

Atenção, belezuras! No inverno a pele também precisa de cuidados especiais



(Foto: Shutterstock)

Tá frio para caramba e o que você faz? Toma banho super quente. Aí sai do chuveiro e desencana do hidratante para colocar a roupa logo, antes de congelar. Xiii... tá fazendo tudo errado, menina! Pelo menos no quesito cuidados com a pele.

Talvez seja mais difícil manter um ritual de beleza durante o inverno, por causa do frio, da preguiça, que costuma ser maior nessa época do ano e até do fato de a gente expor menos o corpo e, por isso, acabar se acomodando.

Só que isso pode ter um preço alto, como pele seca demais e sem viço, rugas precoces. Isso sem falar no resto do corpo (tipo ganho de peso pela comilança e pelas cabuladas na academia).

Se vície não quer cair nessa cilada, siga as dicas do nosso super dermatologista, **Dr. Claudio Wulkan**.

Olha a ducha!

Nada de banhos quentes e demorados, pois eles a removem o manto lipídico de proteção da pele. O uso de bucha piora ainda mais essa condição. Lembre-se: o inverno é o período em que a pele costuma ficar mais seca, na maioria das pessoas. Então, ducha rápida e, de preferência, morna. E sem buchas ou esponjas!

Creminho, sim, senhora!

Procure uma forma de hidratante mais agradável e confortável para você, as prateleiras estão repletas de opções maravilhosas. Os hidratantes mais caros não são melhores nem os mais baratos são piores. É tudo uma questão de marketing e posicionamento da marca. Mas sem dúvidas existem composições que tratam muito mais do que outras e isso você deve discutir com seu dermatologista.

Oleosidade não é humidade

Mesmo pessoas que têm uma pele oleosa no rosto, na famosa “zona T” de oleosidade facial , também podem sofrer de pele seca no inverno. Essa característica de ficar com a pele mais seca no inverno é uma tendência individual, do clima e condições atmosféricas, mas é também determinada pela genética.

E a sua boca, como anda?

Os lábios devem ser tratados conforme a necessidade. Quem não fica com os lábios secos e rachados, não precisa se preocupar... e quem tem a tendência a rachar os lábios deve procurar os lip balm, ou bálsamos labiais reparadores, que são muito mais eficientes do que a antiga manteiga de cacau (apesar da manteiga de cacau ser muito mais barata suas propriedades reparadoras e hidratantes são muito fracas perto dos novos compostos de Lip balms).

Xi, cabelo oleoso

Algumas pessoas têm a sensação que o cabelo fica mais oleoso no inverno, mas isso se deve às vezes a um efeito rebote da glândula sebácea no couro cabeludo aos banhos muito quentes e demorados; mas outras vezes é simplesmente o fato de que as pessoas lavam o cabelo menos no inverno do que no verão.

Fonte: <http://timespacomulher.com.br/atencao-belezuras-no-inverno-a-pele-tambem-precisa-de-cuidados-especiais/>



Dr. Claudio Wulkan

Dermatologista da Sociedade Brasileira de Dermatologia e do Hospital Israelita Albert Einstein.

www.clinicawulkan.com.br