

bellezza a cura di Marta De Silvestri

La pelle in dolce attesa

In gravidanza la pelle subisce forti trazioni per la crescita dell'addome, per l'aumento del volume del seno e del peso corporeo. Con cure quotidiane e prodotti specifici si può mantenere elastica e morbida

FOTO © ISTOCKPHOTO/TRACIE ANDREWS



Durante la gravidanza il corpo della donna subisce importanti variazioni a causa delle notevoli **modificazioni ormonali** che avvengono e che si riflettono anche sullo stato della pelle. Messa a dura prova dall'aumento del peso, la pelle del corpo, in particolare dell'addome, ma anche del seno e delle cosce, nei mesi dell'attesa

ha bisogno di cure e attenzioni speciali. Col passare dei mesi, infatti, la pelle subisce un progressivo stiramento, si assottiglia, e necessita, quindi, di un'idratazione maggiore. È importante mantenerla **sempre ben idratata** fin dai primi mesi della gravidanza, con applicazioni quotidiane di creme elasticizzanti ed emollienti da massaggiare delicatamente sulle zone interessate fino a completo assorbimento.

Un disturbo che si verifica di frequente durante l'attesa è la comparsa delle **smagliature**. Si tratta di un indebolimento dei tessuti connettivi, le cui fibre elastiche, sottoposte a una grande tensione, cedono, creando lievi lacerazioni. Solitamente si presentano su glutei, cosce, fianchi, addome e seno. All'inizio sono di colore rosso, poi cicatrizzano e diventano bianche perlacee. Eliminare le smagliature è

Per il corpo



BIOLOGICO
Applicato sulla pelle umida ne promuove la tonicità e la mantiene elastica l'**Olio Trattante Prugnolo** di Dr. Hauschka (€ 19).

EMOLLIENTE

È ideale per mantenere morbida ed elastica la pelle del corpo la **Crema Dopobagno** ricca di vitamine, di **L'Amande** (€ 15,50).

**NUTRIENTE**

Formulato con olio di oliva, idrata la pelle in profondità e la rigenera l'olio per il corpo **Hydra di Mediterranea** (€ 25,10).



Per le smagliature



INTENSIVA

Nutre la pelle e favorisce la riduzione delle smagliature la **Crema Smagliature di Mustela 9 mesi** ricca di principi attivi naturali (€ 27).



IDRATANTE

Ammorbidisce la pelle e previene la formazione di smagliature l'**Olio di Mandorle de I Provenzali** (€ 7,70).



RESTITUTIVA

Contrasta e previene con efficacia le smagliature il **Trattamento Smagliature di Somatoline** (€ 34,50).

quasi impossibile, però si possono prevenire e, poiché si verificano soprattutto quando la pelle è arida, un'accurata idratazione cutanea con prodotti specifici a base di olio di mandorle dolci o burro di cacao, contrasterà questi cedimenti della cute. È bene, anche, evitare di incorrere, durante la gravidanza, in forti oscillazioni di peso.

CURE PER IL SENO

Quando si è in dolce attesa anche il seno subisce **importanti cambiamenti**, aumentando di volume e preparandosi gradualmente a divenire fonte di vita

e di nutrimento per il bambino. La pelle anche in questa zona diventa più sottile e i vasi sanguigni sottocutanei spesso sono più visibili. Durante la gravidanza, soprattutto nell'ultimo trimestre, può succedere che si verifichino piccole fuoriuscite dal capezzolo di colostro, una secrezione vischiosa prodotta dal seno, che si trasformerà in latte alla nascita del bambino. È importante tenere, quindi, **ben pulita questa zona** del corpo con **lavaggi frequenti**. Poiché il seno non è formato da muscoli, ma il suo sostegno dipende principalmente dal tono della pelle,

è necessario effettuare trattamenti adeguati che mantengano tonico il rivestimento cutaneo. Per preservare l'elasticità dei tessuti è opportuno massaggiarlo con delicati movimenti circolari, dall'esterno verso l'interno, con prodotti tonificanti specifici. È bene indossare un **buon reggiseno**, in fibre naturali e senza cuciture, che **sostenga il seno senza comprimerlo** e, se il suo volume è aumentato in modo considerevole, è preferibile sceglierlo con **spalline larghe**, regolabili e con un'adeguata fascia dorsale.

Per il seno



NUTRITIVO

Rigenera la pelle in profondità l'**Olio da Massaggio** dalla texture morbida, **Linea Maman Bio di Sanoflore** (€ 15,50).



LENITIVA

A base di Lanolina purissima, **Purelan** protegge la pelle del seno. Non va sciacquata prima dell'allattamento **Di Medela** (€ 14,50).



PREVENTIVA

Previene le ragadi e le smagliature del seno la pomata **Cremulina** linea **Fiocchi di Riso di Happybimbo** (€ 18,95).