

## Weekend al sole? Ci vuole una protezione alta



A cura di Alberta Mascherpa, Professor Leonardo Celleno

Aggiornato il 14/06/2019

Si apre la stagione dell'abbronzatura. Partire con il piede giusto è garanzia di un colorito impeccabile per tutta l'estate



Ci siamo finalmente. L'estate è arrivata e le quotazioni dell'abbronzatura cominciano a salire.

**ATTENZIONE PERÒ A NON SBAGLIARE LE MOSSE IN QUESTA PRIMA FASE.**

Scottarsi ora infatti provoca un danno che non è solo immediato ma si ripercuote nei mesi a venire perché impedisce alla pelle di conquistare una **tintarella** intensa e omogenea.

«Questo è il momento delle protezioni alte» conferma il professor Leonardo Celleno, dermatologo a Roma e presidente AIDECO, Associazione Italiana Dermatologia e Cosmetologia «che proteggono la pelle nel momento in cui è più fragile perché non ha ancora avuto tempo di sviluppare la melanina, la sua naturale protezione.

Gli Spf alti, per altro, non servono solo per le pelli chiare e reattive ma anche in tutte quelle situazioni in cui per varie ragioni l'aggressione dei raggi si fa più decisa: si usano quindi su una spiaggia bianchissima e in montagna vicino alla neve o a un ghiacciaio (entrambi riflettono i raggi e li rendono più pericolosi) ma anche in barca oppure quando ci si trova a fare sport nelle ore più centrali della giornata».

**E NON DIMENTICATE CHE LE PROTEZIONI ALTE SONO LO SCUDO PIÙ EFFICACE PER PREVENIRE RUGHE E MACCHIE SCURE.**

*Sfoggia la nostra gallery*