

IL CONTORNO occhi

Prendersi cura del contorno occhi durante le terapie oncologiche è importantissimo, sia per garantire al viso un aspetto sano e riposato, sia per la necessità di proteggere un'area particolarmente delicata e sensibile.



La mancanza di sonno, lo stress e l'assunzione di farmaci favoriscono soprattutto in questo periodo inestetismi quali le borse, le occhiaie, uno **sguardo stanco** e un incremento di rughe di espressione. Bisogna insegnare alle persone in terapia a **prendersi cura di questa zona critica**.

La zona del contorno occhi, come quella del contorno labbra, è **una delle più delicate del viso**; infatti, la cute è più sottile e presenta una minore quantità di tessuto adiposo e di Collagene. Per le sue caratteristiche di "fragilità" presenta anche una concentrazione di rughe che proprio in questo caso si potrebbero manifestare in modo precoce. È importante quindi dedicare qualche minuto giorno e sera a questa area selezionando cosmetici specifici che abbiano come **obiettivo l'idratazione e la protezione**.

LA SCELTA DEL COSMETICO

Prima di tutto in questo particolare periodo è fondamentale **utilizzare cosmetici strettamente personali**, solitamente, infatti, il cliente (a causa degli effetti collaterali delle terapie) potrebbe essere immunodepresso e l'occhio sofferente, disidratato e spesso privo delle sue ciglia di protezione potrebbe facilmente manifestare congiuntivite.

Meglio ancora se il **cosmetico fosse in formato di-**

spenser, in questo modo si eviterebbe qualsiasi superflua contaminazione batterica.

Altra accortezza è quella di lavare sempre molto bene le mani prima della sua applicazione. Inoltre, se l'occhio fosse particolarmente sofferente si potrebbe consigliare l'uso di **lacrime artificiali** per ottenere un immediato sollievo.

Moltissimi sono i prodotti dedicati al contorno occhi sia sotto forma di crema che di siero e l'indicazione all'uso dell'uno o dell'altro dipendono soprattutto dalla qualità della pelle

Quello che differisce in modo evidente tra **siero** e **crema** è la texture, nel primo caso più leggera, nel secondo più consistente. In presenza di cute spessa o particolarmente danneggiata si preferirà una texture più leggera ovvero il siero.

Per una pelle invece più disidratata e fragile meglio optare per un contorno occhi più corposo e nutriente e quindi una crema. In entrambi i casi gli attivi presenti nel cosmetico dovranno essere pochi e semplici come per esempio l'Acido ialuronico, l'Aloe e le vitamine.

Se ne raccomanda l'**uso quotidiano** mattina e soprattutto la sera che è il momento ideale per poter beneficiare dell'assorbimento degli attivi durante il riposo.

In presenza di **borse** potrebbe essere utile preferire una **texture in gel** che donando immediata freschezza e agendo sulla vasocostrizione locale è in grado di minimizzare il volume della borsa stessa.

In presenza di **occhiaie** si raccomanda l'uso di **creme nutrienti** che devono sostenere e proteggere la cute sottile caratteristica di questo inestetismo e motivo della trasparenza e della oggettiva perce-



© freepik.com

zione dei vasi sanguigni sottostanti.

In presenza di rughe siero o crema potrebbero contenere peptidi capaci di agire sulla contrazione muscolare a beneficio di uno sguardo progressivamente più disteso.

Anche la **tecnica di applicazione** merita attenzione: prima di tutto bisogna detergere delicatamente l'area con uno **struccante specifico**, meglio se di consistenza oleosa. A cute perfettamente detersa e asciutta si potrà procedere con **la stesura del contorno occhi con l'ausilio dei polpastrelli** avendo cura di picchiettare delicatamente l'area per favorire la penetrazione e stimolare il microcircolo. Anche le direzioni di applicazione del prodotto possono contribuire ad un miglioramento dell'inestetismo, infatti, si raccomanda la **stesura del cosmetico nell'area inferiore rispettando la direzione dall'esterno all'interno** per contrastare l'increspamento delle rughe stesse, mentre nella parte superiore dall'interno verso l'esterno agendo sollevando sensibilmente il sopracciglio. È sempre meglio evitare l'applicazione del prodotto direttamente sulla palpebra mobile per evitare l'ingresso degli attivi nell'occhio e causare indesiderate irritazioni.

Anche qualche piccola regola nel quotidiano può favorire un **progressivo miglioramento** come, per esempio la qualità e la quantità del sonno, l'assunzione di acqua, frutta e verdure fresche e la protezione durante l'esposizione solare che deve prevedere l'uso di filtri solari e degli occhiali da sole.