


 BEAUTY
& BODY

In spiaggia, in piscina o al parco mentre ti alleni, intervengono una serie di fattori che rendono la pelle più esposta all'azione dannosa dei raggi. Le nuove formule anti-Uv però resistono a tutto, compresi salsedine, sudore e sabbia

Si fa presto a metterlo sotto accusa. Eppure il sole non è l'unico nemico da cui la pelle deve guardarsi in estate. Tanti sono infatti i fattori che possono compromettere l'equilibrio della cute rendendola più vulnerabile all'azione dannosa dei raggi e aumentando il rischio di scottature, eritemi e irritazioni.

sole

capi d'accusa

«L'estate è una stagione splendida, ma non per la pelle, che ogni giorno viene aggredita su molteplici fronti» commenta il professor [Leonardo Celleno](#), dermatologo a Roma e presidente [AIDECO](#), Associazione Italiana Dermatologia e Cosmetologia. «Non si deve dimenticare infatti che sono tanti i fattori, dall'acqua al sudore fino alla sabbia, che possono vanificare l'efficacia degli schermi solari, rendendola vulnerabile ed esposta a diversi rischi» conclude l'esperto.

il mix con il cloro

Spesso ci si dimentica che il cloro, potente agente chimico usato per disinfettare l'acqua delle piscine, non è del tutto innocuo per pelle e capelli. «Ha infatti una forte azione inaridente» commenta il dermatologo «che tuffo dopo tuffo altera l'equilibrio idrico già compromesso dal caldo e dal sole». Un solare non può impedire che il cloro "tocchi" la pelle ma può fare molto per mantenere a livelli ottimali il tasso di idratazione in modo da arginare la secchezza che mette a rischio anche la compattezza e l'intensità della tintarella. Gli ingredienti da cercare? Acido ialuronico, aloe, acqua termale, oli vegetali restitutivi.



& CO.

se ci si mettono anche nuvole e vento

Ci sono le nuvole? «È ormai assodato che il solare sia ugualmente necessario perché i raggi filtrano e scottano» commenta Celleno. Ma attenzione anche al vento. «Quando soffia aria fresca si rischia di stare al sole più del dovuto» continua l'esperto. Senza dimenticare che, dati alla mano, basta un quarto d'ora di vento perché l'idratazione della cute scenda del 12%. «Ecco perché il compito di un solare è sì proteggere, ma anche potenziare l'idratazione per compensare carenze idriche e mantenere ottimale il tasso di acqua, e di comfort, della cute» conclude Celleno.

1 Lichtena Latte Spray Nebulizzatore Spf 50+, facile da applicare in ogni punto del corpo, è resistente all'acqua, idratante, antiossidante e anti-eritema (farmacia, 26,90 euro). **2** Fino a 40 minuti di protezione in acqua con **Coola Ecolux Body Sun Screen Spf 30** con il gustoso aroma

di Piña Colada (www.coolasuncare.com, 39 euro). **3** Idrata, protegge anche dallo stress ossidativo e non unge **Botanical Sunscreen Natural Spray Spf 50 Australian Gold** (istituto, 32,60 euro). **4** Nutre e ammorbidisce come un olio secco, rinfresca e

con leggerezza protegge senza ungere **Virtu-Oil Body Mist Spf 30 Clinique** (profumeria, 30 euro). **5** Trasparente, resistente all'acqua, protegge anche la pelle umida, **Heliocare 360° Invisible Spray Spf 50+** (farmacia, 29 euro).



giugno 2019 • silhouette 149



quando si fa sport

Il messaggio è ormai stato recepito: anche muovendosi il sole scotta. Il grande popolo degli sportivi, oltre 20 milioni di italiani, sa quindi che mettersi il solare è d'obbligo quando si fa sport all'aperto. Ma deve essere quello giusto, «perché il sudore rischia di farlo colare se non è stato messo a punto in maniera specifica per l'attività fisica» commenta l'esperto. I solari in movimento?

Resistono a tutto, sudore, caldo e acqua adattandosi a qualsiasi attività, dalla camminata alla corsa, dal beach volley al tennis, dall'aquagym in piscina allo yoga in riva al mare. Senza farsi notare, regalando una piacevole sensazione di fresco e potenziando l'attività antiossidante, visto che raggi e attività fisica insieme moltiplicano i radicali liberi e accelerano l'invecchiamento.



- 1** Spray Invisibile Corpo Spf 50+ di Mediterranea, senza residui e anti-sabbia (www.mediterranea.it, 15,90 euro).
- 2** In confezione tascabile, Fusion Gel Sport Spf 50+ ISDIN, rinfrescante, si applica anche sulla pelle umida (farmacia, 24,90 euro).
- 3** Sol Caffè Verde Spray Solare Sportivo Spf 20 di Bottega Verde è un olio setoso resistente all'acqua e al sudore (www.bottegaverde.it 19,99 euro).
- 4** Uv-Bronze Mist Spf 50 di Filorga protegge il viso in ogni occasione, con uno schermo impalpabile rinfrescante (farmacia, 32,50 euro).
- 5** Fluido Sport Spf 50+ di Avène con pro-taurina per una protezione rinforzata contro lo stress ossidativo (farmacia, 22,50 euro).

Alberta Mascherpa

giugno 2019 • silhouette 151