

## PEAU XÉROTIQUE (très sèche)

- Appliquer un produit hydratant à **tout les jours**, après la douche.
- Choisir un produit à la fois hydratant et émolient à base d'urée 10 % ou d'acide salicylique et l'utiliser **3 x / semaine**. Alternier avec un produit hydratant régulier  
**ex. : SA CeraVe, Eucerin**
- Utiliser la pierre ponce 1 x / semaine, après la douche, avec modération, dans un mouvement continu toujours dans le même sens.
- Choisir un savon doux, sans parfum et avec un pH neutre.
- Éviter les bains de pieds répétés et prolongés.

