

## Consigli di BELLEZZA

# Dopo il sole nutrite la pelle con yogurt e miele

«Contro l'invecchiamento causato dal sole, utilizzate su viso, collo e scollatura una maschera che idrata la pelle, dopo il bagno di sole, preparata con un vasetto di yogurt e due cucchiaini di miele»



1) Protoplasmina Sun Care è un latte solare per capelli e pelle che protegge dagli effetti seccanti del sole. 2) Aloe Vera BioGel, grazie alle sue proprietà protettive, è indicato nei casi in cui la cute, sottoposta agli agenti esterni, necessita di un'azione lenitiva. 3) Il Trattamento Dopusole Superlenitivo Riparatore di Collistar assicura alle pelli più sensibili e reattive un immediato sollievo, e rende l'abbronzatura duratura. 4) Il Gel Dopusole Calmante di Equilibra contiene il 10% di Aloe vera, dalle proprietà lenitive e rinfrescanti. 5) Byotea Suntastic è una crema doposole rinfrescante e lenitiva per tutti i tipi di pelle. 6) Matis presenta Reponse Soleil, che è un gel rinfrescante doposole che calma la sensazione di bruciore dopo l'esposizione solare prolungata. 7) Per intervenire in modo tempestivo sulla pelle danneggiata, il Dopusole Omia è adatto



a ogni tipo di pelle. 8) Australian Gold consiglia Hemp Nation Sea Salt & Sandalwood, che è un prolungatore d'abbronzatura ideale per contrastare inquinamento e aggressioni ambientali. 9) Di Dermal sensitive è il Latte Spray Dopusole Lenitivo e Idratante adatto a tutti i tipi di pelle. 10) Hydrafresh Protect -3°C di L'Oreal è un gel doposole dissetante che dona una istantanea freschezza e una idratazione duratura.

### I NOSTRI CONSIGLI

**C**on le bustine usate di tè verde fate un impacco sulle scottature e, se vi è avanzato del tè, versatelo nella vasca da bagno, allungate con acqua tiepida e immergetevi.

- Una maschera doposole per il viso, rinfrescante, reidratante e antiradicali liberi si ottiene con la polpa di frutti di bosco spalmata sul viso.

- Se vi siete scottati tanto da non potere dormire, immergetevi nella vasca da bagno e unite all'acqua, mai calda, aceto di mele e sale grosso.

- Mettete delle fette di cetriolo in un colino sopra una ciotola: il succo che ne ricaverete è un ottimo tonico, lenitivo e reidratante, per la pelle arrossata del viso e del corpo.

**S**e vi siete arrostiti al sole per acquisire una tintarella invidiabile ma vi trovate "rossi e spellati come un peperone", ricordando la canzone *Il peperone* che Edoardo Vianello cantava nel 1965, dovete correre ai ripari. Per avere utili consigli ci siamo rivolti a una esperta di tutti i problemi di bellezza, la dottoressa Anadela Serra Visconti, specialista in medicina estetica e notissima ai telespettatori di *Unomattina* per le sue rubriche sempre molto seguite.

«Dottoressa Serra Visconti, come possiamo rimediare ai danni del sole?».

### «Reidratatevi dopo l'esposizione»

«Se avete la necessità di curare la pelle scottata, spellata e arrossata, consiglio di armarsi di pazienza e agevolare la guarigione con maschere casalinghe al cetriolo», risponde la dottoressa Serra Visconti. «Basta frullarlo e mettere il contenuto in un colino in modo da fare colare il liquido e tenere la polpa che utilizzerete da sola o amalgamandola con yogurt naturale. Poi distribuite la maschera sulle zone più doloranti e vedrete che in poco tempo riuscirete a risolvere i vostri problemi. Tuttavia, la pelle andrà poi curata al meglio perché il principale responsabile del suo invecchiamento cutaneo è il sole, che scatena i radicali liberi, e quindi non basta fare passare l'arrossatura. Raccomando di continuare a curare bene la pelle affinché non avvizzisca

precocemente».

«Che cosa suggerisce per scongiurare questa conseguenza?», chiediamo.

«Raccomando di non stancarsi mai di idratare la pelle del viso e del corpo», risponde la dottoressa Serra Visconti.

### «Una preziosa azione lenitiva»

«A chi è andato in ferie solo adesso consiglio di spruzzare il più spesso possibile sulla pelle acqua a temperatura ambiente. Inoltre consiglio di preparare uno spruzzatore riempiendolo con acqua a cui aggiungere una manciata di petali di geranio, che terrà lontano le zanzare. Dopo l'esposizione al sole, poi, suggerisco di non trascurare mai di reidratare la pelle».

«Per idratare al meglio la pelle che cosa consiglia?», domandiamo.

«Il miele è un alleato della pelle», assicura la dottoressa Serra Visconti. «È l'ideale per reidratare la pelle, per combattere l'invecchiamento da radicali liberi e in più procura subito una sensazione di freschezza e di sollievo. Prendete un vasetto di yogurt naturale e amalgamatelo con due cucchiaini di miele, poi distribuite questo composto in particolare sul viso, sul collo e sulla scollatura. Il miele è molto idratante e contiene vitamine anti-invecchiamento: non solo, disinfetta la pelle, ha un'azione antiacne, energizzante, lenitiva e ha la proprietà di trattenere i liquidi. Ecco perché è molto indicato in caso di scottature».

**S.O.**