

BELLEZZA

faccia a faccia CON IL SOLE

L'effetto sul buonumore è garantito: un tocco di colore accende l'incarnato e nasconde macchie, rughe e segni del tempo. Seguite la regola delle 2 P: Preparazione e Protezione

Fu Coco Chanel, di ritorno da una vacanza in Costa Azzurra, a lanciare la moda del viso abbronzato. Erano i primi anni Venti. Da allora, il viso ha cominciato un vero "faccia a faccia" con il sole: lo incontra tutti i giorni, tutto l'anno, diventando **la cartina tornasole delle sue virtù, ma anche dei suoi rischi**. Un'esposizione incosciente, infatti, lascia cicatrici indelebili: dalle rughe alle macchie, fino a rischi seri per la salute. Ben l'86% dei melanomi e il 90% degli altri tumori della pelle sono causati dal sole.

CON LE DOVUTE PRECAUZIONI

«La pelle del viso ha esigenze specifiche sotto il sole e corre rischi più alti quando si abbronzano», sottolinea la dottoressa Corinna Rigoni, presidente di Ddi (Donne dermatologhe Italia). «Come in certe tormentate love story, le donne, pur sapendo di avere a che fare con un interlocutore poco affidabile e un po' mascalzone, preferiscono ignorare gli avvertimenti degli specialisti della salute. Rapite dal lato smagliante, caldo e seduttore del sole, si arrendono al piacere di un rapporto privo di regole.

Eppure, se fossero meno frettolose e passive nel chiedere all'astro gratificazioni immediate, potrebbero costruire con lui un'alleanza indissolubile, come certi amori che non finiscono mai».

INVECCHIA LA PELLE

La tintarella regala un'aria di beatitudine a chi la indossa, per via della scarica di beta-endorfine, i neurotrasmettitori del benessere, che è in grado di procurare. **Ma il sole è anche uno dei maggiori responsabili del cosiddetto**

invecchiamento estrinseco, quello causato da fattori ambientali/comportamentali. **Più tempo si trascorre con lui senza le dovute precauzioni, più i segni d'invecchiamento anticipano la loro comparsa sul volto.** L'epidermide appare più ruvida, ispessita, opaca. I melanociti si raggruppano in ammassi che conferiscono alla pelle un colorito irregolare (macchie solari). Nel derma le fibre elastiche si degradano, le rughe aumentano e diventano più evidenti. ▶

BELLEZZA

le regole base

«Molti prodotti solari sono adatti sia al viso che al corpo», spiega la dottoressa. «Altri sono specifici per il volto, arricchiti di attivi antirughe, leviganti o uniformanti: acido ialuronico, allantoina e pantenolo per idratare, oli nutrienti per un'azione antiage globale, **estratti vegetali specifici per prevenire la comparsa di macchie e alterazioni del colorito**, attenuando le discromie già esistenti, acqua termale e aloe vera per le pelli più sensibili. **L'importante è che il prodotto sia ad alta protezione (Spf 30 o 50+), fotostabile, resistente ad acqua e sudore**», spiega la dottoressa. Va applicato prima di uscire di casa e poi ogni due ore e in caso di bagni in mare o piscina. E la sera si a un doposole dall'azione restitutiva e riparatrice.

CREMA SOLARE, QUESTA SCONOSCIUTA

Uno studio realizzato da La Roche-Posay in 23 Paesi rivela che le persone non sanno ancora come proteggersi. Come sottolinea Adam Friedman, professore di dermatologia alla George Washington School of Medicine and Health Sciences, «ci sono ancora molte lacune, anche sulla prevenzione». L'italiano risulta tra i meno informati. Si resta troppo tempo sotto il sole (57%), applicando il solare solo quando si superano le due ore (53%). Per fortuna più di 7 su 10 indossano gli occhiali da sole, ma pochi mettono un cappello.

non solo raggi UV

Da tempo sappiamo che lo spettro luminoso ha diverse componenti, ciascuna con un'azione specifica sulla pelle. I raggi Uva e Uvb costituiscono il 10%: i primi, penetrando in profondità, accelerano l'invecchiamento, i secondi sono responsabili di scottature ed eritemi. Il 45% è costituito dalla luce visibile: causa un eccesso di radicali liberi, provoca una disfunzione cellulare che accelera l'invecchiamento. Infine i raggi infrarossi (45%): danneggiano le fibre di elastina e collagene riducendo così elasticità e compattezza della pelle.

COMPATTI E STICK

Per migliorare l'aspetto di un viso invecchiato dal sole, proteggendolo allo stesso tempo durante le esposizioni, si possono usare i solari compatti, in crema o polvere, oppure le BB cream dotate di filtro protettivo: regalano un incarnato omogeneo e radioso, esaltano l'abbronzatura e, al contempo, minimizzano difetti e imperfezioni. «Per le zone più delicate come labbra, naso, zigomi e orecchie l'ideale sono gli stick compatti ad altissima protezione, perfetti anche per cicatrici, nei e tatuaggi», sottolinea la specialista. «Chi presenta un'estesa mappatura di nei deve tuttavia proteggere tutta la pelle, o meglio, evitare il sole».

azione globale e mirata

1 Crema Solare Viso Aloe Spf 50+ Equilibra è studiata per la protezione del viso: idrata, protegge, è antiossidante, rinfresca (grande distribuzione, 11,90 euro). **2 Rilastil Sun System Transparent Spray Pocket Spf 50+** è in formato tascabile, perfetto per le sportive e le viaggiatrici (farmacia, 13,90 euro). **3 Sun System Anthelios XL Gel La Roche-Posay** vanta la tecnologia wet skin: una texture che si fonde con l'acqua e forma un film idrofobico sulla pelle che non rende necessario asciugarsi

prima dell'applicazione (farmacia, 26,90 euro). **4 Trattamento Solare Ansietà Spf 50+ Eau Thermale Avène** svolge una doppia protezione: contro i danni del sole e contro i segni del tempo (farmacia, 23 euro). **5 Omia Latte Solare Viso e Corpo Spf 30** è indicato per persone con pelle chiara e sensibile. Contiene uno schermo fisico Uva e Uvb (grande distribuzione, 16,90 euro). **6 Adatto alle carnagioni più chiare, Bariésun Ultra-Light Fluid Spf 50+** di Uriage è ultra leggero,

dal tocco secco, ideale anche in caso di esposizioni intense. Protegge dai raggi solari e dai radicali liberi (farmacia, 14,90 euro). **7 Emulsione Spray Verativa Sole Spf 50 Speciasol** protegge e aiuta le pelli più sensibili a rispondere alle sollecitazioni del sole (erboristeria e farmacia, 23 euro). **8 Face Stick Zone Sensibili Spf 30 di Lancaster** è ideale per "ravvivare" la protezione in modo mirato e veloce. Tascabile e da borsa (profumeria, 28 euro).

Roberta Camisasca

