

A2.22 Igiene personale

Personal hygiene

<https://app.colanguage.com/italian/syllabus/a2/22>



Lo spazzolino	(Toothbrush)	Il rasoio	(Razor)
Il dentifricio	(Toothpaste)	Il sapone	(Soap)
Lo shampoo	(Shampoo)	Il pettine	(Comb)
Il docciaschiuma	(Shower gel)	Essere allergico	(To be allergic)
Il deodorante	(Deodorant)	Avere i capelli puliti	(To have clean hair)
Il profumo	(Perfume)	Lavare le mani	(To wash your hands)
La crema	(Cream / Moisturizer)	Spazzolare i denti	(To brush (one's) teeth)
Il cotton fioc	(Cotton swab)	Bagnarsi	(To get wet)

1. Dialogue: Visita dalla dermatologa per irritazioni dopo la doccia

- Edoardo:** Buongiorno dottoressa, sono qui perché da qualche mese, dopo la doccia, mi compaiono delle piccole irritazioni sulla pelle.
- (Good morning, doctor. I'm here because for a few months now I've been getting small skin irritations after showering.)*
- Dermatologa:** Buongiorno. A volte può succedere se non ci si asciuga subito, soprattutto nelle zone più delicate.
- (Good morning. That can happen if you don't dry off right away, especially in more sensitive areas.)*
- Edoardo:** Capisco. Quindi cosa dovrei fare? Ha qualche consiglio in particolare da darmi?
- (I see. So what should I do? Do you have any specific advice?)*
- Dermatologa:** Le consiglio di asciugarsi bene prima di fare altro, così può evitare gli arrossamenti.
- (I recommend drying yourself thoroughly before doing anything else; that can help prevent redness.)*
- Edoardo:** Mi è anche venuto il dubbio di usare troppi prodotti ultimamente.
- (I also wondered whether I've been using too many products lately.)*
- Dermatologa:** Va bene, mi dica quali prodotti usa di solito sotto la doccia e dopo.
- (That's possible. Tell me which products you usually use in the shower and afterwards.)*
- Edoardo:** Uso shampoo, docciaschiuma, dopobarba, deodorante e, per ultimo, il profumo.
- (I use shampoo, shower gel, aftershave, deodorant and, lastly, perfume.)*
- Dermatologa:** Non è un problema usare questi prodotti. L'importante è scegliere prodotti delicati e non mettere il profumo finché la pelle non migliora.
- (Using those products isn't a problem. The important thing is to choose gentle formulations and to avoid applying perfume until your skin improves.)*
- Edoardo:** Ho anche dei dubbi sulle orecchie, perché ho letto che i cotton fioc non vanno bene.
- (I also have doubts about my ears, because I read that cotton swabs aren't good.)*
- Dermatologa:** Esatto, i cotton fioc sono troppo aggressivi. Usi solo acqua e sapone e pulisca bene anche dietro le orecchie.
- (Exactly — cotton swabs are too harsh. Use only water and soap, and clean behind your ears as well.)*

- Edoardo:** Va bene, seguirò i suoi consigli. Spero di vedere dei miglioramenti entro poche settimane. (*Okay, I'll follow your advice. I hope to see improvements within a few weeks.*)
- Dermatologa:** Vedrà che andrà così. Mi aggiorni se non nota cambiamenti, così valutiamo altri prodotti o una crema specifica. (*You should. Let me know if you don't notice any changes so we can consider other products or a specific cream.*)

1. Cosa succede a Edoardo dopo la doccia?
 - a. Gli fa male un dente quando si lava i denti.
 - b. Ha mal di testa molto forte.
 - c. Ha i capelli sporchi e unti.
 - d. Gli compaiono piccole irritazioni sulla pelle.
2. Che cosa gli consiglia per primo la dermatologa?
 - a. Di non fare più la doccia ma solo il bagno.
 - b. Di asciugarsi bene subito dopo la doccia.
 - c. Di usare più profumo dopo la doccia.
 - d. Di lavarsi i denti tre volte al giorno.

1-d 2-b

2. Grammar: Time expressions: durante, fino a, appena, etc.

Expressions like durante, fino a, appena, ancora, subito indicate when something happens.



1. Durante + noun indicates that two actions are happening at the same time.
2. Appena and non appena indicate something that happens immediately after something else.
3. Ancora is used for something that continues in the present.
4. Fino a and finché indicate the continuity of an action up to a certain moment.
5. Subito indicates immediacy.

Espressione (Expression)	Esempio (Example)
Durante	Mi lavo durante la doccia. (<i>I wash myself during the shower.</i>)
Fino a	Studio fino a mezzanotte. (<i>I study until midnight.</i>)
Finché	Resto finché non arrivi. (<i>I stay until you arrive.</i>)
Appena	Appena mi sveglio, mi lavo i denti. (<i>As soon as I wake up, I brush my teeth.</i>)
Non appena	Non appena torno, faccio la doccia. (<i>As soon as I return, I take a shower.</i>)
Ancora	Uso ancora il deodorante del mese scorso. (<i>I still use the deodorant from last month.</i>)
Non ancora	Non mi sono ancora lavato. (<i>Not washed yet / I haven't washed myself yet.</i>)
Subito	Mi lavo subito dopo la colazione. (<i>I wash myself right away after breakfast.</i>)

1. _____ la settimana mi lavo i denti tre volte al giorno, ma nel weekend a volte dimentico la sera.
a. Durante b. Fino a c. Subito d. Ancora
2. Devo usare questo shampoo _____ lunedì e poi posso tornare al mio shampoo normale.
a. durante b. ancora c. finché d. fino a
3. _____ torno a casa, faccio la doccia e metto la crema idratante perché ho la pelle molto secca.
a. Subito b. Appena c. Durante d. Ancora
4. Non uso _____ il profumo nuovo perché voglio prima fare un test per capire se sono allergico.
a. subito b. fino a c. durante d. ancora

1. Durante 2. fino a 3. Appena 4. ancora

3.Exercises

1. Email

You receive an email from an online pharmacy in Italy asking you to confirm which personal hygiene products you want to purchase; reply with a clear list and a few brief explanations.



Buongiorno,

abbiamo ricevuto il suo ordine, ma mancano alcuni dettagli sui **prodotti per l'igiene personale** che desidera.

Può indicarci, per favore:

- che tipo di **shampoo** vuole (per capelli normali, grassi o secchi);
- se preferisce **sapone** liquido o solido per le **mani**;
- se ha qualche **allergia** a profumi o creme.

Quando riceviamo queste informazioni, prepariamo subito il pacco.

Cordiali saluti,

Farmacia Online SalutePiù

Write an appropriate response: *Buongiorno, vorrei ordinare... / Preferisco prodotti... perché... / Non sono / sono allergico/a a...*

2. Choose the correct solution

1. Ieri, dopo il lavoro, _____ subito e poi ho usato il docciaschiuma alla lavanda.
a. mi sono bagnato b. mi ho bagnato c. mi bagnavo
d. sono bagnato
2. Durante le vacanze al mare _____ ogni sera prima di mettere il deodorante.
a. ci abbiamo bagnato b. siamo bagnati c. abbiamo bagnato
d. ci siamo bagnati
3. Appena _____, ho preso lo shampoo perché avevo ancora i capelli sporchi.
a. mi sono bagnato b. sono bagnata c. mi sono bagnata
d. mi ho bagnata
- (*Yesterday, after work, I got wet right away and then I used the lavender body wash.*)
- (*During the beach holiday we got wet every evening before putting on deodorant.*)
- (*As soon as I got wet, I grabbed the shampoo because my hair was still dirty.*)

4. Non appena _____, abbiamo chiesto al farmacista se potevamo usare quel sapone perché mia moglie è allergica.

- a. ci bagnavamo b. ci abbiamo bagnato
d. siamo bagnati

1. mi sono bagnato 2. ci siamo bagnati 3. mi sono bagnata 4. ci siamo bagnati

(As soon as we got wet, we asked the pharmacist if we could use that soap because my wife is allergic.)

- c. ci siamo bagnati

3. Complete the dialogues

a. Comprare prodotti per la doccia

- Cliente:** Buongiorno, cerco uno shampoo delicato e un buon docciaschiuma, ho la pelle un po' sensibile.

(Good morning, I'm looking for a gentle shampoo and a good shower gel — my skin is a bit sensitive.)

- Commessa:** 1. _____

(Good morning. I recommend this natural shampoo and this fragrance-free shower gel.)

- Cliente:** Perfetto, prendo anche il dentifricio e un nuovo spazzolino, per favore.

(Perfect, I'll also take the toothpaste and a new toothbrush, please.)

- Commessa:** 2. _____

(All right — this toothpaste is excellent and the toothbrush is soft, ideal for daily use.)

b. Parlare di igiene dal medico di base

- Medico:** Allora, mi racconti un po' la sua routine: si lava spesso le mani e usa il sapone giusto?

(So, tell me a bit about your routine: do you wash your hands often and use an appropriate soap?)

- Paziente:** 3. _____

(Yes, I wash my hands many times a day with liquid soap, and I shower every evening using shower gel.)

- Medico:** Bene, e per i capelli e le ascelle che cosa usa, shampoo, deodorante?

(Okay. And for your hair and underarms, what do you use — shampoo, deodorant?)

- Paziente:** 4. _____

(I use a gentle shampoo to keep my hair clean and an alcohol-free deodorant, because I'm somewhat allergic to strong fragrances.)

1. Buongiorno, le consiglio questo shampoo naturale e questo docciaschiuma senza profumo forte. 2. Va bene, questo dentifricio è ottimo e lo spazzolino è morbido, ideale per l'uso quotidiano. 3. Sì, lavo le mani molte volte al giorno con il sapone liquido e faccio la doccia ogni sera con il docciaschiuma. 4. Uso uno shampoo delicato per avere i capelli puliti e un deodorante senza alcol, perché sono un po' allergica ai profumi forti.

4. Answer the questions using the vocabulary from this chapter.

1. Puoi descrivere la tua routine di igiene la mattina, dall'alzarti fino a quando esci di casa?

2. Se sei in farmacia e hai la pelle sensibile, come chiedi consigli per un prodotto per il viso? Cosa dici al farmacista?

3. Quando viaggi per lavoro per due o tre giorni, quali prodotti per l'igiene personale metti in valigia e perché?

4. Se sei allergico a un prodotto per la cura personale, come lo spieghi al medico durante la visita? Cosa racconti della tua routine quotidiana?

5. Write 6–8 sentences describing where and when you shop for personal hygiene products and which products you usually buy.

Di solito compro... / Preferisco usare... perché... / Sono allergico a... / Vado al supermercato fino a tardi, perché...

4. Important verbs

Bagnarsi

io mi sono bagnato

tu ti sei bagnato

lui/lei si è bagnato

noi ci siamo bagnati

voi vi siete bagnati

loro si sono bagnati
