



## 5 dicas para cuidar dos pés neste verão

### Release Date:

quinta-feira, Fevereiro 1, 2018 8:00 am CST

### Terms:

[3M do Brasil \(Português\)](#)

### Cidade do cabeçalho:

São Paulo

*A Nexcare, linha de cuidados pessoais da 3M, ensina a cuidar dessa parte tão importante do corpo durante a estação mais quente do ano*

O verão, sem dúvida, é a estação do ano mais aguardada por muitos. É tempo de sair, aproveitar o sol, a praia e curtir com roupas leves e confortáveis. Mas, com toda essa agitação, o período mais quente do ano também pede alguns cuidados essenciais com o corpo, em especial com os pés. Foi pensando nisso que a Nexcare, linha de saúde da 3M, apresenta 5 dicas de como cuidar de seus pés neste verão.

#### 1. Protetor é sempre importante

O pé fica bastante exposto ao sol durante o verão, porém com frequência na hora de passar protetor a área é esquecida. Para evitar queimaduras solares, proteger com bloqueador solar é muito importante para a saúde da sua pele.

#### 2. Coloque os pés para cima

No calor é comum aumentar o inchaço, inclusive nos pés. Para reverter isso, colocar os pés para cima ajuda a circulação a fluir melhor, aliviando o desconforto.

#### 3. Esfolie

No verão, uma vez por semana reserve um tempo para fazer uma esfoliação, isso ajuda a renovar a pele e deixa os pés mais macios.

#### 4. Use sapatos mais arejados

Os pés também costumam transpirar mais nesta época do ano. Por isso, procure usar sapatos confortáveis e arejados, deixando os pés respirarem. Caso surjam bolhas ou pequenos machucados no calcanhar, causados geralmente por sapatos de salto alto, a Fita Protetora para os Pés Nexcare® é indicada para proteger a área.

#### 5. Massagem + creme = menos tensão e mais hidratação

É sempre importante hidratar os pés. Usar cremes específicos ajuda a reduzir a descamação e o ressecamento que se intensificam nesta época. Combine o creme com uma massagem nos pés para ajudar a reduzir a tensão no local. O Creme para os Pés Nexcare® é perfeito para esse momento relax.

A Nexcare possui diversos produtos pensados especialmente para a saúde do seu corpo e bem-estar. Conheça a linha completa no [site oficial](#).

### Sobre a 3M

Na 3M, aplicamos a ciência de forma colaborativa para melhorar vidas diariamente. Com cerca de 90 mil funcionários conectados com clientes em todo o mundo e mais de 55 mil itens de produtos inovadores para diferentes mercados, a 3M atingiu US\$ 30,1 bilhões em vendas globais em 2016. No Brasil, o Grupo 3M conta com cinco fábricas instaladas no Estado de São Paulo, que compõem a 3M do Brasil, além das empresas 3M Manaus, instalada no Amazonas e a Capital Safety, que opera no Paraná. Em 2016, alcançou faturamento bruto de R\$ 3,6 bilhões no País, onde conta com cerca de 3.500 funcionários. Conheça nossas soluções criativas no site [www.3m.com.br](http://www.3m.com.br) e cadastre-se para receber nossas notícias em <http://news.3m.com/pt-br>.

### Informações para a imprensa:

**Lara Vendramini** - [lara.vendramini@idealhks.com](mailto:lara.vendramini@idealhks.com) | 11 4873-7952 | 11 97184-3253

**Gabriel Grigoli** - [gabriel.grigoli@idealhks.com](mailto:gabriel.grigoli@idealhks.com) | 11 4873-7954 | 11 96390-8443

**Rafael Borges** - [rafael.borges@idealhks.com](mailto:rafael.borges@idealhks.com) | 11 4873-7984 | 11 97461-2757

### Língua:

Portuguese