



10 luoghi a Vienna
Vacanze natalizie tra modernità a tradizione

CONTINUA →



45 idee regalo
Per un Natale con i fiocchi

CONTINUA →



Vini e dolci
Ecco come abbinarli

CONTINUA →

Beauty

13 CREME SOLARI DA USARE IN MONTAGNA

*Quali solari usare, come preparare la pelle e curare le scottature.
 La parola all'esperto*

di **Eleonora Gionchi**



Per le vacanze in montagna due prodotti beauty sono indispensabili: la protezione solare, specifica per il viso e con fattore elevato, e lo stick per le labbra. La dermatologa [Magda Belmontesi](#) spiega come scegliere il prodotto giusto e come preparare la pelle al sole.

Quale fattore di protezione deve essere usato per le vacanze in montagna?

L'ideale è la protezione con fattore 50, meglio se specifica per il viso, a cui

A NATALE, MUMM



si deve poi aggiungere l'adatto stick per le labbra.

Esistono delle differenze tra i solari invernali e quelli estivi? Sono intercambiabili?

Per la montagna si deve scegliere il fattore di protezione 50 che ripara completamente dal sole e dal suo riflesso sulla neve. **Possono essere usati anche i prodotti aperti la scorsa estate a condizione che siano stati perfettamente conservati.**

E' indispensabile una preparazione a casa, prima di partire?

Sì, è consigliabile fare il pieno di vitamina E (presente in olio di oliva e frutta secca, yogurt, avocado), prevenire la comparsa di macchie scure e usare prodotti specifici su quelle eventualmente già esistenti. **Ideali sono anche gli integratori da assumere 15 giorni prima della partenza** e proseguire poi per tutto il periodo della vacanza.

Come si stende correttamente il solare?

Come in estate, le creme solari invernali hanno bisogno di qualche minuto per attivarsi quindi devono essere stese prima di scendere sulle piste e riapplicate ogni 3-4 ore. **Per le pelli più secche è meglio optare per una protezione dalla texture ricca e corposa che ripari anche dal freddo.** In più si può usare anche un siero antiossidante contro i radicali liberi che rinforza tra l'altro l'azione della protezione.

In caso di scottature come alleviare il dolore?

Premesso che se ci si scotta sarà soprattutto il viso, quindi occhiali e berretti con le visiere sono fondamentali, è meglio scegliere un **doposole che contenga acque termali, molto idratanti e lenitive.** Inoltre, è bene usare una crema idratante specifica, o meglio ancora una maschera ad alta idratazione, che agisca durante il sonno così da riparare la pelle non solo dalle eventuali scottature ma soprattutto dalle conseguenze di freddo e secchezza.

© Riproduzione riservata

SHARE



CORRELATI



BEAUTY
Il grande freddo
I prodotti beauty per proteggersi sotto lo zero



BEAUTY
Karité
La barriera anti freddo



BEAUTY
Outdoor
Mani impeccabili durante l'inverno