

Aria Condizionata, attenzione alla pelle!

scritto da fmadmin | Agosto 7, 2017



Ammettiamolo, in estate l'aria condizionata diventa la nostra migliore arma contro il caldo afoso.

È normale, tutti noi tiriamo un sospiro di sollievo quando entriamo in un negozio con l'aria fresca o torniamo a casa e finalmente accendiamo il condizionatore.

Attenzione però, l'aria condizionata toglie umidità all'ambiente per questo la pelle tende a seccarsi in una stanza climatizzata. Una pelle del viso secca e disidratata tende ad evidenziare ancora di più le imperfezioni come brufolotti, pellicine e punti neri oltre che rughe più profonde perché la pelle secca perde di elasticità.

✖ È stato inoltre testato che l'aria condizionata tende a chiudere i pori della pelle riducendo il normale regolamento della temperatura da parte dell'organismo. La pelle ristabilizza l'equilibrio tra temperatura interna ed esterna tramite la pelle, quindi con il sudore. È un processo naturale e fisiologico. Entrare in un ambiente con un clima appunto "condizionato" porta il corpo a reagire in modo

anomalo, tendendo quindi a chiudere i pori della pelle. Risultato? Una pelle più "impura" e con meno traspirazione, che non riesce a smaltire l'accumulo di acqua che ristagna all'interno del corpo... ed eccola lì la ritenzione idrica che si accumula sulle gambe!

Un recente studio a preso in analisi proprio questo fenomeno analizzando l'azione degli umidificatori all'interno di un luogo immagine in evidenza

Gli umidificatori vengono usati per migliorare la secchezza dell'aria e gli effetti di nanogocce d'acqua sull'idratazione cutanea sono stati valutati in un recente studio e possono incrementare tale secchezza, penetrando negli spazi interstiziali tra i corneociti dello strato corneo senza un aumento di umidità dell'aria.

Lo studio ha preso in considerazione diversi parametri biofisici, quali la conduttanza cutanea, la perdita di acqua transepidermica (TEWL) e parametri biomeccanici di distensione/retrazione della pelle in presenza e in assenza di nanogocce d'acqua in un ambiente a temperatura di 24°C e 35% di umidità relativa per 120 minuti.

I risultati sono stati decisamente evidenti:

Nel gruppo senza nanogocce d'acqua i valori della TEWL erano significativamente ridotti in tutte le zone analizzate dopo un'ora rispetto ai valori iniziali. Invece, in presenza di nanogocce d'acqua i valori della TEWL

Possiamo quindi dire che la pelle, in presenza di SOLO ARIA CONDIZIONATA tende a seccarsi e che l'utilizzo di umidificatori per l'ambiente svolge un ruolo importante nell'ammorbidire e idratare la pelle all'interno di ambienti con aria condizionata, senza aumentare l'umidità in eccesso!

In generale possiamo però dire che:

Sarebbe molto meglio preferire, invece che il condizionatore,

l'utilizzo delle pale con un movimento lento e costante. In questo modo l'aria non viene alterata ma viene semplicemente smossa aiutando la pelle a regolare autonomamente la temperatura.

vuoi sapere come prenderti cura della tua pelle anche con l'aria condizionata? fai il **CHECK UP ONLINE** e chiedi la consulenza della tua Personal Skin Trainer!

```
[button_6 bg="green" text="" align="center" href=""  
new_window="Y"/]
```