



GETTY IMAGES

BEAUTY / SKINCARE | 05.01.2026

Come scegliere la crema mani idratante giusta per l'inverno

Tra necessità di massimo nutrimento e formulazioni protettive per le pelli più difficili, l'esperta chiarisce come orientarsi tra i migliori prodotti

di Michela Marra

2 minuti di lettura

LISTEN

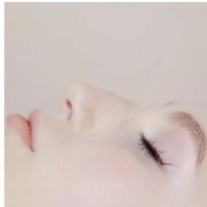
SHARE



Suggeriti

BEAUTY / MAKE-UP
15.12.2025

La manicure rossa per le Feste

BEAUTY / SKINCARE
04.12.2025

Skincare come autoipnosi: il potere della routine quotidiana

C'è un motivo per cui capita più spesso di usare una **crema mani idratante durante l'inverno**: le temperature basse e l'aria causano facilmente delle screpolature che possono provocare fastidio o dolore, mentre la pelle perde elasticità. Ma limitare i danni è possibile; è sufficiente scegliere una **crema mani idratante per l'inverno** adatta ed efficace, e qui vi diciamo come fare.

Crema mani idratante per l'inverno: l'importanza degli ingredienti

“Una buona crema mani per il periodo invernale deve combinare una texture facilmente applicabile e a rapido assorbimento per l'uso frequente durante il giorno, con ingredienti idratanti come glicerina, acido ialuronico, urea a basse concentrazioni, emollienti (come cere, burri e oli), lenitivi (come bisabololo, calendula, centella asiatica, pantenolo e niacinamide) e restituitivi per la barriera cutanea come pantenolo, ceramidi, oli e burri ricchi in acidi grassi insaturi omega-6, omega-9”, afferma la dottoressa Benedetta Basso, cosmetologa AIDECO. Tutte queste sostanze devono lavorare in sinergia, sostenendo l'idratazione e riparando progressivamente il film idrolipidico compromesso dal clima freddo.

Cosa fare in caso di pelle sensibile

C'è poi un tema non meno importante che è quello della sensibilità cutanea di cui la scelta della crema deve tenere conto. “Chi ha una pelle delicata, sensibile o reattiva, fa bene a evitare tutte le sostanze che potrebbero essere dei possibili allergeni o quegli ingredienti che possono risultare sensibilizzanti soprattutto in inverno quando la barriera cutanea è compromessa”, spiega la cosmetologa. Fragranze sintetiche, oli essenziali e alcuni estratti vegetali, spesso percepiti come innocui, possono invece irritare la pelle soprattutto se già provata dal freddo. Il consiglio è quindi quello di scegliere formulazioni essenziali prive di profumazione.

Crema mani idratante per l'inverno: quante volte applicarla

Molto dipende dalle abitudini quotidiane. Basso ricorda che “la frequenza ottimale di utilizzo di una crema mani richiede l'applicazione dopo ogni lavaggio, quando ci si espone all'ambiente esterno e se necessario, in casi di xerosi severa, anche più volte durante il giorno”. Un gesto da non dimenticare è idratare le mani la sera, con una dose extra in modo che la crema possa agire durante le ore di sonno. Crema ricca o leggera? Tutto dipende dal grado di secchezza, spiega l'esperta, e da quanto la barriera cutanea è

compromessa. "In caso di xerosi lieve - specifica la cosmetologa - emulsioni leggere garantiscono comfort immediato e un assorbimento rapido. Se invece la pelle appare opaca, tesa o mostra linee di secchezza evidenti, è consigliabile un prodotto più corposo".

Anche l'esperienza sensoriale gioca un ruolo non da poco: "Se l'applicazione è frequente durante il giorno, allora è meglio optare per formulazioni dalla texture più leggera e rapidamente assorbibili per evitare la fastidiosa sensazione di mani unte". Non è un caso che la cosmetologia degli ultimi anni abbia compiuto progressi notevoli proprio in questo senso, mettendo a punto formulazioni ricche e confortevoli ma non appiccicose e che siano comunque in grado "di creare una barriera protettiva contro agenti atmosferici per ridurre la perdita di acqua transepidermica e la disidratazione". Ovviamente, nessuna crema può sostituire i guanti che restano indispensabili nelle giornate più gelide.

Crema mani idratante per l'inverno: come essere sicuri che funzioni davvero

E se il danno è fatto? In presenza di screpolature marcate, "la routine quotidiana può essere affiancata da trattamenti più intensivi con un approccio combinato", afferma Basso. Il segreto è usare, durante le ore notturne, unguenti o balsami occlusivi per sfruttare la naturale attività riparativa della pelle, velocizzando il recupero e riducendo l'infiammazione. Se la pelle diventa più morbida, elastica e non presenta desquamazioni, allora vuol dire che il rimedio ha funzionato; se, invece, si continua ad avvertire bruciore e prurito o se la secchezza peggiora, è probabile che qualche ingrediente non sia ben tollerato. "In quel caso è opportuno cambiare prodotto o orientarsi verso formulazioni dedicate alle pelli sensibili", consiglia la cosmetologa.

Crema mani idratante per l'inverno 2026: una selezione