

Consigli cosmetici per ogni tipo di pelle

A seconda del tipo di pelle (normale, secca, grassa e sensibile) sono differenti i trattamenti cosmetici consigliati.

Pelle normale e mista

Pelli normali e pelli miste richiedono trattamenti delicati ma nel contempo non grassi.

Sono da preferirsi i detergenti a risciacquo e tonici leggermente alcolici.

La pelle *deve* essere protetta ogni giorno con una crema idratante per pelli normali o miste, meglio se ad azione opacizzante. Alla sera una crema nutriente non troppo grassa.

Periodicamente può essere utile l'applicazione di una maschera purificante o di uno scrub (gommage) per rimuovere le cellule morte di superficie.

Pelle secca e delicata

I trattamenti per questo tipo di pelle prevedono l'utilizzo di detergenti estremamente delicati (evitare quelli a risciacquo) e tonici senza alcool.

E' fondamentale proteggere la pelle ogni giorno con una crema idratante ed elasticizzante per pelli secche, meglio se con filtro UV, che protegga dalle radiazioni solari. Alla sera una crema nutriente riparatrice.

Ogni tre mesi, e comunque alla fine dell'inverno e alla fine dell'estate, è utile un trattamento con un siero rigenerante per ridare lucentezza e rendere più liscia la pelle.

Pelle grassa, seborroica

Per questo tipo di pelle il trattamento principale è rappresentato dalla detersione, al fine di eliminare quotidianamente il sebo in eccesso.

I detergenti non devono essere troppo energici o aggressivi, perché possono provocare un fenomeno definito "rebound sebaceo". Sono indicati sia i detergenti a risciacquo (meglio se non a base di saponi) sia i latti di pulizia. La pelle *deve* essere sciacquata abbondantemente con acqua tiepida per eliminare completamente ogni residuo grasso, poi con acqua fredda per chiudere i pori. Alla fine è consigliato l'impiego di un tonico alcolico dall'effetto astringente. Per il giorno e la notte una crema leggera e opacante per attenuare l'effetto lucido. Periodicamente può essere utile l'applicazione di una maschera purificante (ad es. a base di argilla) in grado di asciugare per assorbimento l'eccessiva secrezione sebacea o di uno scrub (gommage) per rimuovere le cellule morte di superficie. Due *volte* l'anno, alla fine dell'inverno e alla fine dell'estate, è utile un trattamento con un siero levigante per ridare lucentezza e rendere più liscia la pelle.

Pelle con couperose

Lo schema di trattamento adeguato per questo tipo di pelle prevede, sin dal mattino, una pulizia delicata con latte detergente. Da evitare i normali saponi e, se possibile, anche il risciacquo con acqua troppo fredda o troppo calda; la stessa acqua del rubinetto, spesso molto ricca di calcare, può portare ad uno stato di irritazione e di secchezza eccessiva .

Il passo successivo è rappresentato dalla tonificazione con un tonico privo di alcool eventualmente addizionato con sostanze decongestionanti e lenitive. E' poi necessario assicurare un'adeguata protezione alla pelle proseguendo con l'applicazione di una crema specifica per pelli sensibili con couperose.

Alla sera è sufficiente ripetere le medesime operazioni del mattino con l'aggiunta di una crema non troppo grassa per la notte arricchita con sostanze restitutive e normalizzanti.

Periodicamente si possono eseguire trattamenti "urto" come maschere lenitive, sieri, fiale e concentrati.