



Et surten granets a la zona de la barbeta? Així és com pots eliminar-los

[inicentrareport]**La principal causa de l'aparició d'acne a la zona de la barbeta són els canvis hormonal, però també hi ha altres coses que poden influir.** Com indica la dermatòloga Dra. Arantxa Arana, "descuidar la neteja facial pot fer que els bacteris creixin i que es produeixi un brot que després pot ser complicat d'eliminar".

Així doncs, és normal que apareguin granets a la zona de la barbeta abans o durant la menstruació, però també "hi ha gests que fem de manera inconscient que poden provocar acne a la barbeta com **descansar la cara sobre la nostra mà** o utilitzar accessoris apretats a la cara com els auriculars".

La barbeta forma part de la zona T de la cara, juntament amb el front i el nas, i és un dels llocs més freqüents per desenvolupar acne. Per tal d'evitar que apareguin granets a aquesta zona, s'ha d'utilitzar **cosmètics no comedogènics**, ja que no obstrueixen els porus ni produeixen barbs.

Com expliquen des de Niche Beauty Lab, les principals causes de l'acne adulta solen ser **"l'estrès, els canvis hormonal (provocats per la menstruació, l'embaràs, els anticonceptius hormonal o la menopausa), l'estil de vida o l'ús de certs productes cosmètics inadequats per al tipus de pell"**.

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

[/playbuzz]

[ficentrareport]