



Digues a quina zona et surten els grans i et diré el perquè

[inici centrareport] Us surten grans sempre a la mateixa zona de la cara? Doncs segons els professionals en l'àmbit de la reflexologia facial té una explicació. Eve Lom, experta en aquesta tècnica, explica a *Vogue* que l'aparició de granets en determinats punts del rostre pot ser un indicatiu d'una intolerància alimentària o de mals hàbits, entre altres.

Malgrat tot, cal tenir present que l'acne és típic de la pubertat, a causa dels canvis hormonals que experimenta el nostre cos. Per tant, a no sé que tingueu un acne sever o que noteu que teniu brots molt pronunciats, no cal que us preocupeu.

D'acord amb aquesta experta, això és el que poden advertir els grans en certes zones:

[num]1[/num] Zona de la mandíbula o damunt de la boca

Els granets en aquesta part del rostre solen indicar o bé que estàs seguint una mala alimentació (excés de sucres, etc.) o bé que podries tenir alguna intolerància alimentària. Si aquest és el teu cas, consulta amb un nutricionista o dermatòleg.

[num]2[/num] Zona de la barbeta

Segons Eve Lom, l'ovulació sol produir l'aparició de granets en aquesta zona, per tant, poc si pot fer. A més a més, l'acne en aquesta part de la cara també pot estar relacionada a alguna alteració hormonal, per tant, és aconsellable acudir a un expert.

[num]3[/num] Zona de les galtes

Els granets en aquesta zona solen estar relacionats amb el tabac -així doncs, res de fumar- i també amb la mala oxigenació de la pell. Per combatre aquest últim problema és recomanable exfoliar-se la pell, desmaquillar-se molt bé abans d'anar a dormir i intentar utilitzar productes el màxim de natural possibles.

[num]4[/num] Zona de les celles i el front

L'acne en aquesta zona sol estar produït per dos motius: o per un mal funcionament del fetge i la vesícula biliar o per un abús de l'alcohol i dels aliments greixosos (com brioixeria, patates fregides, etc.).

[fi centrareport]