

# Per una barba perfetta fate gli impacchi di acqua calda

**Bagnate un pezzo di stoffa e poggiatelo sul viso per un paio di minuti prima di fare la barba • Aiuta ad ammorbidire i peli e permette una migliore rasatura**

**P**er farsi ogni mattina la barba, evitando irritazioni sulla pelle, consiglio di seguire alcune semplici regole. Prima di tutto è importante ammorbidire i peli della barba perché sono i più duri del corpo e i più grossi come diametro. Inoltre consiglio di utilizzare una schiuma da barba compatta che contenga sostanze naturali lenitive ed emollienti, come la camomilla, la malva oppure l'olio di avocado. Infine, dopo la rasatura, consiglio di asciugare tamponando dolcemente con un asciugamano sul viso.

Questi sono i suggerimenti di un grande medico, il professor Antonino Di Pietro, dermatologo di fama internazionale, presidente fondatore dell'Isplad, la società di dermatologia plastica, oncologica e rigenerativa, e autore dei libri *Per la tua pelle* e *Botulin free*, editi da Sperling & Kupfer. Ci siamo rivolti a lui per sapere come ottenere una rasatura della barba perfetta, mantenendo la pelle sempre giovane, tonica ed elastica. «Come chiediamo: «Come consiglia di farsi la barba?»

«Consiglio di preparare la pelle alla rasatura facendo degli impacchi», risponde il professor Di Pietro.

«Come suggerisce di fare questi impacchi?», gli domandiamo.

«Innanzitutto un pezzo di stoffa con dell'acqua calda e poggiatelo sul viso per un paio di minuti prima di fare la barba», spiega il professor Di Pietro. «Il calore aiuta a dilatare i pori della pelle. L'ac-

qua ammorbidisce la cheratina, la sostanza di cui sono fatti i peli e che li rende impermeabili e quindi più duri. Questa operazione predispone la pelle alla rasatura. Inoltre aiuta a prevenire i piccoli tagli e le eventuali irritazioni che può causare il rasoio».

## «Usate una crema da barba densa»

«Come consiglia di scegliere la schiuma da barba?», gli domandiamo.

«Consiglio tutte le schiume da barba compatte, cioè che quando si spalmano sul viso restano omogenee e corpose. Più la schiuma è densa, più trattiene l'acqua sulla pelle e quindi rende più morbidi i peli», continua il professor Di Pietro.

«Come consiglia di radersi?», gli chiediamo.

«Suggerisco di passare una prima volta il rasoio sulla pelle nella stessa direzione del pelo, mentre la seconda passata si può fare in contropelo», dice il professor Di Pietro. «Così la rasatura è più delicata».

«Come consiglia di concludere la rasatura?», gli domandiamo.

«Raccomando di lavare il viso con abbondante acqua», aggiunge Di Pietro «per rimuovere i residui della schiuma e di asciugare tamponando un asciugamano sul viso. Questo serve a evitare di aprire i piccoli tagli e i traumi della rasatura e ad avere una pelle più liscia e più seducente».



Il professor Antonino Di Pietro

## I NOSTRI CONSIGLI

**F**ate la barba tutti i giorni: rende il viso più luminoso e mantiene la pelle più elastica. Inoltre nella barba si accumulano spesso impurità, quindi radersi aiuta a prevenire le dermatiti.

• Pulite sempre bene il rasoio prima di radersi perché anche i peli rimasti bloccati nel rasoio durante la rasatura

precedente contengono impurità e possono creare infezioni o dermatiti.

• Tenete la schiuma da barba sul viso per almeno un minuto perché questo contribuisce ad ammorbidire i peli.

• Fatevi la barba al mattino: la pelle è più morbida e la rasatura risulta più facile.