



ORLY BEAUTY  
 ITALY - SILHOUETTE DONNA - 5/1/2024 - Num.: 5 - Pag.: 88  
 Frequency: monthly - Circulation: 100492

BELLEZZA

# USCIRE ALLO **scoperto**

Trascurati per mesi, i piedi hanno bisogno di una bella "revisione" per tornare protagonisti. Tutti i consigli per superare la prova sandalo

**P**ronte a indossare i sandali? Il check da fare riguarda i piedi che devono essere morbidi, levigati e senza imperfezioni. **Per unire l'utile al dilettevole ci si può dare al Forest Bathing**, passeggiando nei boschi a piedi nudi sui prati e nelle foreste, per ritrovare la connessione con la natura, rafforzare muscoli e articolazioni, migliorare la circolazione sanguigna e far "respirare" le unghie, scongiurando il rischio di ingiallimenti ed onicomicosi. **Oppure fare una bella pedicure!**

## c'è smalto e smalto

Anche se la prova sandalo si avvicina, in caso di infezione all'unghia, meglio evitare lacche generiche. Il rischio è di coprire la discromia dimenticandola e, ahimé, non certo curandola. Servono formule antifungine e tanta pazienza visto che per trattare una micosi

possono servire nove mesi: il tempo che l'unghia impiega a ricrescere.

### ANTI-SPOT

Uno a tre è, infatti, il rapporto di allungamento tra le unghie dei piedi e quelle delle mani: 122 mm contro 365 mm l'anno. Perché, secondo la teoria del minor trauma, le prime, essendo protette dalle calzature, non necessitano di rapida rigenerazione. Un motivo in più per non macchiarle. Lo smalto va cambiato periodicamente per evitare che penetri nella lamina di cheratina. Un "base coat" è sempre utile.

## L'ABC DELLA PEDICURE

Prima si sistemano le unghie, poi si pensa alla pelle con un pediluvio caldo e rigenerante ai sali profumati. I piedi vanno tenuti in ammollo almeno dieci minuti per ammorbidire l'epidermide. Poi si può procedere con raspe leviganti e tagliacchi in acciaio. Se li trovate troppo aggressivi potete sostituirli con la pietra pomice o lo scrub. Esistono anche maschere e calzini a effetto peeling.

«Possono contenere idrossiacidi esfolianti e idratanti come l'acido glicolico. Questo ha un'origine sintetica, anche se ne sono stati trovati equivalenti più naturali, estratti per esempio dalla canna da zucchero. Poi c'è l'urea che, a certe concentrazioni, favorisce l'esfoliazione, idrata e rivitalizza zone aride e screpolate» spiega la cosmetologa Antonella Antonini.

