



MANI

Mani screpolate: come curarle



Di Angela Bisceglia

SCRIVI ALLA REDAZIONE



07 Febbraio 2019

Soprattutto d'inverno, le mani possono screpolarsi facilmente. Dalle cattive abitudini da evitare ai cosmetici giusti, ecco i consigli della dermatologa [Magda Belmontesi](#) per renderle morbide e vellutate



Sono tanti i fattori che possono seccare la pelle delle mani: il freddo, gli sbalzi di temperatura, alcune cattive abitudini, come quella di lasciarle bagnate o di non indossare i guanti quando si fanno le faccende domestiche. Ecco come curarle nel modo giusto.

Le cause della disidratazione

Speciale vitamina D nei bambini

In collaborazione con Abiogen Pharma

SERVIZI

- * **Nomi per bambini**
- * **Calcolo ovulazione**
- * Calcolo settimane gravidanza
- * Calcolo lunghezza feto
- * Calcolo DPP - Data presunta parto
- * Calcolo percentili
- * Calcolo BMI - Indice di massa corporea
- * Calcola quanto sarà alto da adulto
- * Calcola altezza in base ai genitori
- * Hotel per bambini

PIÙ LETTI



01 Febbraio 2019
 Parto naturale, 68 foto per sapere cosa avviene



31 Gennaio 2019
 Toxoplasmosi in gravidanza: 7 cose da sapere



30 Gennaio 2019
 I 40 giorni dopo il parto, come affrontare il puerperio

- *Freddo, vento, sbalzi di temperatura* favoriscono la perdita di acqua sulla superficie cutanea ed alterano la capacità protettiva dell'epidermide.
- *Agenti esterni*, come detersivi, saponi troppo sgrassanti ma anche la polvere con la quale si viene a contatto facendo le pulizie domestiche possono irritare le mani e compromettere la funzione barriera della pelle.
- *Cattive abitudini*, come quella di bagnarsi di continuo le mani o di non asciugarle bene peggiorano la situazione, perché l'evaporazione dell'acqua superficiale le secca ancor di più.

LEGGI ANCHE: [Labbra screpolate: come trattarle](#)

5 consigli per avere mani di velluto

- *Detergere delicatamente*

Per [lavare le mani](#) evitare saponi schiumogeni: meglio un detergente in olio oppure un sapone di Marsiglia o all'olio di oliva

LEGGI ANCHE: [Pulizia del viso: 9 consigli per non sbagliare](#)

- *Idratare più volte durante il giorno*. Applicare più volte al giorno una crema idratante ed emolliente specifica per le mani: ottime ad esempio le creme barriera a base di ossido di zinco, ceramidi, omega 3 e 6, che creano come un guanto invisibile che ricopre le mani ripristinando il film idrolipidico protettivo. Oppure con acido ialuronico, che richiama acqua sulla superficie cutanea impedendo la disidratazione

- *Nutrire durante la notte*. Prima di andare a dormire, applicare un prodotto con una formulazione più corposa, a base di vitamina E, che ha azione antiossidante e aiuta a ripristinare la componente lipidica della pelle, nutrendo e ammorbidendo la cute. Per un'efficacia maggiore, si può fare un'applicazione in occlusiva: si mette la crema in quantità un po' più abbondante e si avvolgono le mani con della pellicola trasparente o si indossano dei guanti di cotone e si lascia agire tutta la notte.

- *Proteggere quando si lavora*. Quando si fanno le faccende domestiche o comunque lavori che espongono al contatto continuo con acqua, polvere, detersivi o altre sostanze chimiche, è opportuno indossare sempre i guanti. Per chi ha problemi di [dermatite atopica](#), è bene mettere prima dei guanti di cotone, perché il lattice o la gomma potrebbero irritare ancor di più.

LEGGI ANCHE: [Lavarsi le mani in cucina: attenzione alla contaminazione tra cibi](#)

- *Difendere dal freddo*

In inverno è sempre buona abitudine indossare i guanti quando si sta all'aperto, sia per preservare la pelle da screpolature indotte dal freddo sia per prevenire problematiche più fastidiose, come i geloni.

Per chi ha problemi di pelle sensibile, è preferibile evitare il contatto diretto con la lana e scegliere guanti che hanno cotone o pile nella parte interna. Per chi soffre di geloni, l'ideale sono i guanti riscaldanti (si trovano nei negozi di articoli sportivi) composti da microcelle che mantengono la temperatura cutanea ed evitano gli sbalzi caldo/freddo. Ottimi anche quelli in goretex, traspiranti e protettivi, indicati anche per chi è atopico perché filtrano gli acari della polvere.

LEGGI ANCHE: [Manicure in gravidanza: 5 consigli per mani perfette](#)

Quando la screpolatura è il segnale di una dermatite

Quando la screpolatura delle mani non è un fatto occasionale, quando si associano prurito, bruciore o piccole fissurazioni, quando si ha già una storia di allergie anche in altre zone del corpo, probabilmente l'eccessiva secchezza è dovuta ad una dermatite atopica.

In tal caso sulle mani è consigliabile applicare una pasta all'acqua (si trova in farmacia) che contiene un'alta concentrazione di ossido di zinco e vaselina, ad azione protettiva, lenitiva ed emolliente; in fase acuta il medico potrà anche consigliare l'applicazione di una crema cortisonica.

Ann.



Perfetto per Pulizie di Casa

Detergente universale, kit panno Flix-mex e spugne. Acquista online

[Bio-mex](#)

TI POTREBBE INTERESSARE

- 1** [Pelle neonati: come proteggerla dal freddo](#)
- 2** [Creme per il viso: come scegliere quella giusta](#)
- 3** [Scrub, gommage, peeling: come farli perfetti](#)
- 4** [10 cose da sapere sulla couperose](#)

TAG

[Famiglia](#), [Moda E Bellezza](#), [Mani](#), [Bellezza](#), [Pelle Secca](#),

[Screpolature](#), [Trattamenti Mani](#), [Crema Mani](#)



Sponsor

Cos'è il ritmo circadiano e perché è importante per la nostra salute?

[uwell.it](#)



Giochi per feste di compleanno



10 dritte per sopravvivere alla suocera e vivere felici



Sponsor



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.