

# IL TIPO DI PELLE

Riconoscere il proprio tipo di pelle

Prendersi cura della propria pelle, ed in generale di noi stessi, dovrebbe essere per tutti una priorità.

Per prendersene cura nel migliore dei modi è necessario capire a cosa è soggetta.

## CLIMA-LUOGO

La pelle varia molto in base alle varie temperature e luogo in cui si trascorre la maggior parte del proprio tempo, appunto per questo ognuno ha esigenze diverse, ed ha bisogno di organizzare la sua skincare routine.

## STILE DI VITA

Anche lo stile di vita che portiamo avanti influisce sull'aspetto e stato della pelle. Inutile dire che bisognerebbe, a prescindere dalla pelle, mantenere uno stile di vita sano, alimentazione corretta, idratazione e fare esercizio.

Purtroppo i prodotti da soli non servono a molto se non li si accompagna anche da altro.

## ETÀ

Come tutti sappiamo, ogni età ha la sua fase. Partendo da quella delle adolescenti, dove si ha lo sviluppo ormonale, alle donne più mature, dove troviamo un cambiamento ormonale e meno sviluppo di collagene. Possiamo però con la skincare giusta aiutarci ad affrontare il passare degli anni nel migliore dei modi, cercando di tenerla sempre 'giovane', o meglio elastica, idratata e luminosa.

Una volta capite le proprie esigenze in base all'età ed abitudini, dobbiamo imparare a capire il nostro tipo di pelle.

Sostanzialmente i tipi sono 4:

Pelle Secca

Pelle Grassa

Pelle Mista

Pelle Normale



Per riconoscere il nostro tipo di pelle possiamo provare con il Test Dell'Acqua, il più semplice ed accessibile a chiunque.

Ovvero :

- 1)Lavare il viso con acqua fresca;
- 2)Tamponare con asciugamano;
- 3)Aspettare un'oretta senza applicare nulla;
- 4)Guardare allo specchio il risultato.



- Se la pelle risulta opaca e spenta, e quando fate espressioni si tira o si arrossa **LA PELLE È SECCA**;

- Se la zona T (naso e fronte) risulta lucida, e il restante del viso non vi da particolari problemi o si tira **LA PELLE È MISTA**;

- Se la pelle risulta lucida più o meno su tutto il viso **LA PELLE È GRASSA**;

- Se non avete particolari fastidi, non vi tira, non si arrossa o lucida **LA PELLE È NORMALE**.

Adesso che sai come trovare il tuo tipo di pelle, cosa aspetti a fare il test e controllare se la tua skincare è giusta?

Perché fai skincare, giusto?

Ora ti lascio, nei prossimi giorni troverai altri consigli sul come fare la skincare correttamente.

Baciii