

Confidenze
di bellezza



Lucertola o sportiva? Scegli il solare giusto

In spiaggia c'è chi non perde neppure un raggio. Chi sta sempre in acqua e chi, invece, preferisce stare sotto l'ombrellone. Per ognuna c'è la protezione adeguata. A tutto vantaggio della pelle di **Alberta di Giorgio** con la consulenza di **Magda Belmontesi, dermatologa**

Van Kasteel (1)

24 Confidenze

Rita
ci
chiede



**CHE CREME
POSSO USARE
PER STARE
SEMPRE
AL SOLE?**

Non ditemi che non si fa, perché tanto non cambio abitudine. Mi piazco al sole alla mattina e fino al tramonto non mi smuove nessuno. Ma, dato che ho 52 anni, mi chiedo come posso rallentare l'invecchiamento cutaneo.

Rita Virgili (via e-mail)

Valeria
ci
chiede



**COME
PROTEGGERMI
SE AL MARE
PRATICO
WINDSURF?**

Ho 24 anni e il mare è la mia palestra. Fra gite in pattino, tuffi dalla boa e un po' di windsurf, passo quasi tutta la giornata in acqua. Morale: la crema se ne va in fretta e io vorrei sapere come proteggere la pelle dalle scottature.

Valeria Gullotta (via e-mail)

Evelyne
ci
chiede



**È VERO CHE
DEVO FARE
ATTENZIONE
ANCHE SE STO
ALL'OMBRA?**

Ho 41 anni e da qualche anno non sopporto più il sole. Quindi, quando sono in spiaggia, sto sempre sotto l'ombrellone. Ma ho sentito dire che rischio di scottarmi anche all'ombra e mi domando come comportarmi.

Evelyne Di Carlo (via e-mail)

Punta sulle sostanze antiossidanti

Il sole è il maggior responsabile dell'invecchiamento cutaneo: i raggi UVA penetrano in profondità nella pelle e ne indeboliscono le fibre elastiche, provocando la comparsa precoce di rughe, cedimenti cutanei e macchie scure. Per questo le esposizioni eccessive sono sconsigliate. E, di conseguenza, chi non rinuncia al piacere della vita da lucertola deve prendere precauzioni adeguate. Innanzitutto,

evitare le ore centrali della giornata, in cui i raggi sono più aggressivi che mai. E poi, ricorrere a creme con protezioni molto elevate (ideale un SPF 50+) e arricchite con sostanze antiossidanti come il melograno o la vitamina E formulate per esposizioni in condizioni estreme. Le creme vanno stese ogni 2-3 ore e dopo i bagni.

L'idea in più Vaporizza spesso dell'acqua fredda su tutto il corpo.

Scegli i prodotti waterproof

Chi, al mare, entra ed esce di continuo dall'acqua è senza dubbio a rischio scottatura. Intanto, perché non percepisce la sensazione di calore e non si accorge che la pelle si sta arrossando. Poi, perché la superficie del mare rifrange i raggi solari, potenziandoli. Infine, perché il solare se ne va a ogni tuffo, lasciando la cute indifesa. Per questi motivi, il consiglio è applicare creme solari resistenti

all'acqua e al sudore, che garantiscono una protezione a più lunga durata. Il filtro deve essere alto (va benissimo un SPF 50). E la formula del cosmetico ideale per le sportive incallite è quella che ne consente l'applicazione anche sulla pelle bagnata. Comunque sia, anche se la crema è waterproof, va stesa ogni 2-3 ore.

L'idea in più Insisti con il solare sulle spalle e sul naso, le zone più esposte.

Affidati ai cosmetici furbi

Un errore comune è credere che stare sotto l'ombrellone scongiuri il pericolo di scottature ed eritemi. In realtà, per quanto filtrati e quindi meno aggressivi, i raggi ultravioletti passano anche attraverso il tessuto e sono comunque insidiosi. È vero, però, che la vita all'ombra richiede protezioni meno alte (è inutile superare l'SPF 30), stimola poco la formazione di melanina e il colorito impiega più tempo a mani-

festarsi. Per accelerare la tintarella, l'ideale è puntare su oli o creme con alghe dorate (basta applicarli per vedere subito la pelle più colorata) o con attivatori dell'abbronzatura che, grazie a dei precursori della melanina, favoriscono un incarnato più scuro. Entrambe le tipologie di solari vanno stese ogni 2-3 ore e dopo i bagni.

L'idea in più Ricorda che anche la sabbia rifrange i raggi solari e li potenzia.

13,97 €



Sunscreens Crema Solare 50+ (Coppertone, 13,97 euro): con melograno e vitamina E.
Sun Protezione Molto Alta SPF 50+ (Kalléis, 26 euro): ideale per esposizioni estreme.

19,90 €



Sun Sport SPF 50 (Lancaster, 33 euro): resiste all'acqua e si stende sulla pelle bagnata.
Crema Solare Plus Viso e Corpo SPF 50+ (Hanorah, 19,90 euro): waterproof e idratante.

17,90 €



Huile Soilaire Sublimatrice (Sephora, 17,90 euro): con monoi e alga dorata.
Crema Solare con Attivatore Viso e Corpo (Planter's, 18 euro): attiva la melanina.

IL SIERO CHE DÀ CORPO AI CAPELLI

Il Siero SOS Doppie Punte Addio Danni di Garnier Fructis (8,99 euro) fa una promessa allettante: riparare i danni accumulati in un anno, con solo tre applicazioni. Il tutto grazie alla formula innovativa che sfrutta le proprietà rinforzanti della proteina vegetale keraphyll. E quelle lucidanti degli estratti di amla, un frutto a cui ricorrono da secoli le donne indiane per rendere brillanti le loro chiome. Da stendere sulle punte quando i capelli sono ancora bagnati, questo siero agisce come un cerotto che si fissa sugli steli e li ripara. Per la gioia di quel 28,20% di donne in Italia che ha le ciocche sdoppiate.



PORTA IL DEO SEMPRE CON TE

L'abbiamo tanto aspettato, ma adesso il caldo ci fa sudare. Nel vero senso della parola. Da quando il termometro si è impennato, eccoci tutte alle prese con il solito problema dell'estate: sentirsi fresche e pulite. Obiettivo raggiunto

con il nuovo Deo Stick Borotalco White (3,59 euro), oggi in versione pocket da tenere sempre a portata di mano. Al muschio bianco e con agenti antibatterici, è privo di alcol.

