Proteggere le mani dai frequenti lavaggi: i consigli giusti

Pubblicato 18 Marzo 2020 | Da Claudia Bortolato

Claudia Bortolato

Un gesto ripetuto quasi all'infinito in questi difficili tempi di emergenza sanitaria per il Covid-19, la detersione delle mani con acqua, spesso calcarea, e l'utilizzo di gel igienizzanti a base d'alcol più volte al giorno presentano un inconveniente: la pelle si screpola facilmente, si secca, diventa ruvida al tatto. «Lavandosi spesso, accuratamente e con energia, com'è necessario per assicurare la corretta igiene, si elimina temporaneamente dalla pelle anche il film idrolipidico, che impiega circa venti minuti per ricostruirsi – e fino a tre ore se si utilizzano detergenti aggressivi o i gel igienizzanti "secco" – per ritornare a svolgere la sua funzione: quella di assicurare idratazione e morbidezza alla cute e di proteggerla da irritazioni, arrossamenti, ragadi, fessurazioni», **spiega a Pharmaretail il dermatologo e cosmetologo Leonardo Celleno, presidente AIDECO**. Un disagio che mette a repentaglio soprattutto la pelle estremamente delicata di chi soffre tendenzialmente di dermatiti allergiche e da contatto, perchè ancor più esposta alle aggressioni degli agenti irritanti.

I dermocosmetici che rinforzano la funzione barriera

Che cosa dovrebbe consigliare il farmacista al cliente per salvaguardare l'igiene delle mani e nel contempo l'integrità e morbidezza della loro pelle? «Dopo ogni detersione, di asciugarle molto bene e, al lavoro, di evitare i getti di aria calda che seccano la pelle, meglio una salvietta di carta. Subito dopo ogni lavaggio, è fondamentale applicare una crema dermocosmetica specifica per le mani. Sono consigliate le formule con sostanze barriera,

come burri e oli, ad esempio karitè, estratti di oliva, mandorle dolci, macadamia o riso, che vanno a rifornire di grassi buoni dell'epidermide. Ideali anche le formule che contengono principi attivi lenitivi e disinfiammanti, come aloe, allantoina, bisabololo, o con glicerina, ceramidi o cheratina idrolizzata, che "sigillano" tutti gli altri nutrienti presenti nel dermocosmetico e riparano la barriera cutanea in superficie» consiglia Celleno.

Specifico per chi ha la pelle particolarmente secca e molto "provata"

Se la pelle delle mani è molto secca, si può suggerire di applicare prima della crema un siero concentrato, come si è soliti fare con la pelle del viso nei momenti di maggior bisogno. Ci sono formule dedicate a base, per esempio di oli vegetali, come quelli d'argan o con burro di cacao, e con estratti di calendula, che è rigenerante e cicatrizzante, e vitamina E, antiossidante che trattiene anche le perdite idriche della pelle. «In alternativa, si possono consigliare anche i fluidi idratanti utilizzati per il viso, per esempio con acido ialuronico e Omega 3 e 6, oppure gli oli vegetali puri da usare alla stregua di un siero, come quelli di avocado, di jojoba o di neem, che sono nutrienti, antiage e rigeneranti», consiglia Celleno.

Le maschere notturne e le cure specifiche per le unghie

In caso di secchezza molto evidente, 2-3 volte la settimana si può consigliare al cliente di applicare anche le apposite **maschere per le mani**, che in genere contengono gli stessi principi attivi idratanti, nutrienti e leviganti presenti nelle creme, come ceramidi, biotina, urea, allantoina, melissa, lattato, ma in concentrazioni più elevate. Vanno lasciate e in posa tutta la notte, indossando gli appositi guanti. Un'altra indicazione utile da fornire è di curare in modo mirato anche le unghie e le cuticole, anch'esse rese più fragili e a rischio di irritazioni per l'utilizzo frequente di gel disinfettanti e per il contatto prolungato e ripetuto con l'acqua. «Due volte al giorno, è utile distribuire con lievi movimenti circolari su tutta la superficie delle unghie una crema nutriente, per esempio con fosfolipidi o con aminoacidi estratti dal grano. Sulle cuticole (mai tagliarle ma spingerle indietro con un bastoncino di legno "usa e getta" per non favorire irritazioni e infezioni), la sera si possono massaggiare creme specifiche, per esempio con vitamine A ed F, oppure un olio di rosa mosqueta o di calendula, che sono idratanti e cicatrizzanti naturali», conclude l'esperto.

Pubblicato in Dermocosmesi, Dossier

Copyright © 2020 HF1 S.r.l. – Tutti i diritti riservati
| Valid HTML 5 | cp |