**Jak przyspieszyć porost brody? Poznaj nasze sposoby!**

**Wielu mężczyzn uważa gęstą i długą brodę za wyznacznik ich męskości. Zastanawiasz się <strong>jak przyspieszyć porost brody</strong> i jak o nią dbać, aby prezentowała się estetycznie? Sprawdź nasze porady!**

**Zastanawiasz się jak przyspieszyć porost brody?**

Nie jest to wcale takie trudne zadanie! Przeczytaj nasze rady i wypróbuj te sposoby na sobie.

**Jak przyspieszyć porost brody - nasze sposoby**

Tak jak w przypadku włosów na głowie, zarost na twarzy rośnie u różnych osób w różnym tempie. Możemy jednak przyjąć, że jest to średnio 0,5 milimetra wzrostu na dobę. Oczywiście może to być mniejsza lub większa długość, w zależności od predyspozycji genetycznych, stanu skóry, a przede wszystkim stanu zdrowia. Aby przyspieszyć nieco porost włosów na twarzy możesz zastosować jeden z naszych sposobów. Po pierwsze, koniecznie zadbać o zdrowszy tryb życia. Dotleniaj się i nawadniaj. Stosuj zdrową dietę oraz kosmetyki dobrane do rodzaju swojej cery. Wpłynie to nie tylko na Twoje lepsze samopoczucie ale i wygląd!

**Jak najlepiej dbać o długą brodę?**

Kiedy już wiesz [jak przyspieszyć porost brody](https://facetaria.pl/blog/72_co-zrobic-by-zarost-rosl-szybciej.html) i uda Ci się zapuścić wymarzoną długość zarostu, konieczna będzie odpowiednia pielęgnacja, aby broda zawsze prezentowała się dobrze. Stosuj specjalne szampony i balsamy lub olejki do brody, a także codziennie przeczesuj ją kartaczem, czyli szczotką z włosiem dzika.