

PIACERSI DI PIÙ SOLARI

PROTEGGI TUTTO il tuo corpo

I SOLARI VANNO SCELTI CON ATTENZIONE, PRIVILEGIANDO I FILTRI CON VALORI ALTI, SENZA TRASCURARE I CAPELLI

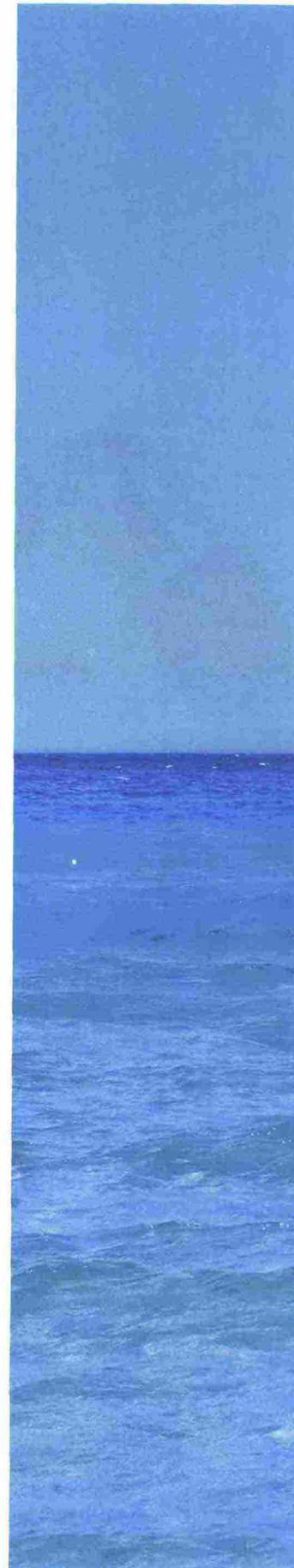
~ Testo di *Monica Caiti* ~

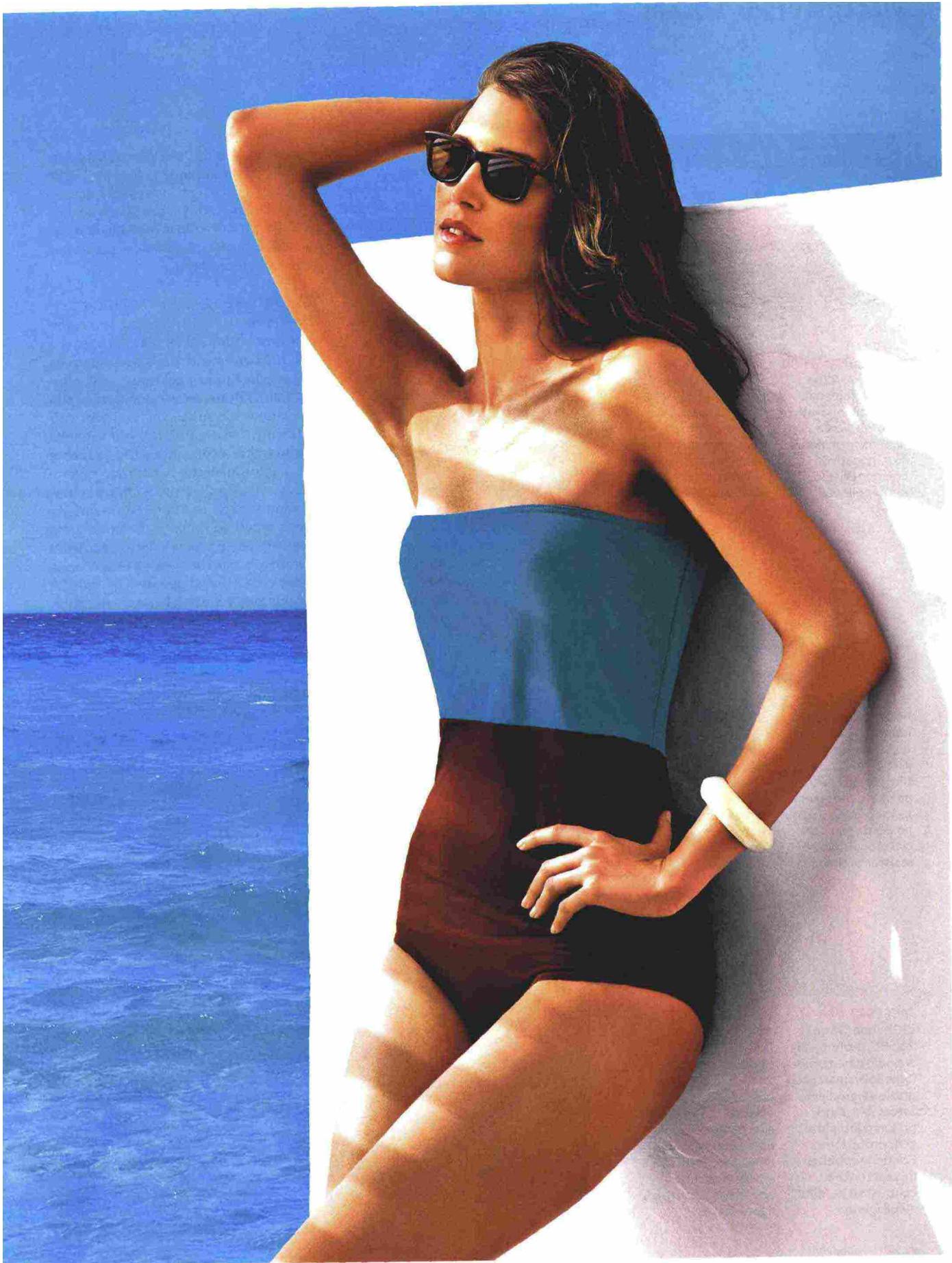
Oltre l'80% delle donne italiane acquista un solare informandosi dell'impatto che avrà sulla pelle e, dunque, sulla propria bellezza e il 78% desidera un'abbronzatura rapida e naturale. La protezione? È ovviamente una conditio sine qua non di questi prodotti. È quanto emerge dallo studio commissionato da Vichy e condotto da Nadia Olivero, docente presso l'Università di Milano Bicocca e l'University College London ed esperta di psicologia dei consumi, su un campione di 13mila donne tra i 18 e gli over 55 anni di età, delle quali si sono indagati atteggiamenti, preferenze e abitudini di acquisto. Infatti, alla domanda «quale prodotto solare porteresti in vacanza con te?», il 52% delle intervistate ha risposto «un solare che, oltre a proteggere, renda la pelle più bella», il 26% «che, oltre a proteggere, consenta di abbronzarsi in fretta», mentre solo il 17% è interessata alla «massima protezione».

FILTRI AD AMPIO SPETTRO

Sorge, dunque, spontaneo chiedersi quale sia il solare ideale, in grado di conciliare le esigenze schermanti a quelle squisitamente cosmetiche. «Deve proteggere in uguale misura non solo

dalle radiazioni Uva e Uvb, ma anche dai cosiddetti Uva lunghi», spiega **Magda Belmontesi**, dermatologa a Milano e Vigevano e docente al master di medicina estetica all'Università degli Studi di Pavia. «Molto numerosi e particolarmente insidiosi, questi ultimi costituiscono oltre il 75% della radiazione ultravioletta che raggiunge la terra e sono presenti tutto l'anno. Studi recenti hanno dimostrato che provocano danni a medio e lungo termine a livello di stress ossidativo e invecchiamento cutaneo. Quindi il solare deve avere performance ad ampio spettro con valori alti e molto alti, grazie alla presenza di filtri chimici (sostanze di sintesi in grado di assorbire l'energia trasmessa dalle radiazioni luminose) e fisici (che agiscono, invece, come uno specchio, riflettendo gli Uv). Niente paura: i solari ad alta protezione non "bloccano" l'abbronzatura, come molti pensano erroneamente. Allungano solo i tempi di esposizione, prevenendo l'eritema. E la tintarella dura di più ed è, soprattutto, uniforme. Al contrario, le zone del corpo che subiscono scottature, si desquamano più facilmente e si scuriscono poco o niente, creando antiestetiche macchie».





Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

PIACERSI DI PIÙ SOLARI

Viso



UV PROTECTIVE COMPACT FOUNDATION SPF 30 di Shiseido (12 g, 35€, profumeria): punta sull'innovativo filtro WetForce, con un sensore minerale a ioni negativi, creando un velo idrorepellente anti-Uv.



SOLEIL-PROTECT FLUIDE HAUTE TOLÉRANCE RÉCONFORTANT SPF 50 di Roc (50 ml, 19,99€, farmacia): arricchito con Feverfew, antiossidante di origine naturale, protegge al massimo la pelle sensibile. Ipoallergenico.



ANTHELIOS XL BB CRÈME TEINTÉE SPF 50+ di La Roche-Posay (50 ml, 18,90€, farmacia): protegge, idrata, leviga e illumina mixando filtri elevati a micro pigmenti che si adattano a ogni carnagione. Senza parabeni, nickel controlled e resistente all'acqua.



SILK HYDRATION FACE PROTECTIVE SUN LOTION SPF 30 di Hawaiian Tropic (180 ml, 16,90€, grande distribuzione): ha una formula idratante dalla texture leggera, è ideale anche prima del trucco ed è molto resistente all'acqua.



FACE CREAM SPF 40 di Clinique (50 ml, 28,50€, profumeria): si avvale della tecnologia SolarSmart che, grazie a ingredienti fotostabilizzanti, prolunga la durata della protezione. Contiene estratto di plancton che contrasta la perdita di collagene.



COLLASTINE SOLARE VISO-COLLO-DÉCOLLETÉ SPF 30 di Innoxa (30 ml, 28€, profumeria): a base di collagene, elastina, fibronectina e Rna (sale dell'acido ribonucleico) svolge un'azione protettiva, emolliente, antirughe, elasticizzante e rigenerante.

COMPONENTI ANTIAGE

Ma la protezione pura e semplice non basta. Un solare eccellente deve possedere anche valenze antiage. «Bisogna controllare che contenga un mix di attivi antiossidanti, nutrienti ed elasticizzanti, che rallentano l'impoverimento del film idrolipidico e la degenerazione delle fibre di collagene ed elastina», continua la dermatologa. «Il prodotto dev'essere, inoltre, dermatologicamente testato e, dunque, privo di profumi, alcol e coloranti (tutti potenzialmente allergenici), oltre che di sostanze petrolchimiche e siliconi, che creano una sottile pellicola plastica sulla pelle, influenzando negativamente sulla fisiologia cutanea e la sudorazione».

PER UN VISO SEMPRE GIOVANE

È sempre meglio optare per formule specifiche per viso e corpo. Le attenzioni maggiori vanno ovviamente riservate al primo, il più soggetto a rughe, macchie e cedimenti dell'ovale. «La scelta dei fattori protettivi - Spf per gli Uvb e Ppd per gli Uva - dipende sia dal luogo e dal tempo trascorso al sole, sia dal fototipo, che identifica il grado di "reattività" cutanea al sole di una persona in funzione della carnagione, dei capelli e degli occhi», precisa Magda Belmontesi. «Si va, in genere, da un Spf 50 per la carnagione chiara (rossa o bionda) a un 25-30 per le pelli più olivastre. Nei giorni successivi, si può progres-

sivamente scalare, senza mai scendere sotto il 20. L'importante è che il passaggio sia graduale: solo così si permette alla pelle un adattamento all'aggressione dei raggi solari, producendo la quantità di melanina necessaria a difendersi, evitando, nel contempo, le scottature».

TEXTURE DIVERSE NELLA GIORNATA

L'ideale per il viso è utilizzare, se possibile, texture differenti: al mattino, crema o latte più consistenti, durante la giornata in spiaggia, fluido o gel leggeri e assorbibili. **Senza dimenticare uno stick a alta protezione sia sulla zona a T del volto (fronte, naso e mento), più soggetta alle macchie brune, sia sulle palpebre e il contorno occhi e labbra.** «Queste aree, dove la pelle è più sottile e delicata, vanno difese in modo particolare da arrossamenti ed eritemi, che potrebbero diventare veri e propri edemi. E formarsi di nuovo, a ogni successiva esposizione al sole». E se il viso appare leggermente più chiaro del resto del corpo? Anche in spiaggia si può truccare e schermare al tempo stesso con un fondotinta compatto, sempre provvisto di filtri.

QUALCHE ASTUZIA IN PIÙ

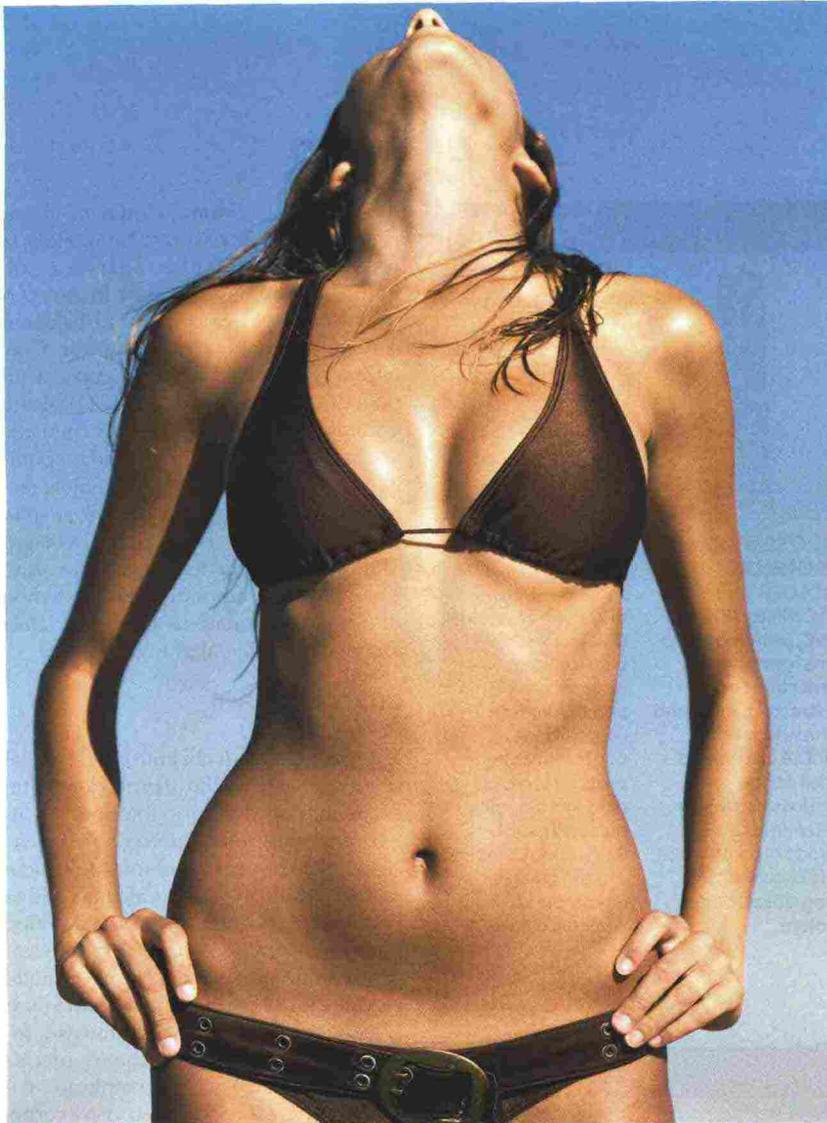
E per il corpo? Anche in questo caso, si consiglia di passare progressivamente dalle protezioni più elevate dei primi giorni di esposizione a quelle di media porta-

ATTENZIONE AI NEI

Tra i rischi principali di un'esposizione al sole eccessiva o non protetta, la formazione di un tumore della pelle o melanoma. A tale proposito, La Roche-Posay ha lanciato «Diventa Skin Checker», una nuova campagna virale di sensibilizzazione a livello internazionale che punta a educare il grande pubblico

sul ruolo attivo che si può assumere nell'autoesame della pelle. Spiegando il metodo facilmente memorizzabile ABCDE, sviluppato e ampiamente promosso da dermatologi di tutto il mondo, La Roche-Posay offre agli aderenti - sul suo sito www.laroche-posay.it - un sistema in cinque punti che

aiuta a identificare rapidamente un problema potenziale, incoraggiando le persone a farsi controllare il prima possibile dallo specialista. Il messaggio è chiaro: se tieni a qualcuno, fai attenzione ai suoi nei. Diventa Skin Checker. E non dimenticarti di consultare il dermatologo.



Corpo



OLIO SPRAY SOLARE INTENSIVE BRONZE SPF 30 di Angstrom (150 ml, 20 €, farmacia): contiene un complesso con tirosina che accelera e intensifica l'abbronzatura e olio di luffa cilindrica per mantenere l'equilibrio della pelle.



SUN BEAUTY DRY OIL FATS TAN OPTIMIZER SPF 50 di Lancaster (150 ml, 35 €, profumeria): coniuga abbronzatura e cura della pelle esposta al sole con una protezione rinforzata. E offre i benefici di un olio ma senza alcuna traccia di untuosità.



GUAM SOLARE CREMA CORPO ALTA PROTEZIONE SPF 30 di Lacote (150 ml, 16,50 €, erboristeria e farmacia): indicata per pelli chiare, sensibili e nei primi giorni di esposizione, con alghe Guam, filtri solari Uva e Uvb ed estratti naturali.



AFTER SUN SOOTHING & COOLING MOISTURISING LOTION di Piz Buin (200 ml, 14,90 €, gdo): vanta un'azione idratante, lenitiva e rinfrescante grazie alla presenza di aloe vera ed estratto di menta.



CETAPHIL DAYLONG DERMAGEL SPRAY CORPO SPF 30 di Galderma (150 ml, 25 €, farmacia): per pelli allergiche e predisposte a follicolite attinica, ha doti anti-fotoinvecchiamento, protettive del Dna cellulare e antiossidanti. Con vitamina E, resiste all'acqua.



IDÉAL SOLEIL BRONZE TAN OPTIMIZING HYDRATING SPRAY SPF 50+ di Vichy (200 ml, 24,50 €, farmacia): idrata e ottimizza l'abbronzatura con tirosina, glicerina e filtri anti-Uva lunghi. Dalla texture latte ultraleggera, ha un packaging innovativo ed ermetico.

ta (Spf 15). Sempre a seconda del fototipo e delle condizioni ambientali. Qualche astuzia in più per le fan dell'abbronzatura alla ricerca di un colorito bronzato molto intenso e luminoso? «Possono optare per detergenti e solari arricchiti con tirosina, che stimola una più rapida biodisponibilità della melanina, favorendo un'abbronzatura "reale" e non solo "estetica" come quella indotta dagli autoabbronzanti», precisa la dermatologa. «Senza mai dimenticare l'applicazione serale di un doposole dalle proprietà lenitive, nutrienti e anti-età, che combatte la secchezza cutanea, prevenendo la desquamazione e, di conseguenza, preserva l'abbronzatura. Per esaltarla con riflessi cangianti, perfette le formule arricchite con glitter. L'uso, un paio di volte la settimana, di un esfoliante prima del doposole - lungi dall'attenuare la tintarella - aiuta a uniformarla e a renderla più brillante».

CAPELLI IN LIBERTÀ (MA AL SICURO)

Non invecchia solo la pelle, ma anche i capelli. Un processo ancora più rapido sotto il sole. Raggi Uv, vento, salsedine e cloro provocano, infatti, un'alterazione a livello della cuticola, che da liscia diventa desquamata. E voilà, ecco i capelli secchi e invasi dalle doppie punte. D'obbligo, dunque, proteggerli con spray ad hoc, dalle texture differenti - acqua, olio, mousse, fluido - ma accomunate dalla presenza di filtri solari e sostanze rigeneranti. E di sera, dopo una giornata in spiaggia? «Primo step: una detersione delicata con uno shampoo doposole, che elimina sale, sabbia, cloro, rendendo la capigliatura luminosa», spiega Magda Belmontesi. «Dopo averlo diluito in acqua tiepida, massaggiare il prodotto solo sulle radici (i granelli di sabbia potrebbero irritare il cuoio capelluto) e risciacquare abbondantemente: scivolando sulle

PIACERSI DI PIÙ SOLARI

Capelli



OLIO PROTETTIVO CAPELLI
di Cielo Alto (150 ml, 11,90 €, profumeria): adatto a tutti i tipi di capelli, vanta un'azione idratante e svolge un'efficace protezione giornaliera dagli effetti dissecanti del sole, del sale e del cloro delle piscine. Con oli di argan e di macadamia, non unge e non appesantisce.



AFTER SUN SHAMPOO
di Framesi (250 ml, 14 €, parrucchiere): con estratto di fiori d'hibiscus antiossidanti, filtri Uv, vitamina E, olio di crusca di riso idratante e proteine della mandorla, rimuove i residui di sabbia, sale e cloro, riparando e rinforzando la superficie del capello.



OLIO SPRAY CAPELLI PROTEZIONE COLORE
di Collistar (100 ml, 16 €, profumeria): ha una formulazione arricchita con estratto di zafferano che valorizza la tinta e carotenoidi (dall'azione antiossidante) più vitamine C ed E, in grado di contrastare efficacemente la degradazione del colore.



SUN PROTECTION SPRAY FOR FINE OR NORMAL HAIR
di Wella Professionals (150 ml, 15,80 €, parrucchiere): da applicare prima o durante l'esposizione, con formula che protegge i capelli dai danni del sole puntando sull'Uv Protection Complex e idrata grazie a un complesso vitaminico (fase 2).

lunghezze, la schiuma eliminerà impurità e residui dello spray. Tamponate la testa senza sfregarla e lasciatela asciugare in modo naturale». Il rituale beauty termina con l'applicazione di un balsamo o di una maschera ristrutturanti. Che, oltre a rigenerare la chioma grazie a un pool di ingredienti mirati (dalle proteine ai complessi idratanti, dagli zuccheri alle vitamine), la rende più morbida e pettinabile. I capelli sono lunghi? «Potete raccogliarli in uno chignon da fissare sulla nuca e mettervi al sole. Il tepore dei raggi al tramonto permetterà ai principi attivi di penetrare in profondità. Finito il tempo di posa, risciacquate la testa e lasciatela asciugare all'aria», aggiunge l'esperta.

GLI ACCORGIMENTI PER I PIÙ PICCOLI

È uno dei diktat di chi ama crogiolarsi al sole. Scegliere il livello di protezione di un solare in base al proprio fototipo. Ma attenzione: questo è un buon criterio (anche se non il solo) per un'abbronzatura sicura degli adulti, ma non ha alcuna validità nel caso dei bambini. «Per loro il fototipo non conta, perché la pelle richiede sempre e comunque solari a protezioni molto elevate (Spf 30-50), ad ampio spettro (anti Uva, anche lunghi, Uvb e infrarossi), fotostabili e resistenti all'acqua», precisa Magda Belmontesi. «Da riapplicare, comunque, ogni due-tre ore su viso e corpo, senza dimenticare le zone a rischio (naso, labbra, nuca, orecchie e spalle). Obiettivi: prevenire l'eritema scatenato dai raggi Uvb e i danni a lungo termine da Uva, come l'invecchiamento cutaneo precoce e la formazione di melanomi in età adulta». In più, per combattere la disidratazione cutanea e i colpi di sole, vaporizzate, più volte al giorno, acqua termale sulla pelle dei piccoli, anche dopo il bagnetto in mare, specie se non è possibile la doccia. I momenti ideali per portarli in spiaggia? La mattina presto e il tardo pomeriggio. «L'importante è evitare l'intervallo tra le 11 e 16, quando i raggi solari sono più intensi e diretti e le insidie del sole aumentano: l'azione degli Uva si sovrappone, infatti, a quella della luce, raggiungendo i picchi più alti nelle ore centrali della giornata», raccomanda la dermatologa. «Periodo in cui anche gli Uvb sono presenti in percentuale molto marcata. Infine, al ritorno a casa, un doposole idratante e lenitivo».

Bambini



SOLE SWITCH DOPOSOLE BABY & FAMILY
di Flocchi di Riso (140 ml, 14,99 €, farmacia): con aloe e camomilla biologica, questa emulsione fluida dalla lunga durata non contiene profumo, come tutti i solari della stessa linea.



AMBRE SOLAIRE ADVANCED SENSITIVE SPRAY PROTETTIVO SPF 50+
di Garnier (200 ml, 16,69 €, grande distribuzione): è dotato di un sistema filtrante ad amplissimo spettro che protegge anche dai raggi Uv lunghi.



LATTE SOLARE DELICATO VISO E CORPO BIMBI SPF 50+
di Leocrema Solare (200 ml, 18,90 €, farmacia): garantisce una protezione efficace dai raggi Uva, Uvb e infrarossi. La texture leggera si spalma facilmente e resiste ad acqua e sudore.



LATTE SOLARE ECOBIOLOGICO BAMBINO SPF 30
di Omia (200 ml, 16,90 €, grande distribuzione): con olio di mandorle dolci bio, dell'azione idratante e protettiva, e olio di sesamo, antiossidante e fotoprotettivo.