

Piedi perfetti: come prepararli all'estate

Tirate fuori le unghie! Archiviati stivali di gomma e scarponcini invernali, i nostri piedi si preparano a respirare e a godersi un po' di meritata libertà: dai sandali-gioiello più raffinati alle tradizionali infradito di gomma, non possiamo permetterci scivoloni di stile e, soprattutto, non dobbiamo farci cogliere di sorpresa. Proprio come le mani, **anche i piedi devono essere perfettamente curati e presentarsi al massimo della forma**, senza vesciche, calli e duri e con unghie smaltate e laccate. **Per avere piedi al top, ecco 4 step da seguire.**



Lush - Crema per i piedi Pink Peppermint (13,95 euro); 2. Pedicure by OPI - Lozione da massaggio (16,43 euro); 3. Podovis - Crema emolliente piedi e unghie (5,61 euro); 4. AHAVA – Mineral Foot Cream (20 euro)

Dopo aver ammorbidito la pelle, eliminato le zone indurite ed esserci prese cura delle unghie, bisogna passare al quarto step, quello più rilassante: per riattivare la circolazione e coccolarci, è **necessario praticare dei piccoli massaggi usando creme emollienti specifiche**. L'importante è praticare dei movimenti circolari senza dimenticare gli spazi tra le dita, zone che hanno sempre bisogno di idratazione.