

2

CHE DIFFERENZA C'È TRA FILTRO FISICO E CHIMICO?

L'effetto protettivo dei due tipi di filtro più o meno si equivale: è diversa solo l'azione schermante. «I fisici contengono particelle di titanio o zinco che riflettono i raggi solari, lasciandone passare solo una quantità minima attraverso la pelle. Al contrario, i filtri chimici assorbono la radiazione solare per evitare che raggiunga le cellule di epidermide e derma e le danneggi» spiega Celleno.

3

SI PARLA TANTO DI LUCE BLU: È DAVVERO COSÌ PERICOLOSA?

Gli studi sono ancora in corso, ma già si sa che può danneggiare gli occhi, che contribuisce a formare le rughe e a peggiorare le macchie scure, perché è dotata di un'alta energia che penetra in profondità nella pelle. I solari che proteggono meglio anche dalla luce blu hanno filtri ad ampio spettro (è indicato in etichetta) e antiossidanti come le vitamine C ed E, l'ectoina ed estratti dalla liquirizia. Per salvaguardare la vista e il contorno occhi da tutte le radiazioni, indossa sempre occhiali da sole con montature ampie, meglio se con le lenti polarizzate e con filtri UV.

1

VOGLIO PROTEGGERMI BENE, MA COME EVITARE QUEL VELO LASCIATO DALLE CREME CON SPF ALTO?

Stiamo parlando di una prerogativa dei filtri fisici di vecchia generazione. Quelli più nuovi, micronizzati, sono quasi impercettibili. «Un buon compromesso per avere una protezione alta ma invisibile sono i solari che combinano filtri fisici micronizzati e filtri fotostabili, come il mexoryl e il tinosorb, ben tollerati anche dalle pelli sensibili o con couperose» consiglia Leonardo Celleno, dermatologo e cosmetologo, presidente **AIDECO** (aideco.org).

4

SO CHE ALCUNI SOLARI HANNO EFFETTI NOCIVI PER L'AMBIENTE. QUALI SONO?

«Quelli che contengono parabeni, nanoparticelle, siliconi, microplastiche e altri ingredienti non biodegradabili, ma anche filtri chimici di vecchia generazione (benzofenone, octocrilene e octylmethoxycinnamate): tutte sostanze che possono danneggiare l'ecosistema marino» dice Mariuccia Bucci, dermatologa responsabile scientifico dell'Isplad (isplad.org). Attenta anche al pack: scegliilo riciclato e riciclabile e controlla in etichetta che i filtri fisici siano approvati da organismi autorevoli, come l'FDA americana.



Scelte che rispettano la natura

1. Crema Solare con estratto di papavero della California SPF 50+ di **L'Erbolario** (16,50 euro) è ricca di ingredienti naturali idratanti.
2. La formula di Capital Soleil Latte Solare Eco-sostenibile SPF 50+ di **Vichy** (24,99 euro, in farmacia) è biodegradabile al 94%.
3. Grazie a staminali vegetali di uva rossa, Latte Solare SPF 50+ di **Dermasensitive** (16,29 euro) contrasta la formazione di radicali liberi.
4. Pack ecosostenibile e formula con acqua termale lenitiva per Anthelios Latte Idratante SPF 50+ di **La Roche Posay** (26 euro, in farmacia).
5. Rispetta la salute della pelle e il mare, Crème Solaire Visage Anti-Rides SPF 50 di **Caudalie** (23,50 euro, in farmacia).
6. Arricchito con acido ialuronico, il Latte Solare Viso e Corpo SPF 30 di **Dermolab** (12,50 euro) idrata in profondità.
7. Waterlover Hydrating Sun Milk SPF 30 di **Biotherm** (29,77 euro) protegge e nutre. E il suo flacone è fatto con il 43% in meno di plastica.