

Crea GRATIS la tua Vetrina su GuidaSicilia.it *(Fai sapere anche se Consegni a Domicilio)*



guidasicilia

ACCEDI | REGISTRATI

ACQUISTI IN CITTÀ

Offerte, affari del giorno, imprese e professionisti, tutti della tua città

Cerca il tuo comune



Cerca anche in provincia di **AGRIGENTO** **CALTANISSETTA** **CATANIA** **ENNA** **MESSINA** **PALERMO** **RAGUSA** **SIRACUSA** **TRAPANI**

vai a SHOPPING

vai a MAGAZINE

Per un'abbronzatura perfetta, evitando le scottature...

Dalle giuste creme ad una corretta idratazione: le 5 regole per un'abbronzatura senza rischi

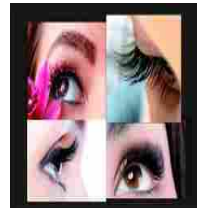
02 LUGLIO 2020



- Hai un'attività che vuoi rendere visibile? Fallo ora gratuitamente - [CLICCA QUI](#)

Una bella abbronzatura in estate è l'obiettivo di ogni amante della spiaggia e del mare che ogni anno è in cerca di segreti efficaci per una tintarella bronzea, duratura e brillante.

Per raggiungere tale obiettivo e al tempo stesso evitare problematiche cutanee, ecco i consigli di esperti e dermatologi su cosa occorre conoscere prima di esporsi ai raggi solari e per sapere quali sono le regole principali per un'abbronzatura senza rischi.



Percorso per Qualifica di LASHMAKER (Il professionista delle Ciglia) Sicilia Catania Istituti di bellezza

proposto da Beauty Image Group Soc. Coop.
Catania



L'ACIDO MANDELICO Istituti di bellezza

Crea GRATIS la tua Vetrina su GuidaSicilia.it

Gratis per sempre
(Fai sapere anche se Consegni a Domicilio)

AZIENDE CONSIGLIATE



Profumeria Incandela Gaetano
"Cosmetici, prodotti di bellezza e di igiene"
Bagheria (Palermo)



Joshua Cult Hair Designer S.a.s
"Istituti di bellezza"
Palermo



DIVA PARRUCCHIERI DI VITALE GIUSEPPE
"Estetiste"
Caltanissetta



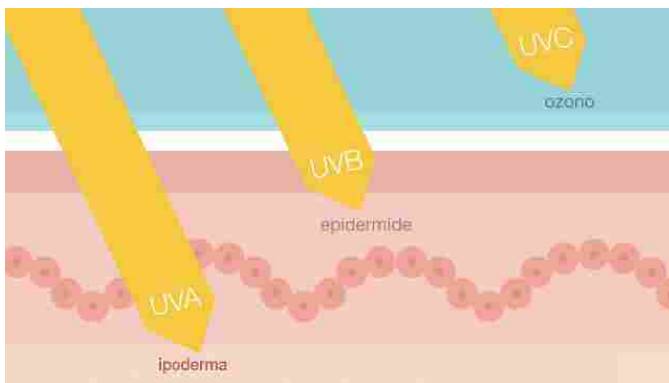
Star Beauty di Angela Ingrassia
"Alimenti dietetici e macrobiotici - vendita al dettaglio"
Palermo



• [Stai cercando cosmetici e protezioni solari? Trova il punto vendita più vicino a te - CLICCA QUI](#)

È quanto emerge da uno studio di In a Bottle (www.inabottle.it) condotto su un panel di oltre 30 esperti tra dermatologi e medici per sondare quali siano i consigli per un'abbronzatura perfetta.

Esistono due diverse tipologie di raggi ultravioletti legati alle problematiche cutanee. La prima riguarda i raggi ultravioletti B, responsabili dell'eritema e della scottatura, presenti nel nostro clima continentale soprattutto nelle ore centrali della giornata, maggiormente in estate, e che non passano attraverso il vetro.

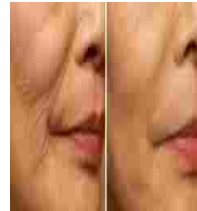


I raggi ultravioletti A, invece, non sono schermati dal vetro e sono responsabili della pigmentazione, quindi sia dell'abbronzatura che del fotoinvecchiamento e delle lesioni che possono diventare precancerose per quanto riguarda la componente epidermica dei cheratinociti. Questi sono presenti nell'arco di tutta la giornata e anche in inverno. I danni causati da eritemi e scottature sono dovuti all'esposizione di una pelle, esposta in modo aggressivo e senza protezione alla radiazione solare.

Quali sono i sintomi principali di una scottatura?



proposto da Beauty Image Group Soc. Coop
Catania



TRATTAMENTO COSMETICO RUGHE (D'URTO)

Istituti di bellezza

proposto da Beauty Image Group Soc. Coop
Catania



LIVE IN PEEL STRATEGY Emulsione

Crema idratanti viso

proposto da Oasi Benessere Day spa
Palermo

4,06 €



MAKE UP L'OREAL

Cosmetici

proposto da PEPEROSA PROFUMERIE

Barcellona Pozzo di Gotto (Messina)



occhiali da sole Max&Co MO0003/S

Occhiali da sole

proposto da Ottica Caruso

La Perla di Venere di Viviana Coppola "Benessere - pranoterapia" Palermo

SETTORI IN EVIDENZA

- > Costumi da bagno e moda mare
- > Cosmetici, prodotti di bellezza e di igiene
- > Istituti di bellezza
- > Medici specialisti - dermatologia e malattie veneree
- > Estetiste

CATEGORIE IN EVIDENZA

- > Cosmetici
- > Creme idratanti viso
- > Occhiali da sole

- [Stai cercando un medico dermatologo? Trova lo specialista più vicino a te - CLICCA QUI](#)

"L'eritema solare si manifesta attraverso la comparsa di micro papulette arrossate, soprattutto sul petto e sul dorso, per poi diventare scottature di primo grado con un arrossamento o di secondo grado con la comparsa di vesciche e bolle che vanno a seccarsi ed a formare un'escoriazione" afferma [Magda Belmontesi](#), medico chirurgo specializzato in Dermatologia.

"Le scottature solari ripetute - continua la dottoressa Belmontesi - da un lato accelerano i processi d'invecchiamento, dall'altro favoriscono la comparsa di lesioni precancerose della pelle."



- [Scopri i migliori cosmetici e prodotti abbronzanti in commercio - CLICCA QUI](#)

Occorre precisare che l'azione del sole non riguarda solo lo stare al mare o in montagna, ma è legata a tutto l'arco dell'anno, in particolare durante il periodo estivo. A livello preventivo è possibile lavorare su due fronti: da un lato attraverso l'utilizzo di una protezione solare inizialmente alta, per poi scalarla gradualmente nell'arco del tempo, che consente alla pelle di adattarsi al sole.



Dall'altro grazie all'uso di integratori fotoprotettivi, prescritti dal medico di famiglia e iniziando l'applicazione tre settimane prima dell'esposizione solare, qualora si siano già riscontrate problematiche di tipo cutaneo o si abbia una pelle particolarmente chiara o irritabile.

La prevenzione è facile e non mette a rischio l'abbronzatura: essa sarà graduale per cui la pelle non sarà ustionata, non compariranno macchie, verrà favorita la creazione progressiva di melanina, il nostro pigmento

Palermo

119,00 €

nonché prima fotoprotezione naturale della pelle, e si avrà un'abbronzatura più marcata, uniforme e prematura.



L'idratazione è importantissima, sia a livello cutaneo sia legato all'assunzione sistemica, anche per prevenire i cosiddetti colpi di sole o di calore, quest'ultimi dovuti all'eccessiva esposizione di infrarossi in ambienti surriscaldati anche se all'ombra a cui i bambini, con un sistema di termo regolamentazione ancora molto labile, sono maggiormente esposti.

"Per questo è consigliato bere molto, possibilmente bevande non gasate e zuccherate come spremute di frutta, the freddo e soprattutto acqua, in particolare quelle integrate con sali minerali" afferma la dott.ssa Belmontesi.



Inoltre coloro che trascorrono la maggior parte della giornata all'aperto e mangiano fuori, non devono dimenticarsi che con temperature elevate è importante consumare cibi leggeri come insalata, frutta, pesce leggero, yogurt. Tutto ciò consente il giusto apporto di sali minerali e antiossidanti, non affatica l'apparato digestivo e non accentua le problematiche dovute al calore.

LE 5 REGOLE PER UN'ABBRONZATURA SENZA RISCHI



1. Assumere integratori fotoprotettivi per tutto il periodo estivo, non solo in vacanza o poco prima di iniziare ad andare in spiaggia.
2. Utilizzare creme con protezioni alte anche se si ha una pelle particolarmente scura, per poi scalare lentamente. Per una buona abbronzatura è consigliabile non scendere mai al di sotto della protezione 30 o 15, a seconda dell'unità di misura.
3. Ripetere l'applicazione della crema solare durante tutto l'arco della giornata, non solo all'inizio ma ogni 4-5 ore. Esistono creme solari che durano anche mentre si sta in acqua, tuttavia è opportuno, durante la giornata, fare una doccia con acqua dolce per poi riapplicare la protezione solare con la pelle asciutta.
4. Evitare l'esposizione solare nelle ore più calde e non sostare in luoghi troppo riscaldati.
5. Utilizzare sempre il doposole: non è un optional, ma è indispensabile per un effetto idratante, decongestionante, lenitivo, rinfrescante. Una pelle che ha subito le cosiddette "botte di sole" ha bisogno di ricompensare subito l'azione protettiva. Inoltre più la pelle viene tenuta idratata, più l'abbronzatura sarà duratura e luminosa.

TAGS: [Abbronzatura](#) [Creme abbronzanti](#) [Benessere](#) [Spiagge](#) [Sole](#)
[Idratazione](#)

Condividi, commenta, parla ai tuoi amici.

02 LUGLIO 2020



Commenti: 0

Ordina per [Meno recenti](#)

Aggiungi un commento...

Plug-in Commenti di Facebook

TI POTREBBERO INTERESSARE ANCHE