

IIGIENE INTIMA

★ Quello vaginale è un ecosistema delicatissimo: se si altera, germi e batteri proliferano, favorendo la comparsa di irritazioni che possono aprire la strada a disturbi più seri. Un'accurata detersione è fondamentale sempre per preservare il fragile equilibrio vaginale, e in modo particolare in gravidanza. Importante però usare il detergente giusto che deve essere specifico per le parti intime e formulato con tensioattivi delicati, che non aggrediscono e non impoveriscono la mucosa genitale.

Detergente Protettivo per l'Igiene Intima
Con pH fisiologico per non alterare l'equilibrio delle mucose. Con estratti di loto, tiglio e calendula. **Alkagin**, farmacia, 250 ml, 9,90 euro.



MENTOLO

★ È uno degli ingredienti rinfrescanti che la cosmetica utilizza in moltissimi trattamenti destinati a regalare benessere e vitalità: dalle formulazioni per i piedi a quelle che alleggeriscono le gambe, dai detergenti agli anticellulite, offrono immediato benessere alla pelle.

Destasi Spray Gambe Pesanti
In un attimo rinfresca, alleggerisce e allenta il gonfiore grazie a una formulazione a base di rutina, escina, caffeina, aloe vera e acqua di hamamelis che stimolano la circolazione e proteggono i capillari. **Pool Pharma**, farmacia, 200 ml, 19 euro.



NEBULIZZATORE

★ Molto pratici in versione spray, riportano a livelli ottimali il tasso di idratazione della pelle; si usano ogni giorno dopo la doccia per raggiungere anche i punti che con il pancione diventano difficili da "trattare".

Doposole Spray Lenitivo Viso e Corpo
Con aloe vera, oli di argan e macadamia e burro di karité dona immediata freschezza. **Omia**, grande distribuzione, 200 ml, 11,90 euro.



OLI ESSENZIALI

★ Sono presenti in molte formulazioni cosmetiche naturali. I più utilizzati sono l'olio di melaleuca, che svolge una delicata azione purificante e antibatterica utile nei detergenti intimi e in quelli per il corpo, e gli estratti di rosmarino, eucalipto e salvia, che danno freschezza e sollievo al prurito.

