

marie claire.it

HOME MODA SFILATE **BELLEZZA** BENESSERE ATTUALITÀ PEOPLE LIFESTYLE CASA CUCINA

hair advisor | spa & co | daily beauty | prodotti **OROSCOPO** | galleries marie claire



Weekend di sole: proteggi la pelle

E preparala alle prime esposizioni. Come? Con idratazione no-stop.



slideshow

© David Bellemère/ Studio Taho



PRODOTTI

Venerdì 9 Maggio 2014

Tweet

[Pin it](#)

LEGGI ANCHE

- [La bellezza di Orticola](#)
- [La bellezza del matrimonio: i prodotti per le spose](#)
- [Ayrton Senna: la bellezza dei campioni](#)
- [Beautycase della settimana](#)
- [Soluzioni cosmetiche verdi](#)

E anche quest'anno ce l'abbiamo fatta. Archiviato l'inverno, l'estate è a un passo. Se cominciate a consultare il meteo già il giovedì pomeriggio, allora appartenete alla tribù delle weekender, quelle che ogni fine settimana di sole che Dio manda in terra lo passano "spalmate" su qualche scoglio o spiaggia. E come non capirvi. Solo che se per infilare un costume in valigia basta un attimo, la

speciali

- 101 idee: partecipa al casting.
- Donne e lavoro la rubrica di Lucy Kellaway.
- Speciale Project Runway 2014.
- Foto e curiosità su più di 300 modelle.
- Speciale Salone del Mobile 2014.

marie claire promotion

viaggi

Berlino come desideri: guida online e carta must have
In occasione dell'8ª Berlin Biennale mappa con indirizzi: dalle barchette a noleggio alle zuppe...

video

Tutti i video >

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

preparazione della pelle ai primi raggi solari non è un'operazione che si può decidere altrettanto istantaneamente, soprattutto se è molto chiara, poco resistente al sole e poco tollerante ai cosmetici.

Grandi pulizie. Persino l'epidermide più sensibile, dopo mesi di reclusione sotto piumini e maglioni, esige un minimo di preparazione adeguata. «L'ideale è fare uno scrub cor- po almeno 48 ore prima dell'esposizione per eliminare le cellule morte e permettere alla pelle non solo di abbronzarsi meglio e in modo più omogeneo, ma anche e soprattutto di "respirare" a pieno regime. Così da risultare più ossigenata, addirittura colorita», consiglia la dermatologa [Magda Belmontesi](#). «Idem sul viso, ma almeno una settimana prima, per permettere al film idrolipidico di riequilibrarsi, quando incontra gli Uv». Routine valida per tutti i tipi cutanei? Certamente sì, anche i più intolleranti. Consigli prima del weekend: sospendete i soins a base di acidi di frutta/ retinolo e abbondate su viso e corpo con l'idratazione. S.O.S.

Melanina. Inutile, invece, amplificare la protezione con lampade o una seduta di self-tan-spray. «Quando la pelle si espone direttamente al sole fa scattare dei meccanismi di protezione come l'ispessimento della cute e l'aumento della produzione di melanina, che non vengono invece messi in funzione in nessun altro modo. In caso di lampade & co. si verifica semplicemente un accumulo di melanina, e si registra un altissimo assorbimento di radiazioni nella profondità del derma, addirittura superiore a quanto avviene in spiaggia», sostiene Maria Grazia Caputo, medico estetico dell'Ospedale Fatebenefratelli di Milano.

Rituale serale. Ristruttura e lenisce in una texture piacevole: **Shiseido** After Sun Intensive Recovery Emulsion (31 euro).

Riparatrice. After Sun Crema Dopusole Anti Macchie Viso di **Diego Dalla Palma Professional** contrasta il foto invecchiamento (27 euro).

Cuore green. Linea sole verattiva bagno doccia dopo sole calma i rossori con estratti vegetali, di **Specchiasol** (11,50 euro).

Anche in città. **Clinique** Even Better Dark Spot Defense Spf 45 lascia la pelle uniforme grazie al suo "invisible screen" (36 euro).

Intensiva. Capelli idratati con la crema riparatrice **Aveda** Sun Care After-Sun Hair Masque (26,50 euro).

Una mossa molto intelligente, soprattutto se si ha la pelle chiara, è usare un prodotto intensificatore di pigmentazione, che non colora ma favorisce la produzione e richiama, con l'aiuto di sostanze come la tirosina, la melanina in superficie. Predisposte agli eritemi? «Molto può fare l'assunzione, almeno un mese prima, di un integratore-booster di antiossidanti come vitamina E, selenio, licopene e Omega 6», precisa la dottoressa Belmontesi.

Non solo filtri. Tutto questo giocare d'anticipo non implica però che si possa abbassare la guardia sul fronte dei filtri. Gli esperti sono tassativi: al primo sole SPF 50 sul viso per tutte, che può diventare un SPF 25/30 sul corpo. E uno stick per ritoccare la protezione ogni 2/3 ore su naso, zigomi, fronte e tutte le zone a rischio macchie.

E poiché anche la sensibilità accentuata non è tutta uguale, si a formule mirate per pelle secca, mista, grassa con tendenza acneica e potenziate da acqua termale lenitiva (vedi La Roche-Posay) o glicerina che idrata ma con un finish asciutto (come Vichy). Filtri alti uguale anche alto rischio intolleranze, quindi si a texture 30 e 50+ ma nebulizzate, più leggere e impalpabili. Per filtrare sempre più gli infrarossi di tipo A, i maggiori responsabili della produzione di radicali liberi e dell'aging, il consiglio è: applicare, sotto la crema solare, un siero antiossidante. «Quelli che combinano vitamina C tamponata con vitamina E, acido ferulico e floretina possono aumentare fino a otto volte il lavoro dei normali filtri UVA e UVB e, grazie all'azione antiradicalica, contenere anche i danni da infrarossi», spiega la dermatologa. Un'altra novità riguarda infine le macchie, causate non solo dall'esposizione diretta ai raggi, ma anche dal calore provocato dal sole. Ecco perché a volte compaiono nonostante si sia state sempre all'ombra. Per evitare il surriscaldamento (visto che è un po' presto per fare il bagno) vaporizzate sul viso uno spray di acqua termale: la sua azione addolcente e lenitiva controllerà anche rossori e irritazioni.

Su corpo e capelli. **Uriage** Bariésun olio secco spf 50+ ha una texture evanescente e resistente all'acqua (22 euro).

Piacevole. Da applicare per una pelle morbida e idratata, ma protetta al meglio, c'è **Vichy** Capital Soleil Spray Invisibile Idratante Spf 30, che non contiene alcol (25,20 euro).

Effetto satinato. Soleil Bronzer Lait-en-brume Protecteur Lissant Corps Spf 30 di **Lancôme** nutre con olio di argan e rosa canina e rimpolpa con acido ialuronico (28,50 euro).

Per visi sensibili. **Lancaster** Sun Control Radiant Glow Fluid Spf 50 protegge dalle macchie scure (45 euro).

CONSIGLIATI DA FACEBOOK

[Tweets di @MarieClaire_it](#)

Sensoriale. Azione antiossidante: Dior Bronze Protection Solaire Crème Protectrice Sublimante Viso Spf 50 (34,40 euro).

Leggerezza. L'Oréal Paris Sublime Sun fluido viso protettivo 50+ si assorbe subito e lascia la pelle come nuda (16,85 euro).

Protetta dal sole, pulita con la microdermoabrasione e nutrita dall'interno: consigli per uno skincare da top.

Lucia Corna

TAG: prodotti, skincare

da non perdere



Brasile 2014:
ispirazioni di bellezza



22 aprile: Giornata
Mondiale della Terra



Beautycase della
settimana



Trucco Radiant
Orchid



Sos pelle e capelli:
come combattere le
imperfezioni



Rosso ciliegia: il
colore della
primavera



Beautycase della
settimana



Una Design Week in
Bellezza



Beautycase della
settimana



Corri con Kiehl's



22 marzo: Giornata
Mondiale dell'Acqua



20 marzo: ridi, è la
Giornata
Internazionale della
Felicità

[Archivio Bellezza >](#)

marie claire.it

©2014 H.M.C. ITALIA SRL - P. IVA 03638060966

moda

le sfilate ai 2014/2015
boutique
shopping
tendenze
uomo
galeriemarieclaire

sfilate

le sfilate ai 2014/2015
milano fashion week
haute couture 2014
galeriemarieclaire

bellezza

hair advisor
spa & co
daily beauty
prodotti
capelli
trucco
galeriemarieclaire

benessere

in linea
prevenzione
salute
feel good tour
emozioni
galeriemarieclaire

attualità

marieclaire@work
blog
interviste
cinema
galeriemarieclaire

abbonati



people

gossip
celebrity watch
blog
interviste
appuntamento
galeriemarieclaire

lifestyle

salone del mobile
viaggi
design
sport
vini e co
galeriemarieclaire

casa

case & arredo
tendenze
design
green
gourmet
travel
incontri

cucina

a la carte
food&love
chef
ricette
primi
secondi
dolci
galeriemarieclaire

oroscopo

news astrologiche
calcolo del tema natale
i transiti del mese
calcolo dell'ascendente
previsioni del mese
previsioni della settimana

marie claire

abbonati al digitale
contattaci
redazione
pubblicità

