



## LE SCHEDE DEL CANESTRO

### IGIENE PERSONALE Parte Seconda

#### **SHAMPO**

L'accumulo di rifiuti sul cuoio capelluto ostacola la circolazione sanguigna locale, già aggravata nelle sue funzioni dalla produzione di tossine dei muscoli piliferi. Questa difficoltà circolatoria riduce a sua volta la capacità di smaltimento delle scorie aumentandone la quantità eliminata per via cutanea e provocando l'intossicazione del derma. In conseguenza di ciò si rende più difficile l'arrivo al bulbo dei principi nutritivi necessari, i capelli diventano così fragili, sfibrati e deboli. Un buon shampo deve quindi assicurare una giusta detersione e possibilmente apportare sostanze riequilibranti per i diversi problemi del capello.

#### **OLI DETERGENTI**

Gli oli hanno ottime proprietà emulsionanti e quindi riescono ad agglomerare bene le particelle di polvere o di trucco, rispettando al tempo stesso la fisiologia della pelle, specie se questa non è più giovanissima e tende a essere sottile e arida. Poco indicato è invece per la pelle grassa o acneica. Si può benissimo usare un buon olio vegetale; quello di oliva extra vergine sarebbe molto efficace, ma lascia facilmente un odore non gradevole.

L'olio di soia con una piccola aggiunta di olio di germe di grano o di olio di jojoba o di avocado può essere una soluzione idonea per la pelle del viso e del collo.

L'olio di mandorle si adatta bene a tutti i tipi di pelle ed è particolarmente indicato per prevenire le smagliature. Bisogna evitare invece la zona perioculare: gli occhi reagiscono facilmente con irritazioni al contatto con sostanze lipidiche.

#### **DENTIFRICIO**

In genere in un dentifricio oltre all'azione detergente necessaria per asportare i residui del cibo, si richiede la presenza di una sostanza funzionale antinfiammatoria (propoli, argilla, limone, salvia, ecc.) che agisca in modo efficace sulle gengive con le proprietà eudermiche e antimicrobiche delle sostanze naturali.