

Hombres: Cuidado de la piel y secretos para mantenerse bien.

El tratamiento de la piel reseca, especialmente la del rostro, no es importante solo para las mujeres. Existen tratamientos básicos que no se deben olvidar si no se quiere llegar a un resecamiento, que no solo resultará antiestético...

Las quemaduras por efectos del sol son un problema muy común en los daños de la piel. El cutis tiene memoria, y una quemadura trae consecuencias eternas. El resecamiento y la descamación, son habituales en quienes hayan sufrido este tipo de inconvenientes, alguna vez.

Lo primero que hay que hacer es una buena limpieza, si nota la cara más seca, con descamaciones o granitos, utilizar un jabón neutro para limpiar la zona de la cara, por la mañana y la noche, usando posteriormente un tónico sin alcohol. Después, es recomendable aplicar una crema hidratante.

Otra solución alternativa y efectiva es aplicar una crema exfoliante durante la ducha, mientras se deja actuar al shampoo. Si es posible hacerlo por la mañana antes de afeitarse.

Siempre es aconsejable afeitarse por la mañana. En ese momento, los músculos están relajados y en el mejor momento para ser enjabonados. La acción del agua caliente es fundamental en la acción de dilatar los poros, que después del proceso quedarán abiertos. Es por eso que no conviene afeitarse de noche (al dormir con los poros abiertos, puede producirse una infección por rozamiento).

Debe dejarse el jabón o la espuma, que actúe durante por lo menos un minuto para que la barba se ablande. Mientras, calentar la prestobarba con el agua y empezar el afeitado lentamente, empezando por las patillas y siguiendo la dirección del crecimiento del cabello.

Si es necesaria una segunda pasada, volver a enjabonar el rostro y aplicar el movimiento en dirección opuesta. Una vez terminado no secar las cuchillas de la prestobarba, las arruina definitivamente, pero de todos modos es conveniente cambiarlas cada dos o tres afeitadas.

Al finalizar, secar la cara suavemente, recordando que los poros están absolutamente dilatados. Entonces, aplicar algún tónico con alcohol para cicatrizarlos.