podle výzkumu se navíc ženy ze skupiny mileniálů (38 %) i generace Z (40 %) ve skutečnosti cítí ještě starší, než doopravdy jsou.

### **První známky stárnutí: jemné linky na obličeji**

Průzkum se také zaměřil na první projevy stárnutí pleti, které zaznamenala téměř polovina žen ve věku 40 let. Jako nejčastější příznaky stárnutí ženy uvedly přítomnost jemných linek na obličeji (44 %) a vrásek na čele (32 %), dále stařecké skvrny (32 %) a záhyby nebo rýhy na krku (15 %). „Ženy nejčastěji připisují stárnutí stresu (55 %), dále špatným návykům, jako je kouření nebo nedostatek spánku (39 %) a také nedostatečnému používání opalovacích krémů (33 %),“ komentuje výsledky průzkumu **Michaela Gorčíková**, odbornice na kosmetické produkty ze společnosti [deNatura.cz](#), která se specializuje na vývoj přírodní kosmetiky.

Kromě zdravého životního stylu a vyhýbání se zlovykům existují další způsoby, jak viditelné příznaky stárnutí oddálit. Jedním z nich je pravidelná péče o pleť s využitím kosmetických produktů obsahujících aktivní látky, jako je kyselina hyaluronová pro hloubkovou hydrataci, peptidy a retinoidy, které podporují tvorbu kolagenu a obnovu buněk, nebo antioxidanty chránící pleť před volnými radikály. Klíčovou součástí každodenní péče by měl být i kvalitní krém s SPF, a to nejen v létě, ale i v zimě. „Ochrana před UV zářením je jedním z nejúčinnějších kroků v prevenci předčasného stárnutí pleti a vzniku pigmentových skvrn. Slunce je hlavním viníkem poškození kolagenových vláken a vzniku jemných linek, proto pravidelné používání SPF pomáhá chránit pokožku před těmito negativními vlivy, zajišťuje rovnoměrný tón pleti a přispívá k dlouhodobému udržení její mladistvosti,“ upřesňuje specialista.

### **Stárnutí pleti berou ženy vážně**

Podle průzkumu berou stárnutí pleti ženy vážně. Shodlo se na tom 70 % dotázaných žen. S tím souvisí i fakt, že 64 % žen používá jeden až čtyři různé kosmetické přípravky oddalující stárnutí každý den. U většiny žen (81 %) se tyto produkty zaměřují na celý

obličej, pouze 17 % žen se věnuje také péči o svůj krk. „Ženy často pečují o svou pleť, ale na krk zapomínají. Díky tomu je méně chráněný proti okolním vlivům a tato jemná kůže rychleji stárne. Velkou roli hraje i špatné držení těla, které tvoří ideální podmínky pro vrásky na krku,“ vysvětluje Michaela Gorčíková.

## O deNatura.cz

[DeNatura.cz](https://denatura.cz) je česká značka funkční přírodní kosmetiky, která se specializuje na vývoj a výrobu růstových sér na řasy a obočí, pleťových sér a vitamínových komplexů. Na vzniku kosmetických produktů se podílí desítky odborníků, kteří sází na propojení síly přírodních látek s moderní vědou. Kosmetika proto obsahuje vysoký podíl přírodních složek rostlinného, živočišného či minerálního původu, a také pečlivě vybrané, klinicky ověřené syntetické látky, které výrazně zvyšují účinnost přírodních produktů. Díky tomu mají produkty deNatura prokazatelné výsledky, které interní tým průběžně testuje a dokumentuje ve vlastním testovacím studiu.

## Kontakt

**Ondřej Spilka**

Zakladatel **e-shopu deNatura.cz**

+420 777 399 005

[press@denatura.cz](mailto:press@denatura.cz)