

DAI UNA MANO ALLE TUE MANI

DISTRIBUTORI DI CAREZZE

Forse lo consideri solo un dettaglio, rispetto ai muscoli tonici e allo sguardo penetrante, ma una donna tiene in grande considerazione le mani. Prima di tutto perché mani morbide e calde trasmettono sicurezza. E da quelle mani lei si lascerebbe toccare e accarezzare volentieri. In secondo luogo perché, se un uomo se ne prende cura, una parte del corpo in genere trascurata, è sicuramente attento anche al resto del fisico. Purtroppo, la pulizia e la cura delle unghie in inverno non sono sufficienti

a garantirsi mani in ordine. Il clima freddo e secco mettono a dura prova la pelle di una zona così esposta, inaridendola e rendendola ruvida e arrossata. Durante l'inverno, sono soprattutto gli sbalzi termici ad aggredire la pelle delle mani. Spiegano i medici che quando esci da un locale e stai un po' al freddo, per poi rientrare nell'abitacolo dell'auto, i capillari sono sottoposti a una continua vasodilatazione e una vasocostrizione per mantenerle a temperatura costante. Ecco perché la pelle si arrossa. Così le mani appaiono irritate e aride.

PER UNA CURA D'URTO

Ti trovi con mani davvero malridotte e ti aspetta una giornata in cui vuoi dare il meglio di te? Prova con un trattamento veloce. Compra in erboristeria una confezione di olio di jojoba. La sera, dopo averle lavate, metti una bella dose di questa emulsione e indossa un paio di guanti in cotone (certo, se dormi solo). Il caldo favorisce l'assorbimento delle sostanze idratanti e la rigenerazione. Al mattino, lavale con poco detergente e acqua tiepida, tampona e metti un po' della normale crema idratante.

Igiene e idratazione

Ci vuole qualche cura in più. A partire dalla pulizia. In inverno no alla classica saponetta, che fa troppa schiuma e quindi aggredisce il film idrolipidico già messo alla prova da vento e freddo. Meglio i detergenti liqui-

di, che contengono meno agenti schiumogeni e in più sono arricchiti da sostanze emollienti. Prima di andare a letto o quando stai a casa stendi sulle mani un po' di crema nutriente. Ne basta un cucchiaino: di più

non si assorbirebbe. Massaggiala su tutta la superficie, dorso, dita e polsi. Esistono molte creme, ma preferisci quelle a base di sostanze nutrienti naturali come paraffina liquida o burro di karité.

Difendile con i guanti

Quando fa freddo è importante abituarsi a indossarli sempre perché sono una barriera e tengono le mani al caldo. Poi sono tornati di moda e le donne li considerano sexy. I migliori sono in materiali morbidi e naturali, come la pelle, il camoscio, la classica lana. Anche il pile va bene: pur essendo sintetico, è morbido e caldo e permette una buona traspirazione della pelle. Attenzione invece a non indossare troppo spesso i guanti in tessuti tecnici, adatti allo sci, all'hockey sul ghiaccio e agli altri sport invernali. Sono in tessuti resistenti, per difendere le mani dal gelo e da traumi, ma impediscono alla pelle di traspirare e quindi rischiano di irritarla ancora di più.



Protezione senza ungere

Protegge la pelle dagli agenti esterni e dal freddo e ridona elasticità e morbidezza a mani screpolate, secche e arrossate, Manum Arkopharma, 5,90 euro.



Asso pigliatutto

Combatte disidratazione, screpolature e le antiestetiche macchie gialle delle mani dei fumatori. E non unge. Lipidose Mani Vichy, 7,30 euro.

LORENZO OLIVERO
(CONSULENZA DI UMBERTO BORELLINI, COSMETOLOGO)