

Per chi ha giocato bene le proprie carte sin dall'inizio della stagione il premio è mostrare ora una tintarella dorata e omogenea. E adesso, nel cuore di un agosto rovente, è tempo di **fare qualcosa di più**: rendere il colorito più intenso ma anche più luminoso, vitale, duraturo per regalare il sogno di un'estate senza fine.

effetto cromato

È questo il momento ideale per l'olio solare, formula ad alto tasso di gradimento che conquista con la sua consistenza setosa, il suo tocco voluttuoso e avvolgente, la sua fragranza che diffonde vibrazioni estive. **Tutto senza dimenticare il gesto chiave della protezione** assicurata dalla presenza di filtri solari ad ampio spettro contro Uva, Uvb, infrarossi e spesso anche luce blu.

LE RAGIONI *del sì*

Sono tanti i motivi per scegliere un olio solare perché tante sono le particolarità che distinguono e rendono unica questa categoria di prodotti protettivi. La più immediata? Una consistenza leggera e al tempo stesso ricca, che scivola vellutata sulla pelle lasciandola morbidissima.

SPF SU MISURA

È vero sicuramente che esistono oli senza filtri, perfetti per "lucidare" la tintarella, ma è altrettanto vero che la gamma degli oli solari oggi copre tutte le esigenze di protezione. Partendo dagli SPF più alti come il 50 per arrivare a quelli medi e bassi. «Al di là della consistenza del solare, la scelta del fattore

protettivo è sempre una questione del tutto personale» precisa il professor Leonardo Celleno, dermatologo e presidente Aideo, Associazione italiana dermatologia e cosmetologia. «A indirizzarla è innanzitutto la risposta che la pelle dà ai raggi ma anche le condizioni più o meno intense di esposizione e il grado di abbronzatura già raggiunto. Tenendo sempre conto di una regola che non dovrebbe mai essere trascurata: anche la pelle scura non va mai esposta senza un filtro solare perché per quanto non si rischi più un eritema o una scottatura non sono trascurabili i danni profondi che un accumulo di radiazioni può provocare».

NUMERI A SCALARE

Un olio solare può quindi essere un alleato fedele per tutta l'estate. Scegliendolo nella versione con SPF 50 si ha la certezza di proteggere anche la pelle più chiara, sensibile e reattiva sotto il sole mentre si può optare per un SPF 30 nel caso ci si esponga nelle prime ore del mattino o in quelle della sera quando i raggi sono più "dolci" e meno pericolosi. Man mano che la pelle diventa scura si può progressivamente diminuire l'indice protettivo. «Il consiglio è in ogni caso quello di non scendere mai sotto il 15 per evitare che la cute si trovi esposta senza uno schermo che la protegga non tanto dai danni immediati quanto da quelli a lungo termine» commenta Celleno. E gli oli senza filtro? Non sono protettivi e sono quindi da riservare alle ore senza sole della sera o delle giornate in cui non ci si espone in maniera diretta.

FORMULE PASSE-PARTOUT

Per il corpo, a volte anche per il viso e per i capelli. Un ulteriore punto di forza degli oli solari sta nella versatilità di un prodotto davvero easy, capace di offrire una protezione a 360°, dalla testa ai piedi. La versione spray è la più pratica e veloce da utilizzare. «Con gli spruzzi, comunque, attenzione ad essere sempre generosi così da offrire la giusta protezione alla pelle» commenta Celleno.

CON ESTRATTI VEGETALI

Oli di argan, di monoï, di jojoba e di karité, di oliva e di dattero del deserto. Gli oli solari coniugano l'azione di protezione con quella di nutrimento offerta dall'alta percentuale di estratti vegetali presenti nella formula. Funzionano quindi solo per la pelle secca? «No, perché un apporto extra di nutrimento aiuta tutti i tipi di cute a preservare delicati equilibri alterati da caldo e sole» precisa.

TONO UNIFORME

Gli oli solari contengono spesso sostanze di derivazione naturale come l'olio di carota e il mallo di noce, la tirosina e la melanina vegetale capaci di stimolare la produzione del pigmento e di rendere quindi a poco a poco sempre più intensa la tintarella. E ammorbidendo la pelle evitano screpolature che compromettono l'uniformità del colorito.

Dopo lo skin cycling sbarca sui social l'hair cycling. La tendenza di cui tutti parlano consiste nell'**alternare i trattamenti di cura e bellezza per i capelli così da massimizzarne gli effetti**. Virale il video in cui la TikToker Kelsey Griffin racconta la sua routine che, **in base alle necessità**, può prevedere uno shampoo detox e un balsamo idratante, un detergente ultradelicato e una maschera rigenerante e così via.

cambio di routine

Niente di particolarmente nuovo a pensarci bene, dal momento che **dermatologi e tricologi suggeriscono da sempre di aggiornare la routine di cura in base alle diverse esigenze della chioma**. «Che si legano innanzitutto alle diverse tipologie di capello» commenta la dottoressa **Alessandra Vasselli**, cosmetologa **Aideco**, Associazione italiana dermatologia e cosmetologia.

MOMENTI CLOU

«Senza dimenticare che le **necessità del capello possono cambiare in base alla stagione**, come succede ad esempio in estate quando caldo, sole e sudore inaridiscono la chioma, ma anche in relazione a particolari fasi della vita come l'allattamento o la menopausa. **Situazioni che possono avere**

riflessi diretti sullo stato di salute della chioma e suggerire un cambio di passo nella scelta dei trattamenti» conclude l'esperta.

CON REGOLARITÀ

L'hair cycling può prevedere l'impiego di formule da non usare ad ogni lavaggio ma da programmare a cadenza regolare. È il caso dello scrub o di altri trattamenti purificanti e rinfrescanti per il cuoio capelluto che, grazie all'azione meccanica delle particelle esfolianti o di quella assorbente di sostanze come il carbone, eliminano le impurità che ostruendo i follicoli tolgono ossigeno e nutrimento ai bulbi indebolendo i capelli.



- 1** Framesi For-Me 218 Smooth Me Serum con estratti di alghe per un liscio morbido (salone, 23,50 euro).
- 2** Pantene Pro-V Olio Protezione Cheratina rigenera e rende i capelli più resistenti alla rottura (grande distribuzione, 5,99 euro).
- 3** Infuso con pompelmo ad azione rinfrescante Head&Shoulders Shampoo Pulizia Profonda Azione

Delicata (grande distribuzione, 5,99 euro). **4** Si usa prima dello shampoo per lenire il cuoio capelluto, René Furterer Astera Concentrato Lenitivo Freschezza (farmacia, 53,90 euro). **5** Con centrifugato di zenzero, aloe e vitamine KH Bio Shampoo Rinforzante Anticaduta (profumeria, socostore.it, 9,80 euro).

- 6** Formula altamente idratante con acido ialuronico e alga marina per Schwarzkopf Gliss Aqua Revive Siero (grande distribuzione, 7,99 euro).
- 7** Purificante Scalp Advanced Shampooing de L'Oréal Professionnel (salone, 22,60 euro).

Giulia Carpani

risultato finale Anche l'effetto finale che si vuole ottenere può condizionare la scelta dei prodotti. La proposta di soluzioni, dallo shampoo alle maschere, dai balsami fino alle formule da styling, viene incontro a ogni desiderio sia l'aggiungere volume, conquistare un aplomb impeccabile o al contrario dare corpo ai riccioli. Senza dimenticare esigenze legate a situazioni particolari come, ad esempio, l'attività fisica: il mix di sudore e sebo può essere irritante e richiedere l'uso di uno shampoo delicatissimo, lenitivo e rinfrescante.