

[Leggi l'articolo su beautynews](#)

## I segreti per evitare pelle lucida e pori dilatati in estate

Archiviare il fondotinta è uno dei regali più belli dell'estate e dell'abbronzatura, ma spesso senza il make-up a uniformare le pelli più impure e complice il **caldo e il sudore**, ritrovarsi **pelle lucida e pori dilatati** è ancora più facile, anche per chi non ha una [pelle particolarmente grassa](#). Per evitarlo aiuta molto adottare un'adeguata routine skincare:

**Pulizia ed esfoliazione: serve costanza e delicatezza** Pulire la pelle e fare lo scrub, quando si suda, è ancora più importante: la pulizia va fatta ogni mattina e ogni sera, mentre lo scrub un paio di volte a settimana e **senza esagerare con le sostanze acide ed esfolianti**, perché potrebbero produrre l'effetto contrario. Sentendo la pelle asciutta, le ghiandole sebacee potrebbero infatti ulteriormente aumentare la produzione di sebo. Per questo l'**acido salicilico** contenuto nei prodotti non dovrebbe superare il 2%, mentre altri ingredienti da ricercare, utili a bilanciare la produzione di sebo, sono la **niacinamide** e lo **zinco** (contenuto anche nelle alte protezioni solari: motivo in più per proteggersi bene).

**Sieri e creme: differenziali in base alla zona del viso** Se la **zona T** – fronte, naso e mento – è lucida, spesso in estate le **guance** sono invece meno idratate del solito, per via del troppo caldo (succede lo stesso quando è molto freddo). Per questo un gesto intelligente è quello di applicare creme e sieri diversi nelle diverse parti del viso: tutte [le texture devono essere molto leggere e rinfrescanti](#), ma sulle zone lucide è meglio applicare un siero **astrigente e purificante**, meglio se a effetto opacizzante, mentre sugli zigomi uno più **nutriente**.

**Multimasking** Lo stesso discorso si deve fare con le maschere, da fare una volta a settimana adottando la tecnica del multimasking: impacchi **lenitivi** sulle guance e **argille detox** su fronte, naso e mento. Una buona soluzione è anche quella di fare [una maschera purificante e subito dopo una idratante](#).

**ATTENZIONE all'alcol:** quando è troppo concentrato (sopra il 10% e non è controbilanciato da ingredienti idratanti) secca la pelle e così, come spiegato sopra, **induce le ghiandole sebacee a produrre ancora più sebo**, con il risultato opposto di



ingrassare ulteriormente l'incarnato.

L'articolo [I segreti per evitare pelle lucida e pori dilatati in estate](#) sembra essere il primo su [Glamour.it](#).