Pulizia del viso: 8 errori che commettiamo senza accorgercene

Data: Invalid Date | Autore: Emanuela Salerno

La pulizia del viso è un affare serio, il volto è la prima cosa che colpisce negli altri e quella che rimane più impressa. Tutti, anche gli uomini si, ci prendiamo cura del nostro biglietto da visita più importante, ma ci sono, aimè, degli errori che commettiamo nella detersione.[MORE]

Premesso che la maggior parte delle persone sottovaluta la pulizia del viso, secondo uno studio svolto a New York da alcuni dermatologi, ci sono miti sulla detersione a cui non si dovrebbe credere e, al contempo, alcuni segreti alla portata di tutti per avere una pelle luminosa

Si parte, appunto, dalla detersione che, ovviamente, è molto più di una semplice passata di acqua e sapone. Il pericolo è dietro l'angolo, ci sono molti detergenti in commercio, asseritamente delicati per la pelle che, tuttavia, possono essere molto dannosi. Basta saper scegliere, quindi, quelli giusti che garantiscono un'azione idratante ed anti-invecchiamento.

Ma vediamo quali sono gli errori più comuni sulla detersione.
1) Lavare e basta: acqua e sapone, ormai si sa, non sono sufficienti a garantire una corretta pulizia del viso. L'ideale è rimuovere il trucco prima di lavare il viso e, dato che vi sono molti detergenti he non riescono ad agire a fondo su fondotinta e correttore, soprattutto nelle zone intorno agli occhi e intorno al naso, può essere utile utilizzare una crema a base di olio, un emolliente o un olio detergente per sciogliere il make-up più resistente. Subito dopo si potrà sciacquare il viso con acqua tiepida e un goccio di detergente.

2) Lavare il viso solo due volte al giorno: tutti i dermatologi del mondo sono concordi del ritenere che non si debba esagerare con la detersione, se non vuole stressare troppo la pelle. Dirimente sarà il ricorso al buon senso: sicuramente si dovrà lavare il viso sia la mattina che la sera, ma è consigliato farlo anche se dopo che si è effettuata dell'attività sportiva, per eliminare l'eccesso di sebo prodotto.

Se si ha una pelle molto secca e sensibile, invece, sarà meglio optare per la pulizia del viso una volta al giorno, meglio se la sera.

3) Restringere i pori con l'acqua fredda: basta con gli spruzzi di acqua fredda sul viso per chiudere i pori e migliorare la circolazione, i pori non si aprono e chiudono. Anzi, il passaggio improvviso da caldo a freddo può addirittura provocare l'arrossamento della pelle. Al contrario, il vapore può aiutare ad ammorbidire la pelle. Detergere il viso mentre si fa la doccia, quindi, è molto più utile.

4) Acquistare un detergente specifico in base al proprio tipo di pelle: non importa quale sia il nostro tipo di pelle, l'importante è che nella lista degli ingredienti di un detergente non compaia alcuna profumazione che potrebbe irritare la pelle. Meglio evitare poi i parabeni (conservanti potenzialmente tossici). Naturalmente le persone con la pelle secca possono scegliere tra formule con aggiunta di creme idratanti, come la glicerina o il burro di karité, mentre chi ha la pelle grassa può optare per un detergente schiumogeno.

5) Usare lo scrub per esfoliare: un detergente con acido salicilico o glicolico è più dolce e più efficace del classico scrub. Entrambi gli ingredienti hanno azione anti-invecchiamento e prevengono i brufoli. È consigliabile alternare questo trattamento al lavaggio normale, tre volte alla settimana e sempre a seconda della reazione della pelle.

6) Usare il toner: il toner che contiene alcol elimina l'olio naturale della pelle. È preferibile utilizzarne uno delicato per riequilibrare il pH della pelle. È pur vero che, se si usa il detergente giusto non è necessario effettuare questo passaggio.

7) Esfoliare la pelle per ottenere un effetto luminoso: piuttosto che usare le mani è consigliabile aiutarsi con un pennello, che rimuove l'unto, la sporcizia e la pelle morta molto più efficacemente. Meglio anche della maggior parte dei detergenti esfolianti e degli scrub in commercio. Non è necessario, poi, ripetere l'operazione ogni sera, soprattutto se si utilizzano in concomitanza prodotti che contengono retinoidi o acidi. Fondamentale è tenere il pennello pulito e lontano dai batteri, risciacquandolo ed asciugandolo all'aria dopo averlo usato.

8) Avere fretta nella detersione: è importante mantenere sulla pelle gli ingredienti più preziosi, come il retinolo o gli antiossidanti, invece di risciacquare subito il viso. I prodotti sono più efficaci quando rimangono concentrati sulla pelle.

Emanuela Salerno

Seguimi anche su Facebook: EsteticaMente

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/pulizia-del-viso-8-errori-che-commettiamo-senza-accorgercene/98328