



**Dein Guide**

# Viva Maia Routine

TEPEZCOHUITE INTENSE CURE

Alles was du über Tepezcohuite, deine  
Routine und die richtige Dosierung wissen solltest

# Die Basics

## EINE GANZHEITLICHE PFLEGE FÜR DEINE HAUT

Unsere Haut ist ein Organ, das sich ständig erneuert. Um deine Haut bestmöglich zu unterstützen, ist es wichtig, einen ganzheitlichen Ansatz zu verfolgen. Wir bei Viva Maia setzen auf natürliche Inhaltsstoffe und eine simple, effektive und ganzheitliche Hautpflege Routine.

## DER REGENERATIONSZYKLUS DER HAUT

Die Haut hat einen natürlichen Regenerationszyklus von circa 28 Tagen. Während dieses Zyklus durchlaufen die Hautzellen verschiedene Phasen, von der Zellerneuerung bis zur Reifung und schließlich zur Abschuppung. Um Ergebnisse bei der Hautpflege zu sehen, ist es wichtig zu verstehen, dass die Haut Zeit braucht, um auf Veränderungen zu reagieren. Wenn du eine neue Hautpflegeroutine beginnst bzw. neue Produkte mit aktiven Wirkstoffen einführst, benötigt die Haut Zeit, um sich anzupassen und positive Veränderungen zu zeigen

## DEINE ROUTINE: DOSIERUNG UND KONSISTENZ

Die Dosierung von Wirkstoffen ist entscheidend für ihre Wirksamkeit und Verträglichkeit. Eine übermäßige Dosierung kann zu Hautirritationen führen, während eine zu geringe Dosierung nicht die gewünschten Ergebnisse erzielt. Wir haben daher pro Hauttyp eine Cleanse Cycling Routine entwickelt, die die Wirkstoffe optimal für deinen Hauttyp kombiniert.

### Hauttyp # Hauttyp

Innerhalb eines Hauttyps gibt es individuelle Unterschiede, wie stark Wirkstoffe kombiniert werden sollten.

**Pro Routine gibt es daher einen Tracker, damit du deine individuelle Routine & Dosierung finden kannst.**

Dieser Guide stellt keine medizinische Beratung dar.

Wir verweisen auf unsere INCI zur Überprüfung von Unverträglichkeit oder allergischen Reaktionen. Wir empfehlen bei Allergikern einen Patch Test vor Anwendung.



# Bestandteile deiner Hautpflege

## REINIGUNG

Unsere Reinigungsrouniten bestehen aus unterschiedlichen Reinigungsbars. Je nach Hauttyp werden aktive Wirkstoffe kombiniert. Auf den nächsten Seiten findest du den Anwendungsguide für deine Routine.

## PEELING

Manche unserer Bars haben "peelende" Eigenschaften. Pro Woche sollte man maximal 2 bis 3 Mal die Haut peelen.

## TONER

Deinen Toner trägst du nach der Reinigung, morgens und abends auf, die noch feuchte Haut, auf. Verwende kein Watte Pad, sondern massiere 2 - 3 Tropfen mit der bloßen Hand ein.

## SERUM

Das Serum trägst du nach dem Toner auf die noch leicht feuchte Haut auf. Unser Serum kannst du morgens und abends verwenden. 2-3 Tropfen auf die gereinigte Haut einmassieren.

## FEUCHTIGKEITSCREME

Nach dem Serum kannst du morgens und abends zusätzlich eine Feuchtigkeitspflege verwenden. Achte darauf das sie keine Duftstoffe und andere reizende Stoffe enthält.

## LSF

Morgens solltest du immer einen geeigneten Lichtschutzfaktor auf deine Haut auftragen, um deine Haut vor der UV Strahlung zu schützen.

Unsere Produkte sind Naturprodukte. Wir legen großen Wert darauf, synthetische Zusatzstoffe zu vermeiden und stattdessen auf die Kraft der Natur zu setzen. Wenn du dir unsicher bist, ob deine Anschlussprodukte zu unseren Produkten passen, dann schreib uns eine Email an: [support@vivamaia.com](mailto:support@vivamaia.com)

Oder besuche unsere Hautberatung unter: <https://www.vivamaia.com/pages/hautberatung>

# Tepezcohuite pro Hauttyp

## ÖLIGE HAUT

Unser Tepezcohuite Peelings kontrolliert überschüssiges Öl, indem es die Poren öffnet und klärt. Vermeide übermäßige Anwendung, um die Haut nicht auszutrocknen! Insbesondere die Anwendung des Toners nach dem Peeling ist unerlässlich.

## MISCHHAUT

Tepezcohuite kann helfen, die Haut auszugleichen und sowohl trockene als auch fettige Bereiche zu verbessern. Wie bei öliger Haut, Vermeide übermäßige Anwendung, um die Haut nicht auszutrocknen! Insbesondere die Anwendung des Toners ist danach durchzuführen.

## UNREINE HAUT

Tepezcohuite Peelings helfen bei der Reduzierung von Unreinheiten und Akne. Um Entzündungen zu vermeiden, verwende danach immer unseren Toner und nicht-komedogene Feuchtigkeitscremes (nach dem Serum).

## NORMALE HAUT

Vermeide übermäßige Anwendung, um die Haut nicht auszutrocknen! Insbesondere die Anwendung des Toners nach dem Peeling ist unerlässlich.

## TROCKENE ODER SENSIBLE HAUT

Tepezcohuite ist bekannt für seine beruhigenden Eigenschaften und eignet sich auch gut für empfindliche Haut. Es hilft, Rötungen zu mildern und die Hauttextur sanft zu verbessern. Jedoch ist es insbesondere bei diesem Hauttyp wichtig, dass man langsam mit der Dosierung beginnt und der Haut nach der Anwendung extra Feuchtigkeit hinzufügt. Anschlussprodukte: Verwende immer milde Formeln ohne reizende Duftstoffe.

### Bevor du beginnst:

Führe einen Patch-Test durch: Trage eine kleine Menge Tepezcohuite Peeling Produkt auf eine kleine Stelle deiner Haut auf, um auf mögliche allergische Reaktionen oder Empfindlichkeiten zu prüfen. Warte 24 Stunden, um sicherzustellen, dass keine Irritation auftritt, bevor du fortfährst.

Wenn du dir unsicher bist, dann schreib uns eine Email an: [support@vivamaia.com](mailto:support@vivamaia.com)

# Start in die Routine

Das Ziel deiner Tepezcohuite Routine ist es, die Vorteile des Tepezcohuite-Wirkstoffes zu nutzen, um die Hauttextur zu verbessern, Unreinheiten zu reduzieren, die Haut zu beruhigen als auch ihre Gesundheit und Strahlkraft zu fördern.

Je nachdem, welchen Hauttyp du hast, das kann auch je nach Hautbedürfnis variieren, solltest du mit einer geringeren Intensität beginnen. Nach 8 Wochen hast du deine Routine gefunden. Hier findest du eine grobe Orientierung je nach Hauttyp:

## ○ **EMPFINDLICHE / TROCKENE HAUT:**

Du startest mit einmal Mal pro Woche. Danach erhöhst du die Dosierung um 2 Mal pro Woche. Das Maximum für deinen Hauttyp beträgt 4 Mal pro Woche, mit jeweils 1 Ruhetag dazwischen.

Anwendung: Reinige dein Gesicht nur mit der Tepezcohuite Bar, keine andere Reinigung vorab. Schäume die Peeling Bar auf und massiere den Schaum **maximal 15 Sekunden** lang ein. Spüle dein Gesicht mit lauwarmen Wasser gründlich ab und verwende danach den beruhigenden Tepezcohuite Toner und Serum. Anschließend solltest du auch eine Feuchtigkeitscreme, ohne reizende Duftstoffe verwenden.

## ○ **NORMAL UND MISCHHAUT:**

Du beginnst mit zwei Anwendung pro Woche. Danach steigert du die Häufigkeit um 4 Anwendungen pro Woche, du kannst bis zu 6 Anwendungen pro Woche erreichen, wobei ein Ruhetag dir hilft, deine Haut zu entlasten. Denk daran, viel hilft nicht unbedingt viel. Es ist wichtiger die Tepezcohuite Bar regelmäßig zu verwenden.

## ○ **ÖLIGE UND UNREINE HAUT:**

Du startest mit drei Anwendung pro Woche. Ziel ist es deine Poren, dank der Tannine zu befreien. Danach steigert du die Anzahl auf 5 Anwendungen pro Woche. Deine unreine Haut kann von bis zu 6 Anwendungen pro Woche profitieren, wobei du zwischen jeder Anwendung einen Ruhetag einplanst. Wenn sich dein Hautzustand verbessert, kannst du die Anzahl an Wiederholungen pro Woche minimieren.

Anwendung: Reinige dein Gesicht ausschließlich mit der Tepezcohuite Bar, verzichte auf vorherige Reinigungen. Schäume die Peeling Bar auf und massiere den entstandenen Schaum sanft für **maximal 30 Sekunden** ein. Spüle dein Gesicht gründlich mit lauwarmem Wasser ab. Nutze danach den beruhigenden Tepezcohuite Toner und Serum. Verwende abschließend eine nicht-komedogene Feuchtigkeitscreme, die frei von reizenden Duftstoffen ist.

# Tepezcohuite Routine



Die Besonderheit einer Tepezcohuite Peeling-Kur liegt in der Verwendung der natürlichen Wirkstoffe aus der Tepezcohuite-Rinde, die reich an Flavonoiden, Tanninen, Phytosterolen und anderen hautfreundlichen Verbindungen sind. Diese Wirkstoffe arbeiten harmonisch zusammen, um die Haut sanft zu exfolieren, Irritationen zu beruhigen, die Regeneration der Hautzellen zu fördern und somit eine verbesserte Hauttextur, Strahlkraft und Gesundheit zu erzielen.

## ● TEPEZCOHUITE

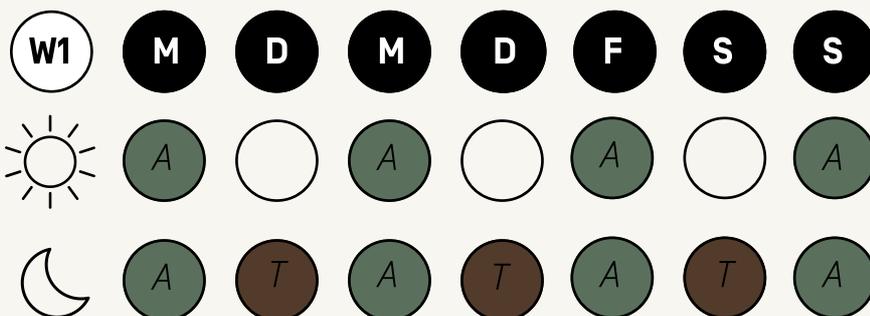
Die Exfoliating Bar solltest du abends für einen regenerative, porenverfeinernde und verjüngende Reinigung verwenden. Die Bar ist auch als Körper Peeling geeignet. Sie enthält u.a. Tannine die für ihre hautstraffenden als auch Poren verfeinernden Eigenschaften bekannt sind.

Es ist wichtig, die Anwendung von Tepezcohuite langsam zu steigern, um die Haut schrittweise an die potenziell stimulierenden Wirkstoffe zu gewöhnen und mögliche Irritationen oder Überreaktionen zu vermeiden.

## ● AGAVE & CHICALOTE

Die Detox Bar kannst du morgens und abends anwenden. Sie gleicht deine Haut aus. Sie enthält u.a. Polysaccharide, Aminosäuren und hat eine antimikrobielle und feuchtigkeitsspendende Wirkung auf die Haut.

## DEINE ROUTINE - EIN BEISPIEL



Das ist eine Beispiel Routine zum Start bei normaler Haut in der ersten Woche:

8 X Agave & Chicalote  
3 X Tepezcohuite  
Toner & Serum  
verwendest du täglich



## 8 WOCHEN TRACKER

W1 M T W T F S S



W2 M T W T F S S



W3 M T W T F S S



W4 M T W T F S S



W5 M T W T F S S



W6 M T W T F S S



W7 M T W T F S S



W8 M T W T F S S



Den Tracker kannst du solange verwenden, bis du deine perfekte Routine gefunden hast. Mehr Infos findest du auf [www.vivamaia.com](http://www.vivamaia.com), in unserem Newsletter oder auf Social Media:

@vivamaia.beauty



# Übersicht Wirkstoffkombis

Wir geben dir eine Übersicht, welche allgemeinen und Viva Maia Wirkstoffe gut mit der Tepezcohuite Peeling Bar kombinieren und welche lieber nicht direkt nacheinander verwendet werden sollten.

	Empfindliche Haut	Misch / Unreine Haut
Mit Tepezcohuite meiden	<ul style="list-style-type: none"><li>• Retinoide / Retinol</li><li>• Chemische Peelings</li><li>• reizende Duftstoffe</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• Nopal Negro</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Chemische Peelings</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• evtl. Nopal Negro, nur bei Unreinheiten</li></ul>
Tepezcohuite freundlich	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hyaluronsäure</li><li>• Peptide</li><li>• Niacinamide</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• Agave &amp; Chicalote</li><li>• Achiote</li><li>• Bugambilia y Jamaica</li><li>• Cempasuchil y Mamey</li><li>• Guayaba y Maiz</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hyaluronsäure</li><li>• Peptide</li><li>• Niacinamide</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• Agave &amp; Chicalote</li><li>• Achiote</li><li>• Bugambilia y Jamaica</li><li>• Cempasuchil</li><li>• Guayaba y Maiz</li></ul>

# Übersicht Wirkstoffe

In dieser Liste findest du alle Reinigungsbars alphabetisch geordnet.

## **ACHIOTE - BOOSTING BAR**

Die Boosting Bar kannst du morgens für einen stark antioxidative, belebende Reinigung verwenden. Sie enthält u.a. Carotinoide, Vitamin E, Bixin und hat eine entzündungshemmende Wirkung.

## **AGAVE & CHICALOTE - DETOX BAR**

Die Detox Bar kannst du morgens und abends anwenden. Sie gleicht deine Haut aus, beugt Unreinheiten vor und entgiftet. Sie enthält u.a. Polysaccharide, Aminosäuren und hat eine antimikrobielle und feuchtigkeitsspendende Wirkung auf die Haut. Kann auch als Kopfhautpflege und Spülung verwendet werden.

## **BUGAMBILIA & JAMAICA - ANTIOXIDANT BAR**

Die Antioxidant Bar kannst du morgens für einen antioxidative, pflegende Reinigung verwenden. Sie unterstützt den Schutz deiner Haut vor Umwelteinflüssen. Sie enthält u.a. Flavinoide, Vitamin C, Fruchtsäuren und Tannine für ein frisches, gesundes Hautbild.

## **CEMPASUCHIL & MAMEY - REGENERATING BAR**

Die Regenerating Bar kannst du morgens und abends anwenden. Sie regeneriert und pflegt deine Haut und gleicht deine Haut aus. Sie enthält u.a. wichtige Mineralstoffe, Vitamin C und E, Flavonoide und Terpene für eine regenerative Reinigung.

## **GUYABA & MAIZ - NOURISHING BAR**

Die Nourishing Bar kannst du morgens und abends verwenden. Sie schützt die Haut und gleicht deinen Hautton aus. Sie enthält u.a. Vitamin C, B-Vitamine und Zeatin die Hautton-ausgleichend und pflegend wirken.

## Übersicht Seite 2

In dieser Liste findest du alle Reinigungsbars alphabetisch geordnet.

### ● **NOPAL NEGRO - PURIFYING BAR**

Die Purifying Bar kannst du abends verwenden. Sie reinigt die Poren, befreit die Haut von abgestorbenen Hautschüppchen, wirkt exfolierend. Nicht mit Fruchtsäure kombinieren. Sie enthält u.a. Fruchtsäuren, Flavinoide und Aktivkohle für eine porentiefe Reinigung und ein ebenmäßigeren

### ● **TEPEZCOHUIE - EXFOLIATING BAR**

Die Exfoliating Bar kannst du abends für einen regenerative, porenverfeinernde und verjüngende Reinigung verwenden. Die Bar ist auch als Körper Peeling geeignet. Sie enthält u.a. Tannine, Alkaloide und kondensierte Tannine die für ihre hautstraffenden Eigenschaften bekannt sie. Die Bar regeneriert, verfeinert und erneuert das Hautbild.