



WWW.BIMBISANIEBELLI.IT



Bimbiani & belli

A SOLO
€ 1,50



prematuri
tutti i progressi
della medicina



mamma
difendi la pelle
dal freddo

biscotti

A OGNI ETÀ I SUOI



babywearing
il bebè oggi si "indossa"

25

IDEE PER
NATALE



parto
in ospedale
come a casa



IN LINEA

*con i pranzi
delle feste*

SPECIALE
la vetrina
GUIDA AGLI
ACQUISTI PER
I BAMBINI

DIFENDI COSÌ il viso dal freddo

Durante l'inverno la pelle dà segni di sofferenza che in gravidanza (ma anche dopo il parto) possono essere ancora più evidenti. Ecco che cosa si può fare

Secchezza e ruvidità, opacità e screpolature. E ancora: piccoli rossori ai lati del naso e sulle guance che in genere scompaiono nell'arco di poche ore, ma che possono anche trasformarsi in vera e propria couperose, una problematica della pelle caratterizzata dalla presenza sul viso di una sottile ragnatela di venuzze arrossate. Sono questi alcuni dei tipici segnali di sofferenza della cute in inverno. In gravidanza, poi, la situazione può peggiorare a causa degli sbalzi ormonali che rendono la pelle ancora più reattiva nei confronti del freddo e degli sbalzi di temperatura.

COSA METTERE NEL BEAUTY

Massima protezione

♥ Proteggere il viso durante il giorno, nutrire la cute di notte, scegliere prodotti delicati che calmano e addolciscono sono le strategie giuste per assicurare all'epidermide il benessere che le basse temperature possono compromettere.

Gli effetti dell'inverno

♥ Le aggressioni che la pelle quotidianamente subisce si moltiplicano in inverno. Se da un lato, infatti, il freddo restringe i vasi sanguigni limitando l'ossigenazione e il nutrimento dei tessuti, dall'altro l'aria secca dei locali riscaldati prosciuga le riserve idriche cutanee, favorendo secchezza e screpolature. Anche il freddo umido non fa bene alla pelle, con i lipidi (grassi) di superficie che perdono coesione e si alterano, provocando screpolature e rossori.

Più rischi in gravidanza

♥ Durante l'attesa la situazione diventa più delicata. A causa della maggiore quantità di sangue circolante nell'organismo, i vasi sanguigni si dilatano. I cambiamenti ormonali, poi, rallentano la microcircolazione periferica e favoriscono anche una perdita di tonicità delle

pareti dei capillari: gli arrossamenti sul viso diventano quasi inevitabili.

E dopo il parto

♥ A volte il rossore a farfalla, diffuso su guance, zigomi e ai lati del naso, compare dopo il parto. In questo caso responsabili sono, oltre alle brusche variazioni ormonali, anche gli sforzi delle spinte nella fase espulsiva che in alcuni casi possono portare persino alla rottura dei piccoli vasi e al conseguente formarsi di reticolati di venuzze arrossate. Dopo il parto, poi, è facile che lo stress sia molto elevato, con rilascio di sostanze simili all'istamina, un mediatore dell'infiammazione che tende a favorire ancora di più l'arrossamento.

Dal dermatologo o dal chirurgo estetico

♥ Se ci si accorge che i rossori rimangono e tendono persino a peggiorare, può essere utile affidarsi a un dermatologo o a un medico estetico, che possono proporre sedute con luce pulsata ad alta intensità oppure con laser vascolari (Nd-Yag, Dye Laser), in grado di coagulare i vasi dilatati, determinandone la chiusura e il successivo riassorbimento.

★ **Per la detersione:** per tutte le pelli e per le future mamme in particolare, in inverno occorre utilizzare prodotti extra delicati, preferibilmente senza risciacquo come le acque micellari per evitare il contatto con l'acqua che può irritare la cute. Non usare mai, comunque, acqua troppo calda.

★ **Di giorno:** prima di uscire la pelle deve essere protetta da freddo e smog. Servono, quindi, creme ricche e corpose, ma non untuose, che funzionano come una barriera e in più apportano il nutrimento. Attenzione anche a occhi e labbra. Queste due zone molto delicate soffrono l'aggressione del freddo. Uno stick emolliente e protettivo è un aiuto prezioso per la fragile mucosa labiale: messo e rimosso più volte durante il giorno, nutre, protegge e rigenera per evitare screpolature e dolorosi taglietti. Per il contorno occhi servono, invece, creme specifiche da applicare a piccoli tocchi per prevenire la formazione delle rughe.

★ **Di sera:** di notte la pelle si rinnova. Di sera, quindi, è importante utilizzare cosmetici dall'azione rigenerante e riparatrice: creme e oli ricchi di sostanze emollienti e nutrienti, ad alta concentrazione di acidi grassi Omega 3 e 6, con proprietà restitutive e ricompattanti, che rinforzano e rendono più elastica la cute.

Attenzione agli sbalzi

In inverno il problema maggiore è rappresentato dai bruschi sbalzi di temperatura tra l'esterno e l'interno: i piccoli vasi sono costretti a restringersi e dilatarsi in tempi molto rapidi, facendo affluire una maggior quantità di sangue al viso che così si arrossa. Una volta che i capillari si abituano al nuovo clima, tornano a restringersi riportando il colorito al suo tono naturale. Nelle pelli sensibili e nei soggetti che soffrono di problematiche circolatorie, invece, i rossori possono permanere e trasformarsi in macchie arrossate con venuzze.

SMOG, NEMICO DELLA PELLE

Con le basse temperature salgono anche i livelli dello smog: le polveri sottili degli idrocarburi si depositano sulla pelle e ne alterano il film idrolipidico. La cute diventa più sensibile, si irrita con facilità e si arrossa. Le particelle inquinanti ostruiscono i pori, spengono il colorito, limitano l'ossigenazione e sollecitano una maggior produzione di radicali liberi, molecole che provocano un invecchiamento precoce della cute.

in caso di couperose

Se la pelle è fragile e si arrossa con facilità è bene ricorrere a linee specifiche anti-couperose che, ai principi attivi emollienti e nutrienti, aggiungono sostanze ad azione addolcente e calmante: allantoina, vitamine B1 e B5, estratti di fiori delicati come la rosa e il ciliegio, argilla bianca e rosa, fosfolipidi, acido glicirretico e alfabisabololo, ricavati rispettivamente dalla liquirizia e dalla camomilla. Anche l'acqua termale può essere d'aiuto per ridare sollievo immediato alla pelle irritata: si può vaporizzarla sul viso quando se ne sente la necessità, anche sopra il trucco.