



## HIGIENE E HIDRATACIÓN DE LA PIEL

- Recomendamos ducha o baño poco prolongados, con agua templada y con jabones de pH neutro, de avena o glicerina. Debe evitarse el rascado y el empleo de esponjas.
- El secado posterior debe evitar la fricción de la piel, realizando el secado a “toques” o pequeños “golpes” con la toalla.
- La hidratación posterior es de vital importancia. Para ello, se recomienda la aplicación de vaselina líquida. A pesar de tratarse de un producto algo untuoso, es el que aporta mayor hidratación.
- El afeitado con maquinilla eléctrica es el que ofrece menor riesgo de cortes e irritación. En el caso de la depilación, debe evitarse la cera caliente y sobre todo los productos químicos, como es el caso de las cremas depilatorias. La depilación láser no está en absoluto contraindicada en casos y zonas seleccionadas, si bien debe realizarse en centros especializados y administrado por dermatólogos.