

**Linha Cuide-se Bem Melancia, de O Boticário**



**Linha Elseve (Glycolic) Gloss, de L'Oréal Paris**

**Manteiga e Esfoliante Corporal Carioca, da linha Vintage Granado (R\$ 90 cada)**



**Vela perfumada Purificar, da Kur My Home Spa (R\$ 140)**



**Kit Spa, da Tok&Stok (R\$ 249,60)**



**Creme de Massagem Alcachofra, da L'Occitane en Provence (R\$ 379)**

**Loção Hidratante NIVEA Milk (R\$ 25,11)**



**Ritual Banho Hidratante Tania Bulhões (R\$ 410)**



**Espuma facial The Face, da Bioré (preço sob consulta)**



**Sabonete em Barra O.U.i Jardin de Grasse (R\$ 59)**



**Creme de Massagem Alcachofra, da L'Occitane en Provence (R\$ 379)**



**Eucerin pH5 Óleo de Limpeza para Banho (R\$ 109,90)**



**Cuidados**

Quem tem banheira em casa pode incluir no ritual o banho de imersão, que deixa o momento ainda mais relaxante e com cara de filme, ainda mais se acompanhado de uma taça de vinho — por que não?

Nesses casos, é importante fazer algumas ressalvas para que o que deveria ser um dia de spa não acabe trazendo ainda mais preocupações para sua rotina. A dermatologista Ana Coutinho, diretora médica dos Laboratórios Pierre Fabre do Brasil, comenta que, embora esses banhos tenham importante papel como experiência sensorial, de acomodação e repouso, nem sempre serão o ideal para a sua pele.

Antes de tudo, é necessário atentar-se para a temperatura da água, que não pode ser muito quente para não promover a irritação da pele. Quanto mais quente a água, mais fácil ela remove a camada de proteção da derme.

Independentemente do banho premium, mas especialmente para aqueles que estão aderindo à tendência, Ana ressalta a importância de manter a pele bem cuidada no dia a dia. “Se a rotina de skincare estiver sempre em dia, naquele dia da semana que você optar pelo banho premium, sua pele vai estar com a barreira de proteção garantida e preparada para tratamentos mais intensos, como uma esfoliação”, comenta.

E o cuidado é ainda mais importante para quem vai investir em banhos de imersão. Nesses casos, a dermatologista comenta que a pele fica muito tempo em contato com diversos produtos e muitos deles não são adequados para esse contato intenso, como alguns óleos aromáticos e espumas, por exemplo.

Ana também não recomenda o uso de produtos abrasivos durante banhos de imersão. Máscaras detox e géis de limpeza com carvão, por exemplo, bem como esfoliantes, são mais indicados fora do banho de banheira. Podem ser usados até mesmo em uma etapa anterior ao banho de imersão, no mesmo dia.

“A água quente ou morna facilita a permeação de substâncias na pele, então aqueles produtos podem afetar o corpo. Além disso, acaba acontecendo uma mistura dos produtos para pele, rosto, cabelo e sabemos que cada um tem uma função específica para a área que se destina”, explica.

Dessa forma, nos banhos de banheira, é importante tomar um cuidado extra com os produtos escolhidos e ter certeza da integridade da pele. Os banhos longos, mesmo os de chuveiro, e com muitos produtos, também podem remover a camada lipídica da pele, facilitando a perda de ativos hidratantes, então, depois do banho, é mais do que necessário investir em uma hidratação intensa e de qualidade.

Ana comenta que se o uso de hidratantes acontece todos os dias, a pele está mais preparada para curtir esse relaxamento sem grandes prejuízos.