

SPECIALE ESTATE
IL BUONO DEL SOLE

EWIVA LO SLOW TANNING

Basta demonizzare il sole. È vero che a esagerare si "rischia" la pelle, ma è bene sottolineare, che nelle dosi, nelle ore e con le precauzioni giuste il sole è un toccasana. «Lo "slow tanning", l'abbronzatura graduale, presa con un pizzico di buonsenso e con i solari giusti dà tanti benefici» dice la dermatologa Magda Belmontesi. «Migliora l'umore perché aiuta a produrre le endorfine del benessere; rinforza le ossa perché stimola la vitamina D3; aiuta il sistema immunitario perché tiene sotto controllo la glicemia e il colesterolo». E, se non si esagera, non solo la pelle non invecchia ma diventa più luminosa, tonica e naturalmente dorata.

• **Ha un effetto lifting.** «Il sole rende più belli ed elastici i tessuti perché accelera il turnover cellulare» spiega l'esperta. «Merito dei raggi ultravioletti che ispessiscono le cellule superficiali, favorendone il ricambio con quelle "nuove", più morbide ed elastiche. E merito anche dei sali presenti nell'acqua mare e nell'aria, dall'effetto esfoliante».

• **Rassoda la silhouette.** «Abbassando i livelli di stress e di cortisolo, responsabili del rallentamento del metabolismo, i raggi permettono di rimodellare e tonificare la silhouette soprattutto se si usa il solare giusto: snellente» dice la dermatologa. «Infatti, dilatando i vasi sanguigni, favoriscono la penetrazione dei principi attivi lipolitici e drenanti di queste creme».

• **Abbronzia anche con la protezione 50.** «Grazie ai nuovi filtri minerali, a base di ossido di zinco e biossido di titanio micronizzati, i solari con filtri alti hanno consistenze light piacevoli che non lasciano più quella pastosa patina bianca sulla pelle e la scuriscono in modo rapido senza farle rischiare scottature» dice la dermatologa. Che conclude: «Se, invece, optate per filtri più bassi, scegliete prodotti ricchi di sostanze antiossidanti e nutrienti in grado di neutralizzare gli effetti negativi del sole e far passare solo i positivi». Proprio come i solari della pagina a accanto. ■



Magda Belmontesi, dermatologa e docente alla Scuola Superiore di Medicina Estetica "Agorà" di Milano



*L'argentina Belén Rodriguez,
26 anni, anche se ha
la pelle naturalmente dorata la
protegge dai raggi. Brava!*

L'abbronzatura graduale, fatta con un pizzico di buonsenso e con le protezioni giuste, regala tanti benefici: all'umore, alla salute e alla pelle. Che, in questo modo, non solo non invecchia ma diventa persino più bella

di Michela Duraccio e Paola Oriunno

Creme per il viso



1 Lenitiva Nonostante il filtro alto (50+), questa crema ha una consistenza ultramorbida e non pastosa. Molto resistente all'acqua, è ideale per le pelli sensibili: senza profumo e parabeni, contiene acqua termale (Anthelios XL di La Roche-Posay, 17,80 euro).

2 Anallergica Previene le macchie (anche quelle da gravidanza) e le rughe. E protegge cicatrici e couperose. Senza conservanti, nichel e glutine (Crema SPF 30 Defence Sun di Bionike, 17,50 euro).

3 Antietà Protegge la pelle grazie ad aloe, elicriso e derivati della crusca di riso, la nutre con karité e macadamia, previene i rossori dovuti a vento, caldo e salsedine con la liquirizia (Crema solare viso formula antitempo SPF 25 di L'Erborario, 14 euro).

4 Levigante Crea uno scudo per salvare la produzione di proteine di giovinezza della pelle grazie a filtri ad ampio spettro e a un mix di mannitolo, vitamine CG ed E (Génifique Soleil SPF 30 di Lancôme, 31,50 euro).

5 Nutriente Leggera e setosa, questa crema è ideale per le pelli secche grazie alla presenza di glicerina e di un polisaccaride nutriente. Previene le scottature (Crème Protection Solaire SPF 50, Réponse Soleil di Matis, 48 euro).

1 Antiossidante A base di filtri solari di ultima generazione, questa lozione contiene anche un complesso protettivo antiossidante e calmante che aumenta le difese della pelle ai raggi del sole (Lotion SPF 30 Allergy di Piz Buin, 21 euro).

2 Elasticizzante Specifica per le pelli ipersensibili e reattive, protegge anche capillari, macchie, tatuaggi e cicatrici. Si usa sul viso e sul corpo ed è adatta ai bambini (Crema Abbronzante Protezione Attiva SPF 30 di Collistar, 28 euro).

3 Energizzante Ha un profumo vivificante di agrumi e si spalma che è un piacere grazie alla consistenza fondente e fresca. È un latte antiscottatura ricco di vitamina E, dalle proprietà anti-età (Lait Solaire SPF15 di Biotherm, 25 euro).

4 Baby Questa crema per bambini contiene filtri UV in perle microincapsulate. È ricca di burro di karité, olio di mandorle dolci e di carota, aloe vera, bisabolo e olio essenziale di camomilla (Foille Cosmetic SPF 50 baby di sanofi aventis, 19,80 euro).

5 Rassodante Difende e ripara il Dna cutaneo e insieme accelera l'abbronzatura grazie all'estratto di arance dolci e all'olio di buriti che lasciano la pelle deliziosamente dorata (Sun Age Control SPF 30 di Lancaster, 45 euro).

Creme per il corpo



Alessandro Colombo 10, Kika

INFORMA 155