

03/02/2015 10h42 - Atualizado em 03/02/2015 13h28

Papel higiênico ou água: veja o que é melhor para higienizar a região íntima

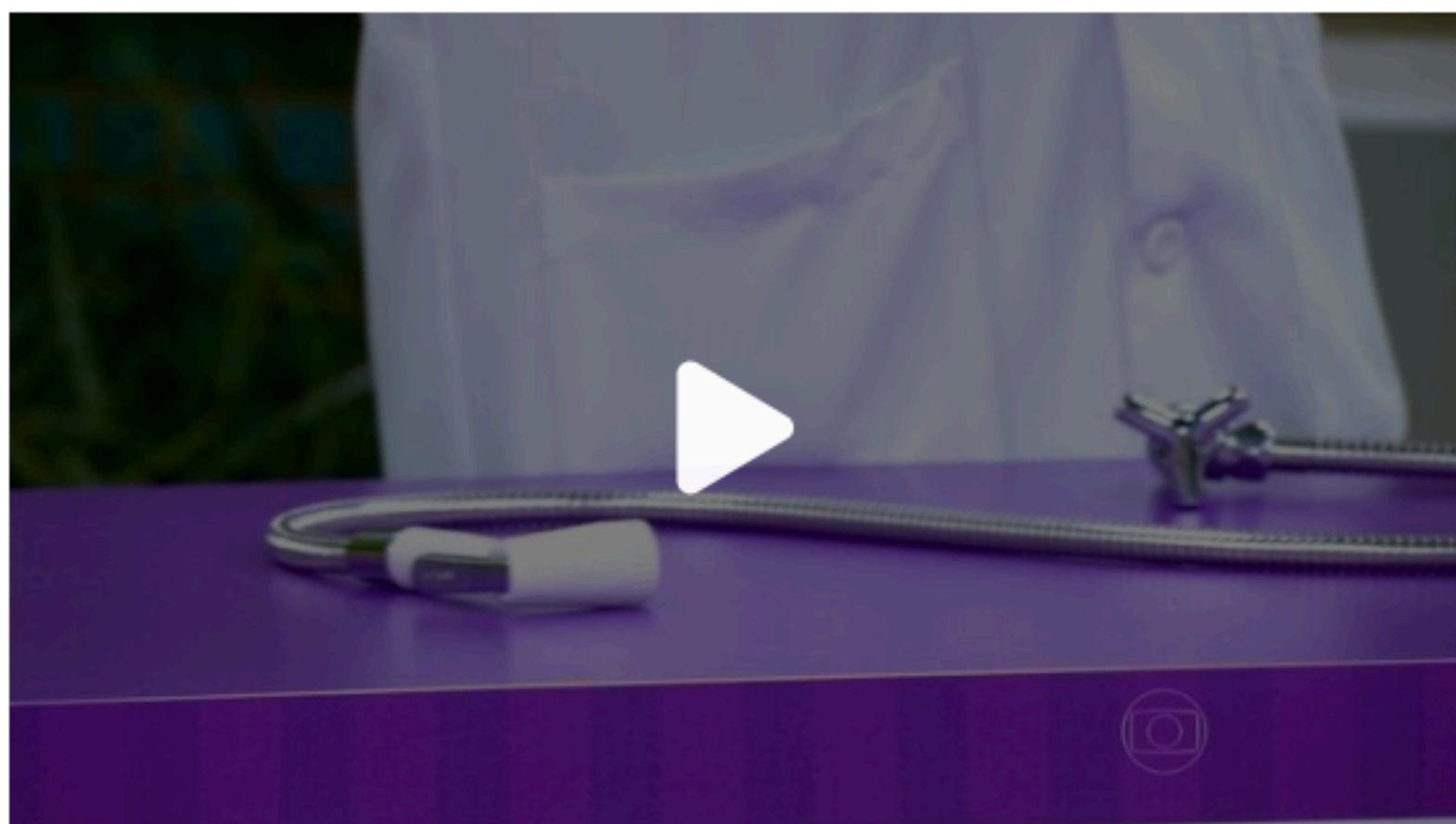
Você sabe como lavar as peças íntimas?

Bem Estar desta terça (3) tirou as dúvidas sobre higiene pessoal.

Do G1, em São Paulo



FACEBOOK



Depois de fazer xixi, o que é melhor para higienizar a região íntima? Papel higiênico, lenço umedecido ou água? Será que é recomendável usar amaciante para lavar as roupas íntimas? O Bem Estar desta terça-feira (3) tirou as dúvidas sobre higiene pessoal. Participaram do programa o ginecologista e consultor José Bento e a dermatologista [Natalia Cymrot](#).

De acordo com o nosso consultor José Bento, depois do xixi, o uso do papel higiênico basta para limpar a região. Quando a pessoa defeca, o ideal é que a higienização seja feita com água.

Ele também alerta sobre o sabonete íntimo. "É o ideal, mas suas substâncias não devem alterar o pH natural da vagina."

No verão, as mulheres precisam ter mais cuidados com a região íntima. Nada de roupas justas ou tecidos sintéticos. As roupas precisam ser leves, para permitir a transpiração adequada. Outro ponto importante: não fique com roupa de banho molhada.

E como lavar as peças íntimas? [Natalia Cymrot](#) diz que precisamos dispensar o uso de amaciantes, já que o produto é muito tóxico. "Amaciante causa dermatite de contato. Pode causar vermelhidão, coceira e desconforto", diz. Use produtos como o sabão de coco ou neutros. Você também pode lavar a peça íntima no banho com sabão de coco, mas nada de deixar pendurada no banheiro. Escolha um local seco e arejado.

Depilação

A depilação não influencia na higiene da região íntima. O odor desagradável não depende da quantidade de pelos, e sim da limpeza. O método mais indicado é o laser, por representar menor risco de contaminação. Aparelhos com lâmina devem ser descartados depois de usados.

A cera pode causar irritação e é contraindicada para pessoas que sofrem com pelos encravados. "A depilação com cera tem duas desvantagens: encrava muito os pelos e, se a cera estiver contaminada, pode dar uma infecção, chamada de foliculite. A cera deve ser descartável", diz a dermatologista.

Shopping



Fnac.com

Tectoy Master System Evolution

5 x R\$43,80



compare preços de

Comparar

[veja todos os produtos »](#)