



TI AMO, MA NON FARMI SOFFRIRE

LO SI DESIDERA PER MESI E, QUANDO ARRIVA, CI SI LASCIA ANDARE, SPESSO SENZA PENSARE ALLE CONSEGUENZE. **IL RAPPORTO TRA GLI ITALIANI E IL SOLE È CONTROVERSO: SI CONOSCONO I RISCHI DI UN'ESPOSIZIONE SCORRETTA, MA SI FA ANCORA POCO PER PREVENIRLI. ECCO DUNQUE GLI ERRORI DA EVITARE**

L'ESPERTO

Lo dottoressa **Corinna Rigoni**, specialista in dermatologia a Milano, è presidente e fondatrice di Ddi (Donne dermatologhe Italia). Si occupa di dermatologia clinica, con particolare attenzione alla dermocosmesi e alla dermatologia preventiva.



«**S**e il loro rapporto fosse una love story, sarebbe sicuramente quella di "Via col vento". Pur sapendo, infatti, di avere a che fare con un mascolone travestito da gentiluomo, lei preferisce ignorare l'avvertimento della mente, che l'invita a stare all'erta, e si arrende al piacere di una relazione senza troppe domande». Così sintetizza la dottoressa Corinna Rigoni il rapporto contrastato di odio e amore tra la pelle e il

sole. «L'aspetto caldo e smagliante del sole seduce infatti come il più affascinante dei playboy, dà gratificazioni immediate, ma prima o poi presenta il conto». Le ricerche ormai da anni evidenziano un paradosso: la popolazione è consapevole dei rischi che corre esponendosi senza un'adeguata protezione, ma **persevera nei suoi errori per pigrizia o perché convinta di abbronzarsi prima e meglio**. «È difficile sottrarsi al richiamo del sole, che scatena una scarica di endorfine in grado di procurare un gradevole stato di euforia e benessere. Un approccio frettoloso e impreparato» continua la dermatologa, «è però la migliore premessa per tornare dalle vacanze con la pelle infiammata e un colorito non uniforme». Per questo il professor Thierry Passeron, dermatologo del Centro ospedaliero universitario di Nizza (Francia), rac-

comanda un approccio in tre fasi per proteggersi contro i rischi dell'esposizione solare. Il primo passo è **controllare i nei regolarmente**, il secondo è **optare per una protezione ad ampio spettro e di qualità** e il terzo è **adottare scrupolosamente le regole per un'esposizione corretta**.

PREDICANO BENE, MA IN PRATICA...

Basterebbero queste semplici precauzioni, ribadiscono gli esperti, per evitare non solo una brutta tintarella, irregolare e a macchie, ma anche pericoli molto più seri. Il tumore della pelle è il più comune tra tutti i tipi di tumore ma, a differenza di altri, si può prevenire, dal momento che **il 90 per cento dei tumori della pelle sono causati dai raggi Uv**. Dalla fotografia scattata da una ricerca Ipsos per La Roche Posay, emerge che gli italiani non

raggiungono la sufficienza in materia di "educazione solare". Utilizzano protezioni medie (il 44 per cento sceglie un Spf 30), lo riapplicano tre volte durante l'esposizione (49 per cento), ma poi si dimenticano cappello e maglietta. Si crogiolano sotto il sole per più di quattro ore al giorno (57 per cento) e sempre più della metà si espone nelle ore più calde della giornata. «Rispetto al passato, esiste una maggiore consapevolezza dei rischi associati all'esposizione solare e della conseguente necessità di proteggersi» conferma l'esperta. «Tale consapevolezza **viene però percepita di più in relazione agli altri e sottostimata rispetto al rischio in prima persona**». Ecco gli errori più diffusi e i luoghi comuni da eliminare una volta per tutte, per decretare il lieto fine nella storia tormentata tra pelle e sole.



BROOKE SHIELDS
L'attrice statunitense, 52 anni, si protegge dal sole con cappello a tesa larga e occhiali.

1 PRIMA DI COMINCIARE A PRENDERE IL SOLE FACCIO SEMPRE QUALCHE LAMPADA ABBRONZANTE, CONTINUANDO ANCHE DOPO LE VACANZE, PER FISSARE MEGLIO IL COLORE

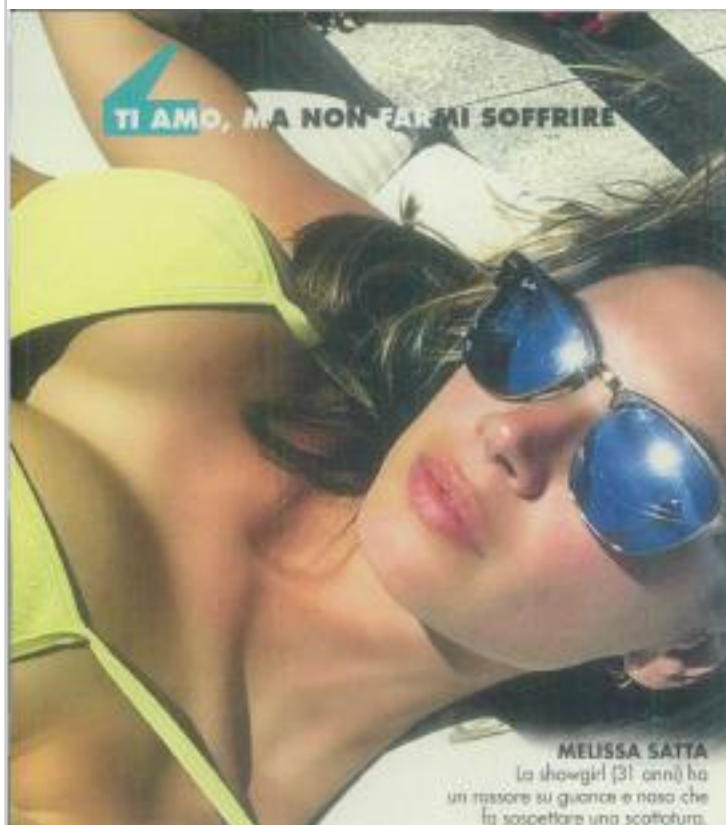
Lampade, lettini e docce solari non solo non attivano i processi naturali di difesa della pelle, ma stimolano la produzione di radicali liberi, favorendo un invecchiamento cutaneo precoce. Classificate dall'Organizzazione mondiale della sanità come cancerogene al pari delle sigarette, aumentano il rischio di tumori della pelle: il melanoma aumenta del 34 per cento nei giovanissimi che ne fanno largo uso e per questo in Europa le lampade sono vietate ai minori di 18 anni. Secondo uno studio pubblicato su *Jama Dermatology*, ogni anno vengono diagnosticati oltre 10 mila nuovi casi. Secondo l'indagine, gli adulti che fanno ricorso all'abbronzatura artificiale sono il 36 per cento (soprattutto donne), mentre tra gli studenti universitari la percentuale sale al 55 per cento. Poco meno di due adolescenti su 10 ne fanno uso.

2 SE UTILIZZO UN BUON SOLARE, POSSO STARE AL SOLE DI PIÙ

Nessun prodotto, neanche il più efficace, ha il potere di prolungare la durata dell'esposizione. Stare più tempo al sole vanifica l'effetto della protezione. L'abbronzatura è un fenomeno lungo e complesso: richiede circa una settimana di tempo e si ottiene anche a dosi inferiori a quelle che danno le scottature. La conseguenza potenziale di esposizioni solari brusche e intense, come quelle da weekend, che si evidenziano sulla pelle con eritemi e scottature, è la comparsa di basaliomi, il tipo di carcinoma della pelle più diffuso al mondo. Un'altra opinione dura a morire è che sia necessario prima scottarsi per poi abbronzarsi: l'abbronzatura che si ottiene con una fotoprotezione adeguata è più uniforme, si fissa e dura più a lungo. Al contrario, eritemi e ustioni eliminano lo strato più superficiale dell'epidermide, portandosi via anche la tintarella. Si quindi a un'esposizione graduale, che consente alla pelle di attivare le protezioni naturali di cui è dotata. I primi giorni sono sufficienti tre quarti d'ora di sole: oltre questo limite, le cellule della pelle sono sature e non producono altra melanina. Poi si può aumentare gradualmente, evitando sempre le ore centrali della giornata (dalle 12 alle 16, quando l'irraggiamento solare è all'apice dell'intensità) e riapplicando il solare più volte al giorno. La fotoprotezione deve essere mantenuta durante tutto il periodo di vacanza, anche dopo che la pelle ha raggiunto l'ambito colorito abbronzato.

3 IL SOLE SUL BALCONE DI CASA NON È PERICOLOSO COME QUELLO PRESO AL MARE

L'idea che il sole scotti solo in spiaggia è tanta antica quanto radicata. In queste situazioni spesso non ci si protegge, credendo che i raggi siano innocui. È falso. Le precauzioni da seguire sono sempre le stesse: se messe in pratica, riducono fino a quasi l'80 per cento i rischi di contrarre un tumore della pelle ed evitano l'invecchiamento precoce della pelle dovuto a un'esposizione selvaggia. Nel 2000 un gruppo di specialisti ha coniato il termine "inflamm-aging" in riferimento a uno stato infiammatorio della pelle che appare durante il processo di invecchiamento e annovererebbe, tra le sue cause, proprio un'esposizione solare non protetta.



MELISSA SATTÀ
La showgirl (31 anni) ha un massore su guance e naso che la sospettava una scottatura.

4 HO SCELTO IL PRODOTTO SOLARE SU CONSIGLIO DEL DERMATOLOGO, MA MI SONO SCOTTATO COMUNQUE

Forse il prodotto è stato applicato male o in dosi insufficienti. La dose raccomandata è di due milligrammi per centimetro quadrato di pelle, che corrispondono più o meno a nove cucchiaini da tè per tutto il corpo. Riducendo la quantità utilizzata, si riduce la capacità filtrante o schermante del prodotto, sia per gli Uvb sia per gli Uva. Per avere la protezione dichiarata sulla confezione, un tubetto o flacone di media grandezza (40 grammi) dovrebbe durare al massimo uno o due giorni. Il solare va distribuito uniformemente sulla pelle, ma non massaggiato fino a farlo sparire: è un prodotto destinato a restare sulla superficie cutanea. Deve essere applicato una ventina di minuti prima dell'esposizione e riapplicato nel corso della giornata: dopo due ore circa perde la sua capacità protettiva. Per lo stesso motivo è bene asciugarsi quando si esce dall'acqua e riapplicare subito la crema, anche se è resistente all'acqua.

5 COPRIRE I NEI CON UNO STICK CON SPF 50+ BASTA PER PROTEGGERMI DAI TUMORI DELLA PELLE

È sicuramente una misura molto utile: grazie alla formulazione grassa e compatta e al contenuto di vaselina e oli minerali, lo stick è la formulazione che si presta meglio all'utilizzo su piccole aree, come nei, cicatrici, tatuaggi. Chi presenta un'estesa mappatura di nevi deve tuttavia proteggere tutto il corpo con un prodotto adeguato, o meglio ancora evitare del tutto il sole. Monitorare periodicamente i propri nevi è un consiglio che vale invece per tutti. La visita dello specialista va eseguita ogni due o tre anni se non si hanno fattori di rischio, altrimenti una volta all'anno se si ha la pelle molto chiara, ci si scotta facilmente o appunto si hanno molti nevi. Per una visita accurata, la pelle non deve essere abbronzata: l'esposizione solare attiva i melanociti, anche quelli dei nevi, e ciò potrebbe portare a un'interpretazione sbagliata. Dopo l'estate quindi l'ideale è aspettare almeno un mese dalla scomparsa del colorito ambrato per andare dallo specialista.



GWYNETH PALTROW
L'attrice 44enne è molto attenta alla salute dei due figli e li protegge sempre nel modo più corretto.

6 PER I BAMBINI POSSO USARE LO STESSO PRODOTTO CHE USO PER ME, BASTA CHE ABBA UN FILTRO PROTETTIVO ELEVATO

Nei primi 18 anni di vita una scottatura grave raddoppia i rischi di tumore cutaneo in età matura, perché la pelle mantiene traccia di tutti i raggi ricevuti durante l'infanzia. La protezione è dunque d'obbligo, ma serve un prodotto specifico, testato sulla pelle dei piccoli, che è molto sensibile e più sottile di quella degli adulti e non ha ancora sviluppato un naturale sistema di difesa dai raggi ultravioletti. Il prodotto va applicato prima di uscire di casa e poi ogni due ore, anche se il cielo è nuvoloso e anche se la destinazione non è la spiaggia, ma il parco giochi, il campo da calcio o la gelateria. Bisogna prestare attenzione alle parti del corpo che rimangono scoperte, come la parte superiore della testa, l'attaccatura dei capelli, le orecchie, la fronte, le guance, il naso, le mani e i piedi, che devono essere sempre ben protetti. Il consiglio è di scegliere formulazioni rapide, a prova di "bambini in fuga", come gli spray che non vanno massaggiati oppure i pratici roll on che i piccoli possono maneggiare anche da soli.

GIUSY VERSACE

«Vivo al sole, ma non sono una lucertola. Preferisco stare in acqua»

CREDI CHE CI SIA UNA MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA SULLA NECESSITÀ DI PROTEGGERSI DAL SOLE?

«Ci sono sempre tanti fanatici della tintarella, ma la gente è molto più attenta perché i media continuano a sensibilizzare sui rischi che si corrono senza le protezioni. Una volta non era così, anch'io da ragazzina mi passavo solo l'olio senza alcuna protezione specifica. Siccome, fin da piccola, diventavo nerissima subito, pensavo fosse sufficiente».

COME TI COMPORTI QUANDO DEVI PRENDERE IL SOLE?

«Sono abituata a usare una protezione non tanto alta perché ho la pelle scura, mentre presto molta attenzione al viso per non avere macchie. Quando corro all'aperto sono un po' distratta, molte volte mi dimentico di usare il solare e so che sbaglio».

TI PIACE PRENDERE IL SOLE?

«Vivo al sole e sono abituata a quello del Sud. Il mio ragazzo è siciliano e ha la casa vicino a Taormina, io sono di Reggio Calabria e andiamo di frequente alle Isole Eolie. Ma non sono tanto una lucertola da spiaggia, preferisco stare in acqua».

SOTTO L'OMBRELLONE QUINDI NON VAI MAL...?

«Dipende se sono in compagnia o meno. Amo giocare con il pallone, in particolare a beach volley e gioca anche con la sabbia come i bambini. Se siamo solo in due, invece, mi piace anche leggere o fare la pennichella sotto l'ombrellone».

TI CAPITA DI FARE QUALCHE LAMPADA ABBRONZANTE?

«No, le ritengo nocive per la salute e non le trovo necessarie. Basta andare qualche weekend al mare e, se non è possibile, ci si può stendere al sole su un telo nei parchi cittadini, alcuni davvero bellissimi. Si risparmiano soldi e si preserva la salute».

APPLI LA CREMA PROTETTIVA ALMENO MEZZ'ORA PRIMA DI ESPORTI AL SOLE?

«No. Più che altro sto attenta a non usarla se la confezione è aperta da diversi mesi e applico il solare più volte al giorno. La uso anche nelle giornate nuvolose perché comunque idrata la pelle. Sono fissata con le creme protettive anche d'inverno. Uso molto quelle con il latte di mandorla perché mi piace il suo aroma».

PROTEGGI GLI OCCHI E I CAPELLI?

«I capelli non li sopporto, metto solo delle gocce per proteggere le punte. A fine estate poi vado dal parrucchiere e faccio un bel taglio per rinforzare la chioma. Mentre non faccio mai a meno degli occhiali da sole».

UTILIZZI IL DOPOSOLE, INDIPENDENTEMENTE DALLE SCOTTATURE O DALL'ARROSSAMENTO DELLA PELLE?

«Lo adopero tantissimo dopo la doccia a casa».

SEGUI UNA PARTICOLARE ALIMENTAZIONE IN SPIAGGIA?

«Di solito, ahimè, mangio poca frutta e d'inverno mi costringo a bere dei grandi frullati anche perché con gli allenamenti intensi a cui mi sottopongo ho bisogno di vitamine. Invece d'estate, mangio in spiaggia la frutta mista a pezzi. Tutta quella che non mangio d'inverno la consumo d'estate!».

Andrina Miceli

«Non amo le lampade e non le ritengo necessarie»

CAMPIONESSA CON LA TESTA E CON IL CUORE

Giusy Versace, 40 anni, è figlia di Alfredo, il cugino dei famosi stilisti Gianni e Donatella. Nel 2005 è stata vittima di un terribile incidente stradale che le ha tolto l'uso delle gambe. Prima atleta italiana a correre con amputazione bilaterale ai Campionati Europei Paralimpici dell'anno scorso, ha vinto la medaglia d'argento nei 200 metri e il bronzo nei 400, mentre alle Paralimpiadi di Rio 2016 è andata in finale nella gara dei 200. Ha scritto un'autobiografia "Con la testa e con il cuore si va ovunque", ha vinto la decima edizione di "Ballando con le stelle" e ha condotto in coppia con Alessandro Antinelli "La domenica sportiva". Dopo l'estate riprenderà la tournée dello spettacolo tratto dal suo libro.

TI AMO, MA NON FARMI SOFFRIRE

7 NON È IMPORTANTE CHE IL PRODOTTO SIA GRADEVOLE, L'IMPORTANTE È CHE FUNZIONI

Ricerche di mercato dimostrano invece che la "sensorialità" è fondamentale, perché incentiva all'utilizzo costante del solare. La gradevolezza è la capacità di un prodotto di suscitare sensazioni positive al momento dell'applicazione (grazie al colore, alla texture e alla profumazione), nonché di risultare pratico e semplice nella stesura. Oggi sono disponibili texture per ogni gusto ed esigenza: il gel che si applica anche sulla pelle bagnata, le formule effetto asciutto, che catturano le molecole di sebo e sudore per una sensazione di pelle pulita e non unto fino a nove ore, e lo spray a micro-diffusione, fine e leggero, che non necessita di massaggio e può essere applicato anche sopra il make up. Per gli sportivi ci sono i nuovi solari che, più il corpo suda e si surriscalda, più risultano efficaci nella protezione, grazie a speciali tecnologie dall'azione rinfrescante persistente.

8 QUANDO COMPRO UN SOLARE, CONTROLLO SOLO IL FATTORE PROTETTIVO

È fondamentale che il solare sia in grado di proteggere da quasi tutte le radiazioni ultraviolette che arrivano sulla Terra. Le radiazioni che compongono la luce solare, infatti, sono molteplici. I raggi Uva e Uvb costituiscono il 10 per cento: i primi sono quelli che regalano l'abbronzatura iniziale ma, penetrando in profondità, accelerano l'invecchiamento, mentre i secondi, responsabili della tintarella più intensa e della sintesi di vitamina D, provocano anche le scottature e gli eritemi. Il 45 per cento delle radiazioni solari è costituito dalla luce visibile: ha un riconosciuto effetto antidepressivo, ma allo stesso tempo causa un eccesso di radicali liberi, provocando fin negli strati più profondi una disfunzione cellulare che accelera l'invecchiamento. Infine i raggi infrarossi (il restante 45 per cento) procurano una piacevole sensazione di calore e benessere, ma causano disidratazione, dilatazione dei vasi sanguigni, insolazioni, colpi di calore. Inoltre riducono la compattezza e l'elasticità della pelle. La sigla Spf (Fattore di protezione solare) definisce solo la capacità protettiva del solare nei confronti delle radiazioni Uvb. È indispensabile cercare sulla confezione anche il simbolo Uva-Ip (indice di Protezione) o Fp (Fattore protettivo), che indicano che il solare è "ad ampio spettro".



MICHELLE HUNZIKER
Per i fototipi chiari come la presentatrice sizzana (40 anni), la crema solare ad alta protezione è assolutamente d'obbligo.

9 LE MACCHIE NON SONO UN PROBLEMA: SPARIRANNO DA SOLE ASSIEME ALL'ABBONZATURA

Direttamente correlate all'esposizione al sole e proporzionali alla quantità di raggi ricevuta, le macchie solari spuntano sulle zone più esposte, come il viso, il collo e il dorso delle mani e, una volta comparse, si possono attenuare solo ricorrendo a prodotti specifici ad azione depigmentante, come l'idrochinone o il rusciano (bloccando l'attività delle tirosinasi, gli enzimi contenuti nelle cellule cutanee che producono melanina, schiariscono le macchie e uniformano il colorito) o a metodiche di medicina estetica. Per evitare che si formino, è fondamentale applicare sempre prodotti con filtri protettivi quando si prende il sole: limitano la produzione di melanina indotta dai raggi solari, contrastando il peggioramento delle macchie già esistenti e prevenendo la comparsa di nuove.

GUIDA AGLI ACQUISTI

1 CUTE DIFESA E MENO GRASSA

Barièun Fluido Mat SPF50+ di Uriage è un fluido dalla texture leggera adatto alla pelle grassa e soggetto a zone lucide. Offre un'elevata protezione dai raggi Uvb/Uva e dai radicali liberi e, al contempo, grazie alle polveri opacizzanti, garantisce una finitura opaca in ogni situazione. In farmacia, 50 ml, 18,50 euro.

2 DELICATA COME LA PELLE DEI PIÙ PICCOLI

Spray SPF 50+ di Eau Thermale Avène ad altissima protezione per la pelle sensibile del bambino. Resistente all'acqua. In farmacia, 200 ml, 23,90 euro.

3 MAI PIÙ ALONI SUI VESTITI

Protect & Hydrate, Latte Solare Idratante di Nivea Sun è stato creato con una formula che lascia inalterata la sua capacità protettivo-idratante, ma in più protegge i capi dagli aloni indotti dai filtri Uv. Nella grande distribuzione, 200 ml, da 8,50 euro.



4 PROLUNGA L'ABBONZATURA

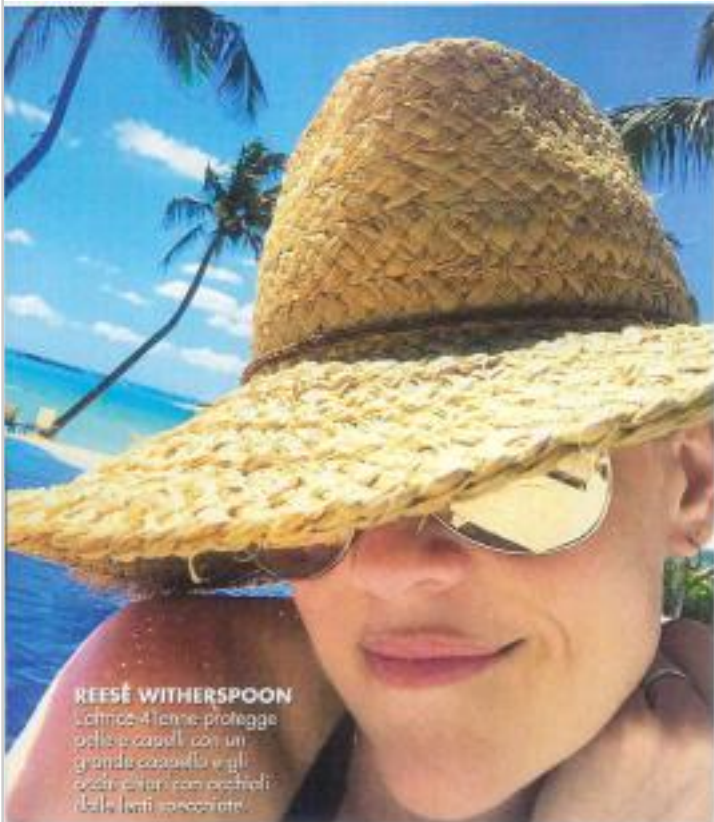
Per durare il più a lungo possibile l'abbronzatura grazie a un'iniezione idratante a base di Sale marino, legno di Sandalo e Olio di semi di Canapa. E ciò che promette Hemp Nation Sea Salt & Sandalwood di Australian Gold. In profumeria, 535 ml, 24,30 euro.

5 L'OLIO PER FOTOTIPI GIÀ SCURI

L'Olio Solare Ecobioologico SPF 6 di Omia protegge le pelli già scure, riducendo il rischio di allergie da filtro solare. È arricchito da una miscela pregiata di oli naturali e biologici tra cui l'olio di Argan, di Jojoba e di Sesamo. Nella grande distribuzione, spray da 200 ml, 13,90 euro.

6 SU MISURA PER IL VISO

La Crema Protettiva viso Dermosensitiv+ SPF 30, studiata per tutti i tipi di pelle, anche la più sensibile, offre la giusta idratazione durante l'esposizione al sole garantendo un'abbronzatura efficace e sicura. Nella grande distribuzione, 75 ml, 8,50 euro.



REESÉ WITHERSPOON
L'attimo è felice: protegge
pelle e capelli con un
grande cappello e gli
occhiali con occhiali
dalla luce polarizzata.

11 PER PROTEGGERE I CAPELLI BASTA UN CAPPELLO O UN FOULARD

È corretto, ma non sempre questi indumenti vengano indossati per tutto il periodo di esposizione solare. L'ideale è affiancare a questa protezione l'utilizzo di un cosmetico specifico, in olio, fluido o latte spray, perfetto per proteggere la chioma dai danni fotoindotti (secchezza, indebolimento, perdita del colore), rivestendo il fusto con una sottile guaina che protegge e mantiene il colore naturale dei capelli (evitando sbiadimenti e viraggi) e li ripara dalle radici alle punte. Si può utilizzare prima del bagno in mare o in piscina, come pellicola protettiva che impedisce a cloro e salsedine di depositarsi sulla cuticola, intaccandone il rivestimento naturale, ma anche dopo, sui capelli bagnati, per nutrirla e ristrutturarli, oppure asciutti, per metterli in piega e lucidarli. L'importante è sceglierlo con un elevato filtro antisolare: i raggi ultravioletti danneggiano la cheratina all'interno del capello, indebolendola. Dopo l'esposizione è bene sempre lavare i capelli scegliendo uno shampoo specifico che elimini i residui di salsedine, sabbia e cloro e svolga un'intensa ed efficace azione ristrutturante e idratante, proseguita e potenziata dall'utilizzo successivo di un balsamo o una maschera doposole.

10 SE USO UN FONDOTINTA COMPATTO ADATTO ALL'ESTATE, POSSO EVITARE DI APPLICARE LA CREMA SOLARE SUL VISO

È vero, ma solo se il prodotto è dotato di filtro solare: un comune prodotto di make up non funziona da scudo protettivo. I solari compatti hanno anche il vantaggio di mantenere la pelle idratata e protetta mentre ci si abbronzano, uniformando l'incarnato con una colorazione naturale. In alternativa ci sono solari studiati per il viso, trasparenti o leggermente colorati, che oltre a proteggere dal sole e migliorare l'aspetto del viso, fungono da vero e proprio trattamento cosmetico, prendendosi cura della pelle grazie ai pool di attivi contenuti. Ci sono formulazioni dedicate alle pelli grasse o impure, a tendenza acneica, altre per quelle più delicate, molto soffici o allergiche ai componenti chimici dei filtri solari, altre ancora che svolgano un'azione anti-età, prevenendo e riducendo le rughe.

12 IL DOPOSOLE SERVE SOLO A RINFRESCARE LA PELLE E CALMARE I FASTIDI DI UNA SCOTTATURA

Grazie a texture effetto ghiaccio e attivi lenitivi e rinfrescanti, il doposole riduce l'infiammazione indotta dai raggi Uv, disseta e dà un immediato sollievo alla pelle stressata dall'incontro con il sole. Ma svolge anche tante altre funzioni: ripristina il film idrolipidico di superficie e contrasta la disidratazione, restituendo alla pelle la quota d'acqua che ha perso a causa del sole e del caldo. Quelli a base di attivi antiossidanti combattono gli effetti del fotoinvecchiamento, come la comparsa precoce di rughe e macchie. Vanno applicati tutte le sere, anche in assenza di eritemi e pelle arrossata, proseguendo anche dopo il termine delle vacanze estive.

Roberta Camisasca

7 PREVIENE LE RUGHE

La Crema Solare Antirughe SPF30+ Yogiadisole di Helan previene i danni del sole con un sistema filtrante innovativo non solo per evitare le scottature, ma anche per ridurre il rischio di un precoce invecchiamento cutaneo. Specifica per viso, collo, décolleté e mani, è a base di olio di Noci e Melagrana. In farmacia ed erboristeria, 50 ml, 14,50 euro.

8 PROTEZIONE DI NEVI E CICATRICI

Della linea Defence Sun di Bionike, la Crema Minerale SPF30 è indicata a chi ha la pelle particolarmente intollerante oppure fragilizzata per trattamenti dermatologici recenti o ancora deve proteggere nevi e cicatrici. In farmacia, 100 ml, 21 euro.

9 CON BURRO DI KARITÉ

Ideale per le parti più sensibili di viso e corpo, come labbra, nevi e cicatrici, lo Stick SPF 50+ con burro di Karité di Mediterranean. In vendita su www.carli.com, 9 ml, 6,50 euro.



10 CAPELLI LEGGERI E LUMINOSI

L'Olio Capelli Protettivo Idratante di Cielo Alto con olio essenziale di Arancio amaro idrato e preserva il colore e la luminosità del capello, senza ungerlo o appesantirlo. I capelli risulteranno morbidi e ben pettinabili. In profumeria, 125 ml, 12,60 euro.

11 LO SPRAY PER GLI SPORTIVI

Riccati Sun System Transparent Spray Pocket 50+ è particolarmente indicato per accompagnare le attività sportive e dinamiche che si svolgono sotto il sole, grazie al formato spray che risulta comodo, pratico e trasportabile. Da applicare anche sulla pelle bagnata. In farmacia, 75 ml, 13,90 euro.

12 CALMANTE E RIGENERANTE

La Lozione Doposole di Loverso contiene oli biologici di Soia, semi di Girasole, noce di Cocco e burro di Karité, che nutrono la pelle e la proteggono. Aloe vera bio ed estratto di fiori di Calendola che donano una fresca idratazione. Nella grande distribuzione, 200 ml, 8,40 euro.