



MONELLE CHITI

BEAUTY

COME PROTEGGERE LA PELLE DEL VISO DAI PRIMI FREDDI

16 Oct 2019



Ormai l'autunno è veramente arrivato; urge quindi iniziare ad avere maggiore cura della propria pelle, soprattutto quella del viso. Il vento e il freddo provocano un'eccessiva aridità cutanea che può dare origine, oltre a semplici fastidi, ad una secchezza eccessiva che può trasformarsi in patologie come l'eczema; con il tempo però ho scovato alcuni semplici trucchetti ed oggi voglio condividerli con voi.

Quattro semplici rimedi contro il freddo: alcuni consigli utili

1. Come prima cosa per contrastare il freddo bisogna sempre partire dalla **detersione**. Sceglietene unadal forte potere idratante: la pelle, prima di essere esposta al freddo, necessita di idratazione. Preferite quindi dei detergenti senza risciacquo che, non inumidendo il viso per mezzo dell'acqua; eviteranno di far condensare l'umidità sul viso raffreddandolo e seccandolo. L'acqua, inoltre, contiene sempre del calcare che tende a depositarsi sulla pelle ed, in inverno, a seccarla ancor di più.
2. Attenzione agli agenti "interni": oltre al freddo e allo smog, anche l'ambiente in cui viviamo condiziona il benessere della nostra pelle. Mantenete quindi la temperatura di casa non troppo alta, soprattutto in camera da letto (in cui non dovrebbe superare i 20 gradi).
3. Prova una dieta ad hoc: la pelle che abbiamo è condizionata anche in base a ciò che mangiamo. Per contrastare il freddo e per rinforzare l'epidermide quindi, via libera a una dieta ricca di Omega3 (che si trova principalmente nel pesce).
4. At last but not least io ho scoperto una **crema idratante per il viso** di cui non posso più fare a meno: è la nuova crema idratante di **Mascia Brunelli**, basata su lipidi vegetali ad alta attività eudermica riducendo così i pori e le imperfezioni. Contro i primi freddi era proprio quello di cui avevo davvero bisogno! Potete provarla anche voi usando il codice **MBMonelleChiti** per usufruire del 30% di sconto su tutti i loro prodotti (codice valido fino al 31 Ottobre).

E voi che rimedi beauty avete contro il freddo? Fatemelo sapere qua sotto nei commenti!

Buona giornata e a presto con un nuovo post!

