

D M MODA E BELLEZZA . IN SETTIMANA BIANCA

TINTARELLA DI

Se sei in partenza per la settimana bianca, metti in valigia anche i cosmetici giusti: proteggere il viso dagli effetti del sole in alta quota è molto importante. Hai qualche dubbio a riguardo? Abbiamo chiesto consiglio a due esperti. Ecco le precauzioni beauty che ci hanno suggerito.

Perché l'abbronzatura di montagna risulta più intensa?

Sopra i 2.000 metri, l'atmosfera più rarefatta filtra con meno efficacia i raggi Uv, ma non solo. «La neve funge da specchio e potenzia l'azione del sole: così ti abbronzhi in maniera più uniforme e veloce. Ma, attenta, perché aumenta anche il rischio di scottature!» spiega la dermatologa [Magda Belmontesi](#).

È davvero importante usare un solare specifico per l'inverno?

«Le creme formulate per l'alta quota hanno una texture più ricca di quelle estive perché, oltre che dagli Uv, devono riparare la pelle dagli sbalzi di temperatura caldo-freddo» spiega Umberto Borellini, cosmetologo. Quali ingredienti cercare nei prodotti? «I filtri solari, soprattutto quelli fisici come l'ossido di zinco. E un mix di principi attivi nutrienti, come burro di karité, burro di murumuru e la cera d'api, sempre associati agli antiossidanti che proteggono dall'azione dannosa dei raggi infrarossi» spiega l'esperto.

Se prendo il sole sulle piste, sono più a rischio scottature?

«È vero, quando si sta direttamente sulla neve il riflesso dei raggi è più forte. Ma il modo di proteggere la pelle sostanzialmente non cambia» spiega [Magda Belmontesi](#). «Se prendi il sole su una terrazza, quindi, usa la stessa protezio-



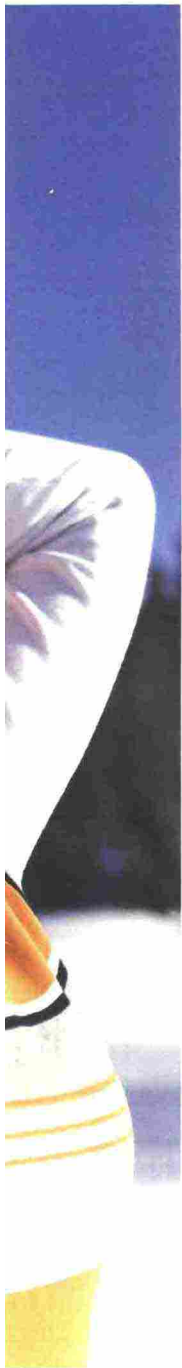
PHILIP BORCHART - THE LICENSING PROJECT



NEVE

Ad alta quota i raggi sono molto più intensi e il rischio di scottarsi aumenta. Scopri, con la guida degli esperti, come ottenere un colorito dorato senza rimetterci la pelle

di Michele Mereu



1. Con vitamina C antiossidante: Vichy Idéal Soleil Spf 50 trattamento 3 in 1 (22,90 euro, in farmacia).
2. Latte Solare Protezione Cellulare Spf 30 Sublime Sun di L'Oréal Paris (6,90 euro) protegge da rughe e scottature.
3. Avène Stick labbra SPF 30 (10,50 euro, in farmacia), previene le screpolature.
4. Sta in tasca Anthelios Pocket 50+ di La Roche Posay (11 euro, in farmacia).
5. Crema Fondente Viso Spf 50+ della linea Defence Sun di Bionike (19,25 euro, in farmacia) rinforza le difese della pelle.
6. Rilastil Sun System Stick Spf 50+ (12,90 euro, in farmacia) è per le zone sensibili.
7. Anti-wrinkle Face Cream Spf 30 di Clinique (28,50 euro) con estratto di semi di girasole protegge dal fotoinvecchiamento.
8. Mineral Radiance Uv Defense SPF 50 di Skinceuticals (38,50 euro, in farmacia) ha una texture che resiste anche al sudore.



50+

È il fattore di protezione minimo che i dermatologi consigliano quando si sta al sole in montagna.

3

I giorni in media necessari perché una carnagione normale conquisti un colorito sano e uniforme.

5%

È la percentuale con cui, ogni 300 metri di altitudine, aumenta l'intensità dei raggi solari. Per questo più sali di quota, maggiore dovrà essere la costanza con cui applichi la protezione.

80%

La percentuale di riflettanza dei raggi solari sulla neve fresca.

ne, ma se fai sport riapplica la crema ogni 2-3 ore».

Sotto la mascherina da sci devo stendere la protezione?

«Sì. Una parte dei raggi riesce comunque a superare la barriera degli occhiali» spiega Belmontesi. «In più queste creme solari hanno un'azione barriera contro il freddo: conviene applicarle in maniera uniforme su tutto il viso, compreso il contorno occhi».

Posso fare la sauna dopo essere stata fuori tutto il giorno?

«Sì, a patto di non aver preso troppo sole e di esserti scottata: il rischio è di peggiorare la situazione» raccomanda la dermatologa Belmontesi. Se invece sei semplicemente arrossata, prima di entrare in cabina spruzza sul viso dell'acqua termale fredda. In questo modo abbassi la temperatura della pelle di qualche grado. A sauna terminata, invece, applica una maschera idratante a base di acido ialuronico, così da ripristinare l'idratazione cutanea ed evitare la sensazione di secchezza e pelle che tira.

Quale prodotto applicare sulle labbra?

Prive di melanina (la sostanza prodotta naturalmente dalla pelle per proteggersi dal sole), le labbra vanno trattate con un prodotto specifico. Perché non si screpolino e non si scottino, è bene utilizzare uno stick con filtro solare 50+ arricchito anche con ossido di zinco associato alla vitamina E. «Sconsiglio, invece, i prodotti formulati con siliconi e paraffine» avvisa Borellini. «Sono entrambe sostanze derivate dal petrolio, che hanno un effetto idratante solo molto superficiale. In più, quando si applicano sulle labbra è facile che si finisca per ingerirle. Meglio evitare».