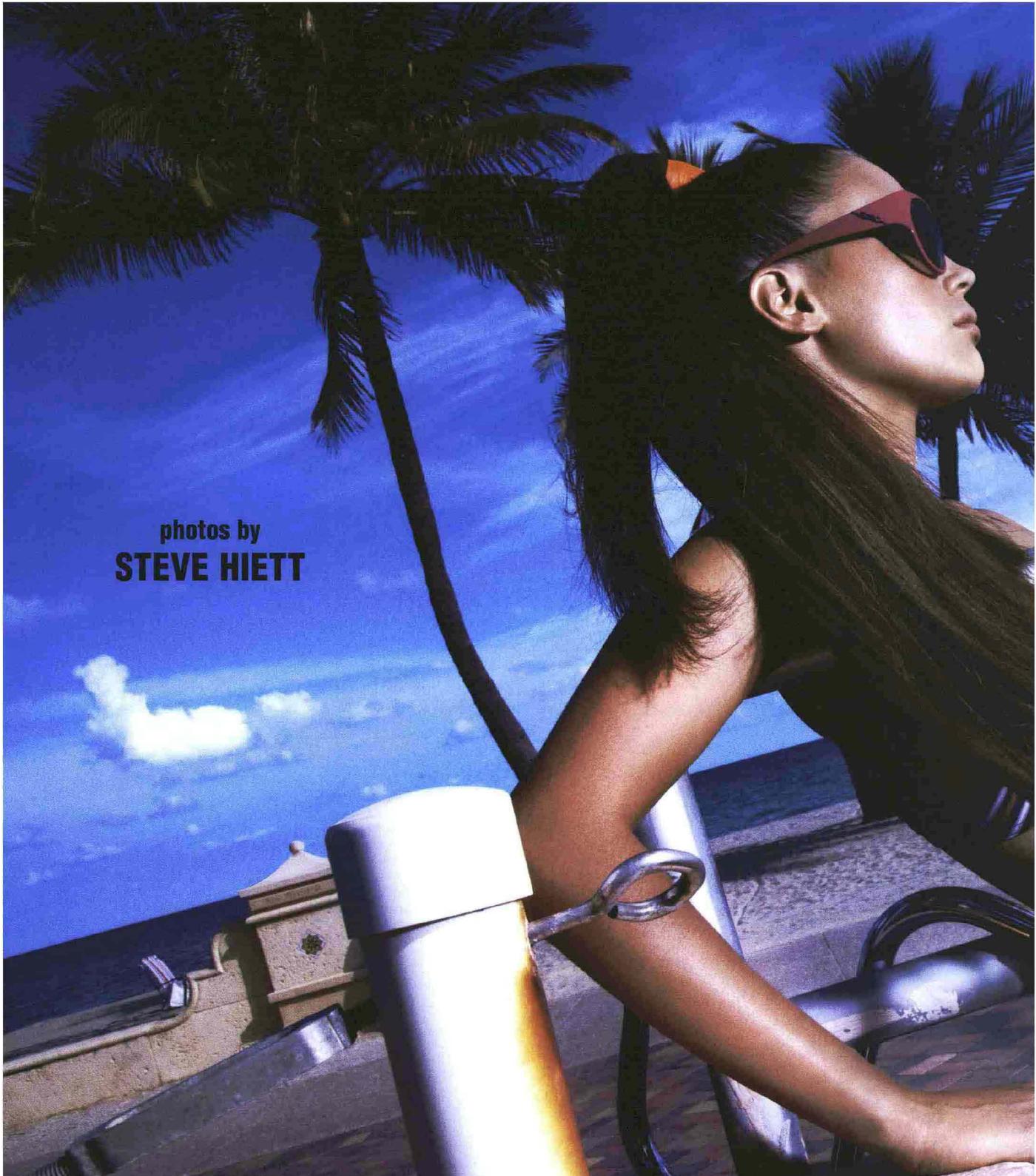
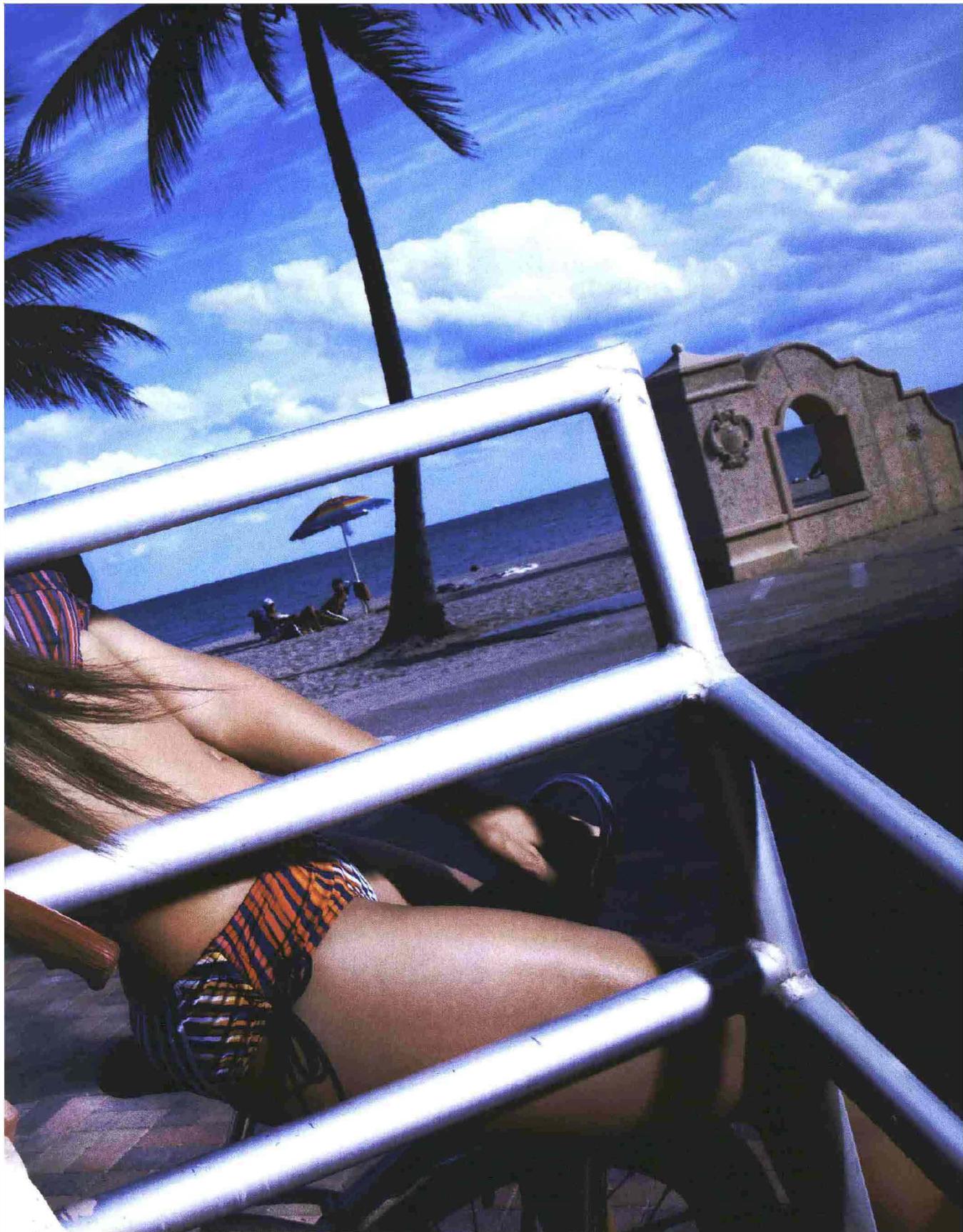


photos by  
**STEVE HIETT**



# In the sun!

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



**Start-up lento perché gli choc termici non fanno bene. Mai. Segue un beach code su misura. Dove, come e quando proteggersi con filtri specializzati. Percorsi pre-tanning con mix antiossidanti, gesti beauty iniziatici e integratori**

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



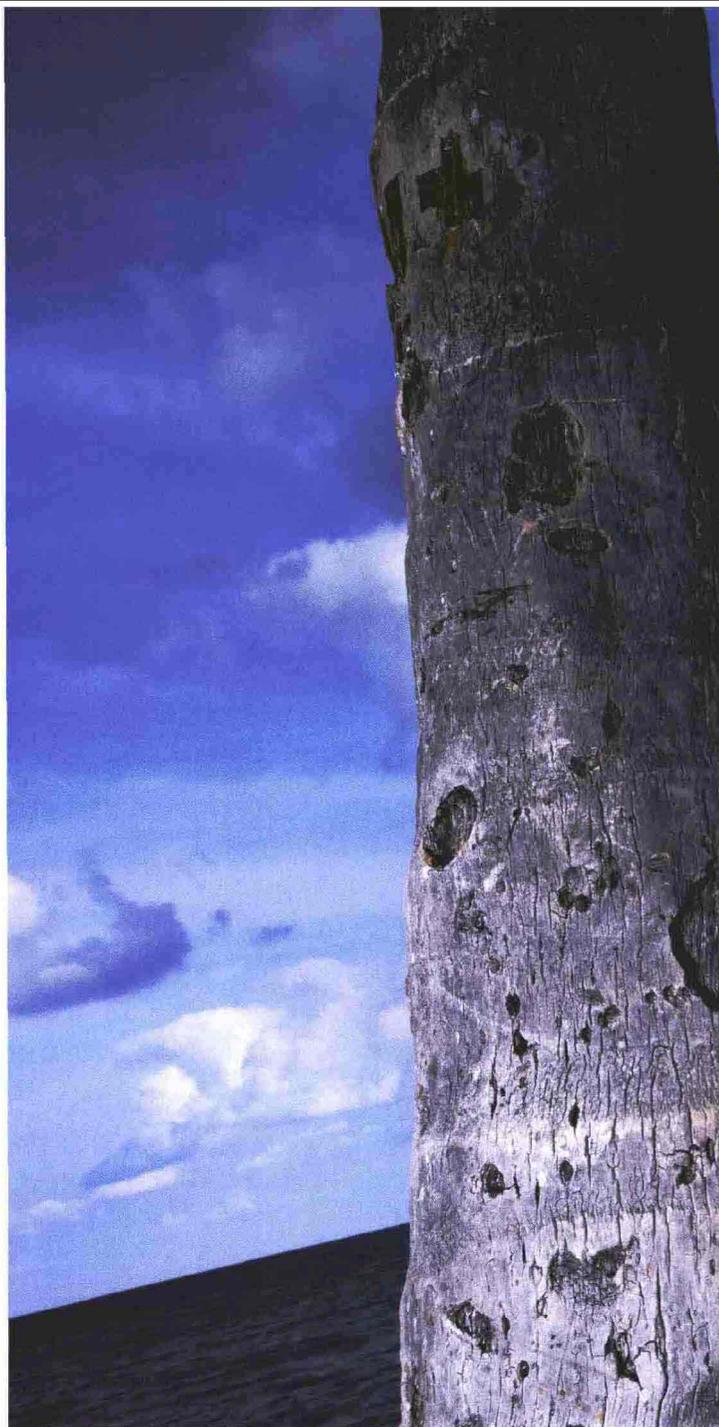
**NA TRADITORE: TRATTASI DI UNA PREDISPOSIZIONE DEL GENERE. CHE VUOLE LE DONNE PIÙ SOGGETTE A CRONO E PHOTO-AGING. LO AFFERMA UNO STUDIO**

**DELL'UNIVERSITÀ DI ATLANTA, CHE INDIVIDUA NEL MINOR NUMERO DI FOLLICOLI PILIFERI E GHIANDOLE SUDORIPARE IL MOTIVO DI QUESTA DISCRIMINAZIONE**

*«La pelle femminile è meno protetta dal sebo, efficace barriera che isola dai fattori esterni», sentenza **Magda Belmontesi**, dermatologa. «In più, c'è l'effetto del tempo: la caduta degli ormoni femminili toglie elasticità e compattezza». Dopo la cattiva notizia, quella buona: abbiamo il know-how per difenderci e dobbiamo farlo. Tanto più in estate, quando il sole elargisce a piene mani i suoi raggi. E se gli Uva, subdolamente, senza orari né stagioni penetrano in profondità fino al derma, inducendo il photo-aging, gli Uvb, più sfacciati, mandano in tilt il sistema epidermico (con o senza filtri), facendo esplodere a fior di pelle eritemi e scottature.*

**UNO SKINCARE PROPEDEUTICO** all'esposizione solare prevede una detersione delicata la sera, un soin solare di auto-difesa, meglio con antiossidanti, e un'idratazione extra. Senza trascurare la dieta. «Si può partire da un tanning menù, che migliori la tonicità dei vasi capillari, messi a dura prova dal caldo, e insieme renda più compatta l'epidermide», dice Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano. «Via libera a frutti di bosco, albicocche, agrumi, ricchi di bioflavonoidi; mai rinunciare alla vitamina C, che interviene nella produzione del collagene, proteina strutturale della pelle, e agli omega 3, quelli del pesce azzurro e dei frutti oleosi, fondamentali per l'idratazione cutanea».

**OLTRE AL CLASSICO SOLARE** La detersione richiede massima delicatezza quando si ha in agenda un weekend al mare. «Per non impoverire la barriera di naturale protezione cutanea, meglio specialità non schiumogene, perché i tensioattivi rendono la cute più indifesa», aggiunge Di Pietro. La battaglia anti-Uv prevede poi un dispiego di forze che vanno al di là del semplice solare. «L'imperativo emerso negli ultimi congressi è non trascurare gli antiossidanti topici», sottolinea Belmontesi. «L'applicazione di sieri/creme a base di acido lipoico, acido L-ascorbico, vitamina C, o floretina (molto efficace) deve rientrare nella routine quotidiana. Da stendere prima di uscire, perché i normali filtri protettivi non bloccano la formazione di radicali liberi indotta dal sole». Indossato il bikini, nei primi giorni serve una protezione medio-alta, l'unica in grado di salvaguardare salute/bellezza cutanea e dare alla pelle il tempo per difendersi e per auto-produrre melanina. «Obbligatorio rinnovare la stesura ogni due ore, specialmente su viso, collo e décolleté, dove la pelle è più sottile ed esposta tutto l'anno, risentendo di più dell'effetto cumulativo degli Uva», conclude l'esperta.



**CHI FA SPORT** all'aria aperta può allenare anche la pelle, beneficiando di una somministrazione graduale dei raggi solari. Gli accorgimenti? Mai dimenticare la protezione, anche se il sole non si vede, e diversificare le specialità: sulle gambe, textures più leggere con principi lenitivi e rinfrescanti per proteggere i capillari; su naso e contorno labbra, uno stick ad alta protezione. Attenzione in caso di riverberi e a non lesinare mai sulle quantità se si nuota o si fanno sport acquatici. Anche se il mix sole + movimento (3 volte la settimana) è un trainer eccezionale che rimette subito in forma. Specie se lo si abbina strategicamente sulle zone critiche (leggi: cosce e glutei) a un soin solare arricchito di principi snellenti, che il calore potenzia e rende efficaci. Chicca Belloni



Sulla pelle che diventerà dorata e very velvet: Crème Solaire Corps Spf 30 Dior Bronze di Dior, con attivi anti-ago che riducono del 100% i segni di sofferenza cellulare al sole; prosegue la sua protezione per 24 ore full time. Costume a triangolo con motivi floreali, Yamamay. Occhiali Givenchy by Riccardo Tisci. In apertura. Bikini rigato, Triumph. Occhiali Marc by Marc Jacobs.

www.ecostampa.it

#### SEDUTE PRE-SUN

*TI REGALA UN PIACEVOLE EFFETTO AMBRATO SENZA METTERE PIEDE IN SPIAGGIA. È IL TRATTAMENTO BELLA E ABBRONZATA SENZA SOLE DI CLARINS. NIENTE LAMPADE, CHE STRESSANO LA PELLE (IN FRANCIA SONO VIETATE AGLI UNDER 18), MA ESCLUSIVE FORMULE AUTOABBRONZANTI. DOPO UN'ESFOLIAZIONE COMPLETA, L'ESTETISTA ESEGUE UN MASSAGGIO A VISO E CORPO MENTRE APPLICA FLUIDI AUTOABBRONZANTI CHE IDRATANO A FONDO E REGALANO L'ABBRONZATURA DORATA E LUMINOSA DELLE PRIME GIORNATE ESTIVE. INF. CLARINS.COM. SI CONCENTRA SU VISO E DÉCOLLETÉ IL*

*TRATTAMENTO DI PREPARAZIONE DELLA MAISON DE BEAUTÉ CARITA. SI COMINCIA CON UNA DETERSIONE SUPERDELICATA DI EAU LACTÉE, LATTE DECONGESTIONANTE E SOFT ADDOLCENTE; SEGUE UN MASSAGGIO RELAX E L'APPLICAZIONE DI IDEAL DOUCEUR MASQUE DE COTON, UNA MASCHERA RINFRESCANTE E LENITIVA. CLOU DEL TRATTAMENTO? SI CHIAMA RÉNOVATEUR ED È UN MIX ESFOLIANTE E OSSIGENANTE DI OLI ESSENZIALI E SEMI DI GIRASOLE CHE PREPARA LA PELLE A UN COLORITO UNIFORME E LUMINOSO. DOPO LA MASCHERA DETOSSINANTE, SI PROCEDE CON IL SÉRUM PRÉPARATEUR DE BRONZAGE, PER ATTIVARE LA SINTESI DI MELANINA,*

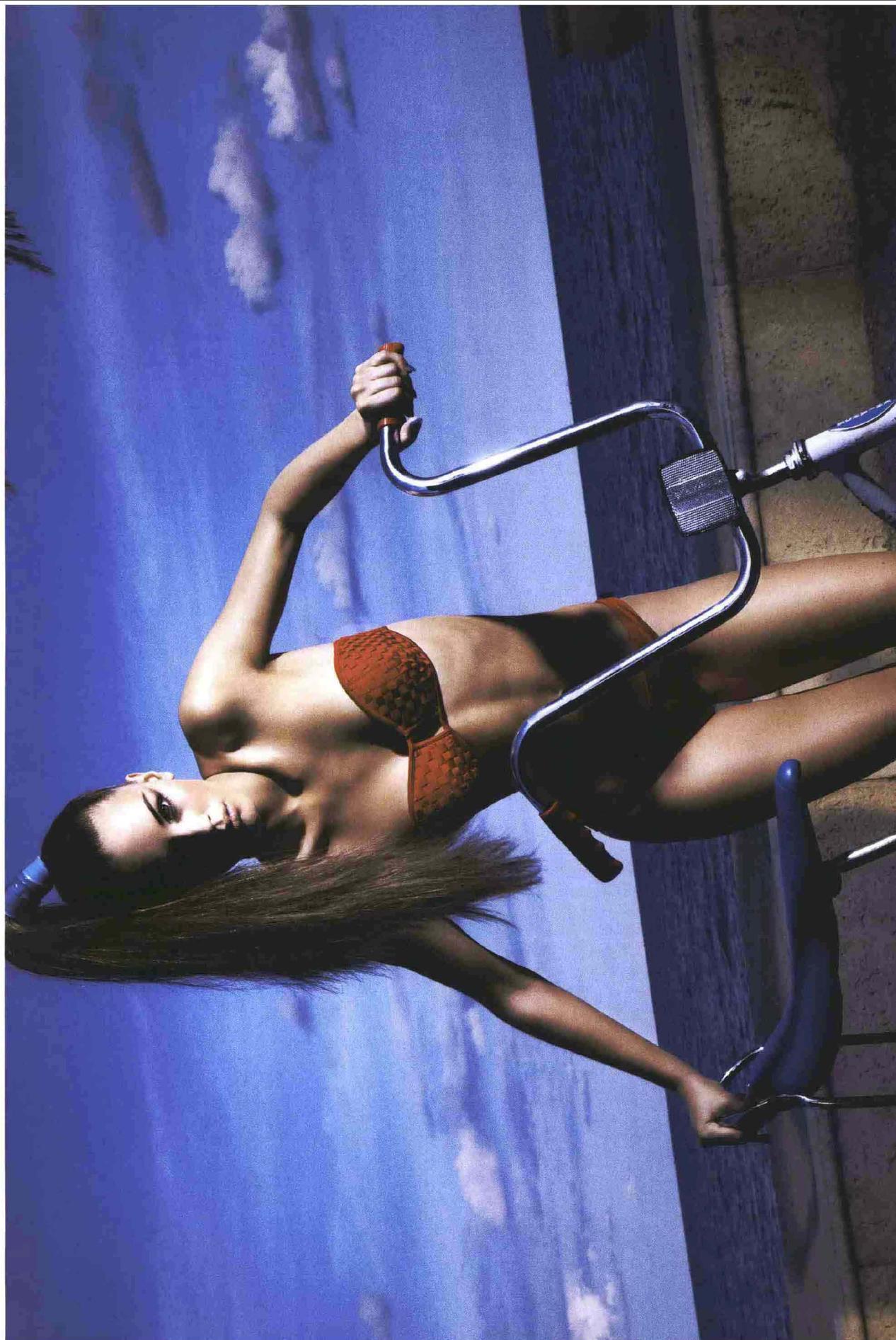
*E SI CONCLUDE CON CRÈME TEINTÉE AUTO-BRONZANTE SPF 8. INF. CARITA.COM. SOLO DAL DERMATOLOGO SI PREPARA IL VISO ALL'OVERDOSE DI SOLE CON IL PICOTAGE, TERAPIA DI COMPETENZA MEDICO-ESTETICA: RESTITUISCE COMPATTEZZA E IDRATAZIONE. «SI EFFETTUANO MICRO-PUNTURE SU VISO, COLLO E DÉCOLLETÉ CON ACIDO IALURONICO, CHE RICHIAMA ACQUA E RISVEGLIA I FIBROBLASTI, CELLULE CHE PRODUCONO COLLAGENE ED ELASTINA. SI TRATTA DI UN BIOLIFTING CHE POTENZIA I MECCANISMI DI AUTODIFESA DELLA CUTE», SPIEGA ANTONINO DI PIETRO. L'EFFETTO FINALE? LA PELLE, PIÙ LUMINOSA E SODA, SARÀ PRONTA A REGGERE L'IMPATTO CON IL SOLE. C.B.*

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



Protegge e rimodella la silhouette in sole due settimane con un complex di escina e caffeina: è **Trattamento Solare Snellente Spt 15** di Somatoline Cosmetic. Oltre a garantire un colorito omogeneo e duraturo senza rischi, favorisce il drenaggio e lo scioglimento delle adiposità localizzate. In più, dati clinici alla mano, rassoda e tonifica di oltre il 24%. Bikini con nodi, John Richmond Beachwear. Nella pagina accanto. Oltre a una formula sport water-resistant per il corpo, è d'obbligo un soin solare protettivo anche del dna cellulare per il viso. Un nome? Sun Age Control Spt 30 di Lancaster, arricchito con un pool antiossidante di ingredienti vegetali e attivi anti-età come l'estratto di soia. Costume con reggisenò a fascia, Parah.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

**D**a una parte, l'istintivo bisogno di consegnarsi finalmente al sole e all'aria aperta senza troppi indugi. Dall'altra, un pizzico di disorientamento alimentato dal coro di dermatologi che, soprattutto oltreoceano, ammoniscono di cercare l'ombra. Negli States, infatti, i solari sono considerati "medical devices", cioè farmaci da banco, e, secondo la Food and Drug administration, vanno utilizzati sulle zone del corpo che rimangono esposte dopo essere state coperte con magliette, cappelli, occhiali. Ma c'è di più: gli stessi esperti consigliano di rimanervi il più possibile, all'ombra, utilizzando i filtri solari come un aiuto ulteriore per proteggersi dai potenziali danni degli Uv, sia da quelli immediati, come eritemi e scottature (appannaggio degli Uvb), sia da quelli di là da venire e favoriti dagli Uva, come il melanoma, la più grave tra le forme cancerogene della pelle. «In Italia, ogni anno si registrano circa settemila morti a causa di questo tumore, e i nuovi casi sono cresciuti del 15 per cento rispetto a dieci anni fa. Sempre nel nostro paese, si contano in media 200mila nuovi casi l'anno di basiliomi indotti dagli Uv, che distruggono i tessuti coinvolti», dice il dermatologo Giovanni Leone, responsabile del Servizio di fotodermatologia dell'Istituto dermatologico San Gallicano, IRCCS, di Roma. Nonostante tutto questo, in poche (giustamente) rinunciano a quel meraviglioso make-up naturale che è l'abbronzatura. Che rende tutte più sensuali, stempera le imperfezioni (a patto ovviamente che il colorito sia uniforme, omogeneo e luminoso) e fa anche sembrare, ammettiamo,

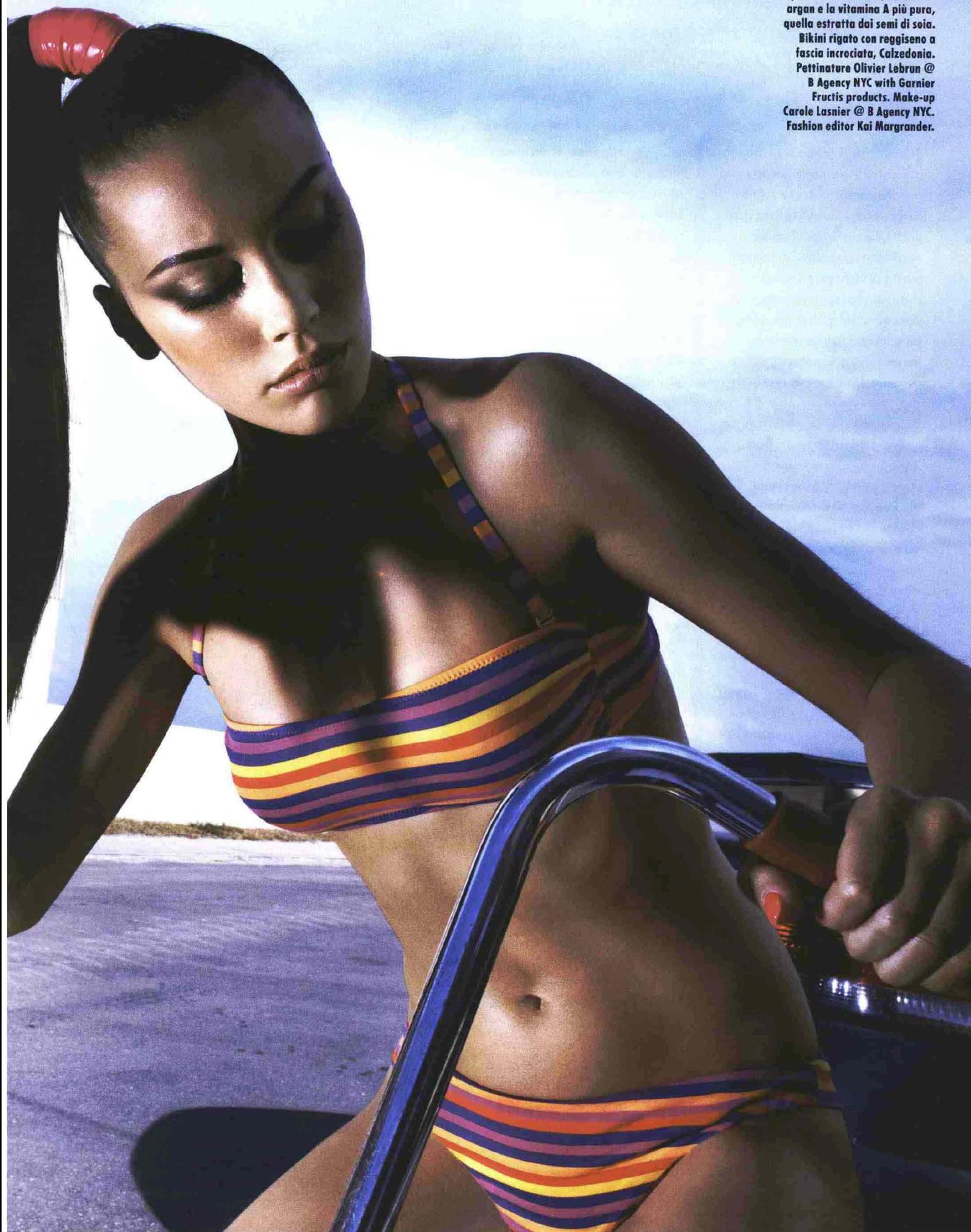
**Very dangerous! Quando gli Uva e gli Uvb danno il peggio, si va ben oltre la banale scottatura. Ma tutti abbiamo bisogno di sole, ogni giorno. Cosa significa, allora, tenere sotto controllo un'esposizione?**

più magre. Così, sebbene la tintarella estrema e selvaggia sia decisamente out, molte continuano a preferire corpi e visi ambrati, modello Jennifer Lopez o Jessica Alba, alle carnagioni madreperlate per dodici mesi l'anno insegue dalla maggior parte delle regine dello showbiz, vedi Nicole Kidman, Cate Blanchett o Scarlett Johansson. «Godersi il sole a dosi moderate fa certamente bene: mantiene il capitale osseo, stimola il buonumore grazie al rilascio di endorfine endogene come la serotonina e, soprattutto, innesca la sintesi di vitamina D, sulla cui efficacia anticancro a livello di organi interni esiste ormai una discreta letteratura scientifica. E nulla riesce a stimolare la vitamina D come il sole», precisa ancora Leone. Dunque, sole sì o no? «È semplicemente una questione di misura e di corretta gestione: per stimolare la quantità di vitamina D necessaria all'organismo, bastano venti/trenta minuti di esposizione di circa il dieci per cento del corpo, indossando una normale mise estiva, meglio di prima mattina, quando il sole non è potente», aggiunge il dermatologo Leonardo Celleno, direttore del Centro di ricerche cosmetologiche dell'Università cattolica di Roma. Poi, per abbronzarsi, valgono le ormai ben note precauzioni: «Gradualità nei tempi di esposizione, mai nelle ore centrali della giornata e sempre con una protezione solare adatta al proprio fototipo, tenendo presente la location, quindi anche l'ambiente climatico ed eventuali superfici riflettenti: neve, acqua, sabbia», ricorda Celleno. Claudia Bortolato



Resiste all'acqua e fornisce idratazione non-stop Fluido Sole Spf 20 di L'Erbolario, con olio di argan e la vitamina A più pura, quella estratta dai semi di soia.

Bikini rigato con reggiseno a fascia incrociata, Calzedonia.  
Pettinature Olivier Lebrun @ B Agency NYC with Garnier Fructis products. Make-up Carole Lasnier @ B Agency NYC. Fashion editor Kai Margrander.

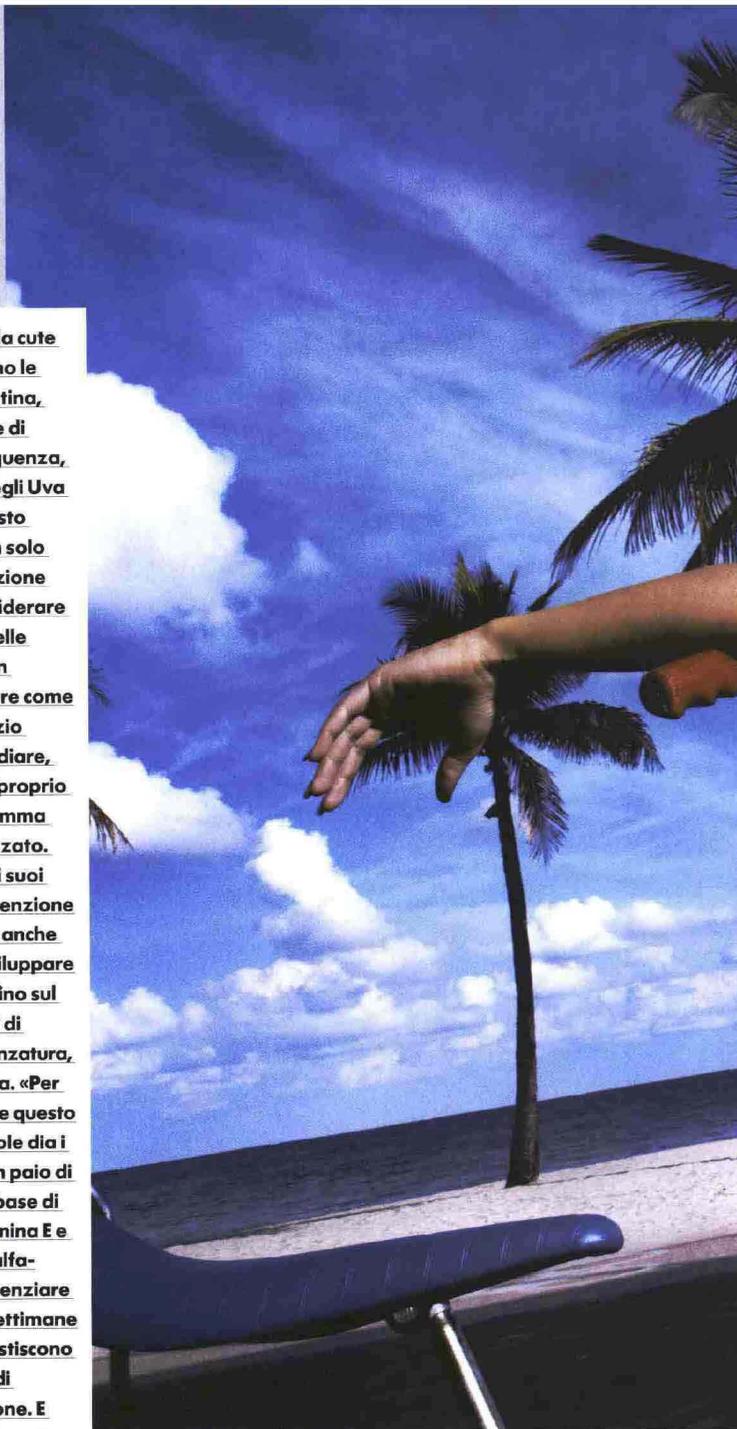


Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

## **a** A.A. Abbronzatura cercasi. Con i dermo-coach: formule pre-sole con antiossidanti, nutricosmetici effetto filtro e solari bodyguard. Per un colorito couture

Soprattutto il primo sole, quello che entra in empatia con la pelle ancora immacolata: di solito succede in primavera. È da quel primo incontro che si possono verificare i peggiori danni dal punto di vista estetico. «Gli choc termici, sempre frequenti per colpa del global warming, alterando il film idrolipidico diminuiscono le naturali difese cutanee. Un'aggressione forte che, se avviene su una pelle impreparata al sole e oltretutto provata da fattori esterni di varia natura, come smog e stress, non fa che essere ancor più grave», dice il dermatologo Giovanni Leone. Così, se lo start-up è una barriera cutanea impoverita, i raggi non fanno altro che favorire l'aging e sviluppare/peggiorare diversi inestetismi, come secchezza, ispessimenti, couperose e macchie cutanee. «Senza le dovute accortezze e le giuste protezioni solari, che devono essere specifiche se si soffre di un particolare disturbo dermico, la situazione precipita. Per esempio, la couperose può solo acutizzarsi, rendersi più visibile con quel cocktail micidiale fatto di raggi Uv e repentini sbalzi caldo/freddo», aggiunge l'esperto. Anche le macchie solari trovano terreno fertile nelle prime esposizioni. «In questo caso, il rischio maggiore è quello dell'imprudenza, che induce a usare protezioni troppo basse o, peggio ancora, creme senza filtri, con profumi e altre sostanze foto-sensibilizzanti. Tutto fomentato dall'illusione che il sole di tarda primavera sia meno aggressivo di quello di piena estate», ricorda Celleno. Senza sottovalutare il rischio più classico, quello innescato dagli

Uva, che, raggiungendo la cute in profondità, distruggono le fibre di collagene ed elastina, favorendo la formazione di radicali liberi e, di conseguenza, il photo-aging. I danni degli Uva sono cumulativi. Per questo è importante dosare non solo i tempi e i modi di esposizione nell'immediato, ma considerare il bilancio complessivo delle precedenti esposizioni. In sostanza, valutare sempre come e quanto esporsi dall'inizio di primavera in poi. E studiare, magari con i consigli del proprio dermatologo, un programma di protezione personalizzato. Un'attenzione che darà i suoi frutti non solo nella prevenzione di problematiche future, anche gravi (vedi il rischio di sviluppare tumori cutanei), ma persino sul fronte estetico in termini di colore, durata dell'abbronzatura, bellezza e salute cutanea. «Per fare in modo, dunque, che questo faticoso incontro pelle/sole dia i suoi frutti migliori, si a un paio di settimane di skincare a base di antiossidanti, leggi vitamina E e C, coenzima Q10, acido alfa-lipoico, glutatone, e potenziare il tutto con un ciclo di 3 settimane di integratori, che irrobustiscono e prevengono problemi di sensibilità», consiglia Leone. E abbondare con le dosi durante l'esposizione. «La dose minima necessaria a ogni stesura è di 2 mg per 2 cm di pelle, cioè la quantità adeguata affinché il prodotto sia distribuito in uno strato abbastanza spesso e omogeneo. È bene ripetere l'applicazione ogni due ore e dopo ogni bagno, anche se il soin si dichiara water-resistant. Nessun solare è in grado di rimanere perfetto dopo una nuotata», ricorda Leone. C.Bo.



### IL RITUALE DEL DOPO

**AL TRAMONTO** Stressata dal sole, la sera la pelle reclama dolcezza. Da assicurare con una deterzione delicata seguita da una dose extra di after sun. «La funzione del doposole è lenire, decongestionare e ripristinare il film idrolipidico, impoverito dall'esposizione e i frequenti bagni in mare. Persino frenare l'aging con attivi antiossidanti e vitaminici, concentrati in sieri corpo e maschere patch di tessuto, da alternare a fluidicreme», dice Celleno.  
**TOO MUCH** Il troppo sole non implica solo semplici scottature, si possono verificare microustioni, eritemi, per non dire rischi di infezioni. Quando la lesione è più ampia, anche il rimedio deve essere più specifico. Come Foille Sole Spray: formulato con benzocaina, è un anestetico locale in grado di alleviare prurito, dolore, bruciore; dopo la stesura, è bene coprire con una garza per un paio di giorni.



Primo del sole, si è un sell-ton  
corpo, Parfetto Cocca Magica  
Corpo-Gamba di Collistar, o base  
di Dna Rapid, che, mentre dona  
un colorito naturo, idrata con olio  
vero e vitamina E. Bikini stampa  
animalier, Blumarine Beachwear.

HOW TO DO: COME  
CONQUISTARE UNA  
ALLURE DORATA  
E PROTEGGERE  
LA PELLE. CON UN  
LIFESTYLE CHE  
FA LA DIFFERENZA.  
COME COSTRUIRSI  
UNA "BASE SOLIDA"  
DI TINTARELLA E  
VIVERE DI RENDITA  
ALL SUMMER LONG.  
AZZERANDO I RISCHI

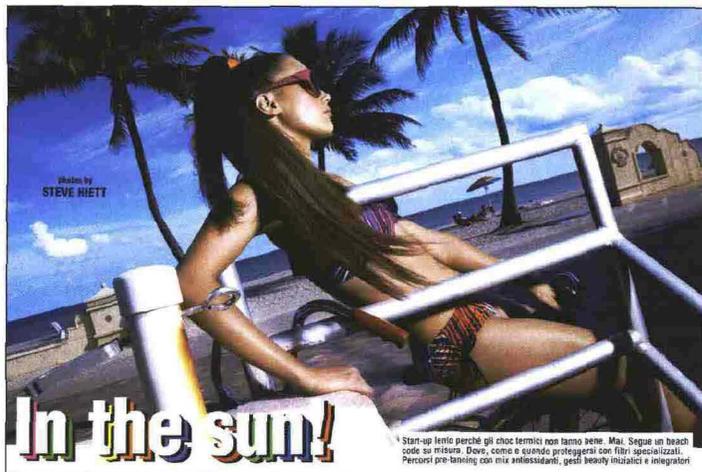
**TEMPISMO** Si calcola che la melanina, prima protezione della pelle, inizi ad affiorare solamente dopo 48 ore dalla prima esposizione. Si adottino quindi i debiti provvedimenti. Ovvero, non esporsi mai oltre 20 minuti daily e farlo negli orari consigliati, almeno nei primi giorni di mare. Aumentare progressivamente, arrivando a 3-4 ore di sole ogni giorno. Tenendo presente sempre il proprio fototipo; se ci si attesta su I e II (quello che corrisponde a occhi chiari, capelli biondi/rossi), il livello di rischio è alto.

**LOCATION** Ai tropici, in barca e in alta quota, oltre a scegliere i filtri più alti, indossare indumenti protettivi e cappelli a falda larga, oltre ovviamente agli immancabili occhiali da sole.

**FARMACI** Attenzione ai fototossici, cioè antibiotici, psoraleni,

diuretici. Ma anche a profumi e deodoranti, che, a rischio allergie, andrebbero sospesi. La pillola contraccettiva? Basta un super schermo ad ampia protezione, per viso e décolleté.

**LAMPADE** Quella indotta artificialmente non è un'abbronzatura foto-protettiva. Quindi, oltre a non abusare dei solarium (che aumentano sensibilmente l'aging), al sole applicare in ogni caso un prodotto con uno schermo protettivo adeguato. Claudia Bortolato



### IN THE SUN! (da pag.84 a 93)

START-UP LENTO PERCHÉ GLI SHOCK TERMICI NON FANNO BENE. MAI. SEGUE UN BEACH-CODE SU MISURA. DOVE, COME E QUANDO PROTEGGERSI CON FILTRI SPECIALIZZATI. PERCORSI PRE-TANNING CON MIX ANTIOSSIDANTI, GESTI BEAUTY INIZIATICI E INTEGRATORI.

Dna traditore: trattasi di una predisposizione del genere che vuole le donne più soggette a crono e photo-aging. Lo afferma uno studio dell'università di Atlanta che individua nel minor numero di follicoli piliferi e ghiandole sudoripare il motivo di questa discriminazione. «La pelle femminile è meno protetta dal sebo, efficace barriera che isola dai fattori esterni», sentenzia **Magda Belmontesi**, dermatologa. «In più, c'è l'effetto del tempo: la caduta degli ormoni femminili toglie elasticità e compattezza». Dopo la cattiva notizia, quella buona: abbiamo il know how per difenderci e dobbiamo farlo. Tanto più in estate, quando il sole elargisce a piene mani i suoi raggi. E se gli Uva, subdolamente senza orari né stagioni, penetrano in profondità fino al derma, inducendo il photo-aging, i secondi, più sfacciati, mandano in tilt il sistema epidermico (con o senza filtri), facendo esplodere a fior di pelle eritemi e scottature. Uno skin care propedeutico all'esposizione solare prevede una detersione delicata la sera, un soin solare di autodifesa, meglio con antiossidanti, e un'idratazione extra. Senza trascurare la dieta. «Si può partire da un tanning menù, che migliori la tonicità dei vasi capillari, messi a dura prova dal caldo, e insieme renda più compatta l'epidermide», dice Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano.

Da sinistra, in senso orario. Perfetto per le pelli che si abbronzano facilmente: **SUBLIME TAN SOIN SOLAIRE ANTI-AGE CORPS SPF 15** di Eisenberg idrata e mantiene l'elasticità della pelle con acido ialuronico, estratto di edelweiss e bisabolo. Un soin leggendario che diventa un solare: **EIGHT HOUR CREAM SUN DEFENCE FOR FACE SPF 50** di Elizabeth Arden combatte eritemi, scottature e segni precoci di invecchiamento. **SUN SYSTEM CON PRO-DNA COMPLEX SPF 15** di Rilastil è un'emulsione dalla texture leggera che si posa come un velo per proteggere anche la pelle più delicata dall'invecchiamento cellulare precoce. L'olio di argan e la vitamina E arricchiscono la formula, resistente all'acqua, di **FLUIDOSOLE PER IL VISO & PER IL CORPO AD AZIONE ANTITEMPO SPF 20** di L'Erbolario.

Proteggere le labbra sotto i raggi è un must: **SPF 35 TARGETED PROTECTION STICK** di Clinique è perfetto sia per il mare che per l'alta quota grazie alla sua consistenza ricca. **CREMA GEL EFFETTO GHIACCIO** di Dermalol rinfresca la pelle del corpo durante l'esposizione grazie al mentil-lattato; la sua formula ricca in burro di karité ed estratto di malva, svolge inoltre un'efficace azione antiossidante. Dedicato a chi ama l'abbronzatura intensa: **LATTE SPRAY SUPERABBRONZANTE IDRATANTE SPF 10** di Collistar vanta tra le sue qualità un'estrema praticità durante la stesura grazie alla consistenza leggera e a una formula all'avanguardia. Nel caso in cui i raggi del sole colgano impreparati è fondamentale dare un sollievo immediato alla pelle colpita dall'eritema con una specialità come **FOILLE SOLE SPRAY CUTANEO** di Sanofi Aventis: la soluzione medicinale ha principi attivi analgesici e antisettici. La formula di **SOLAR EXPERTISE SENSITIVE LATTE CORPO ANTI-ETÀ PELLI SENSIBILI IP 50** di L'Oréal Paris contiene la protezione avanzata Mexoryl XL ma anche un filtro minerale riflettente per proteggere dai danni del sole le pelli più sensibili. **SPRAY ALLERGY SPF 15 PROTEZIONE MEDIA** di Piz Buin rinforza la capacità dell'epidermide di resistere ai raggi solari grazie al complesso anti-ossidante Calmanelle. Per prepararsi in anticipo all'esposizione sempre utili e talvolta indispensabili gli integratori come **CAROSOLE CAPSULE VEGETALI** di Erbea che mixa le proprietà degli estratti secchi di carota, tagete, acerola e semi d'uva al beta-carotene. Un toccasana per combattere il danno ossidativo provocato dai radicali liberi: **SUNLEYA MINIMIZING SUN CARE SPF 15** di Sisley è per eccellenza la crema specifica per viso, collo e décolleté: minimizza l'aging cutaneo foto-indotto e assicura un colore luminoso e duraturo. Still-life Pietro Scordo. E.P.B.

