



CONSELLS | Redacció | Actualitzat el 10/06/2020 a les 13:26

5 consells per evitar granets i irritacions a la pell



Les mascaretes són un element clau per protegir-nos del coronavirus i actualment el seu ús és obligatori en diversos espais. És per això que avui hem volgut preparar un article sobre com cuidar la vostra pell mentre utilitzeu aquesta peça de protecció, ja que pot generar **irritació i granets**. Aquí teniu alguns consells d'una dermatòloga amb qui ha parlat *El País*: -es tracten només de pautes que es poden seguir, però en qualsevol cas, si teniu algun problema a la pell, el millor és que acudiu a un expert:-

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-sdk'));
```

[/playbuzz]

Versió sense playbuzz

Hidrata la pell

Encara que tinguis la pell grassa és important mantenir-la hidratada per protegir-la d'irritacions, tant abans com després de posar-te la mascareta. Pots utilitzar una crema aquosa i indicada pel teu tipus de cutis per tal d'evitar que et surtin granets. Així mateix, també és millor no fer servir productes que continguin àcid glicòlic o retinol, ja que poden fer que la nostra pell estigui més



sensible i s'irriti més de pressa.

Protegeix-te de la fricció

Hi ha diferents trucs per protegir la nostra pell de la fricció amb la mascareta. La dermatòloga Lidia Maroñas recomana utilitzar pegats de silicona o sticks antifricció i col·locar-los en les zones de la cara on la mascareta ens frega, com ara el nas i els pòmuls.

Col·loca-la bé

Intenta que quedi ajustada a la zona del nas i els pòmuls i que tingui el menor contacte possible amb la part peribucal -al voltant de la boca-.

Evita el maquillatge

Si has de portar la mascareta durant més d'una hora, és millor que evitis maquillatges com ara bases o correctors. Aquests productes poden obstruir els nostres porus, i això, sumat a la humitat provocada per la mascareta, pot fer sorgir un brot d'acne.

Utilitza tònic

Feu servir un tònic suau i antibacterià per netejar la pell. Us el podeu aplicar diversos cops al dia, amb un disc de cotó fluix, a les zones de la cara que tinguin contacte directe amb la mascareta.