

🕒 23/06/2016

[BENESSERE E SALUTE](#) [PREVENZIONE](#) [SOLE](#) [PREPARA IL VISO AL SOLE](#)

Prepara la tua pelle al sole

Tutto quello che devi sapere (e fare) per prepararti al sole e avere una tintarella uniforme e duratura



di Maria Gabriella

[Di Russo](#)

f CONDIVIDI

🐦 TWEET

p PIN

✉ E-MAIL

I PIÙ LETTI



Getty

Alle vacanze ti manca ancora qualche settimana? **Perfetto, perché così hai tutto il tempo per preparare la tua pelle prima di**

esporti al sole. Questo è un passaggio fondamentale per ottenere una abbronzatura perfetta, senza macchie e senza spellature.

Parti con l'esfoliazione della pelle del viso

La pelle del viso in particolare ha bisogno di essere rinnovata. Come? **Si può associare un trattamento medico estetico chemoesfoliante all'applicazione quotidiana di una emulsione di nuova generazione.** Dal medico estetico, puoi fare questo tipo di peeling che si basa su un nuovo sistema tecnologico brevettato Enerpeel.

E' un sistema a base di acido mandelico, in grado di ridurre il trauma superficiale rendendo più efficiente il processo di rinnovamento dell'epidermide e del derma **Si ha un assorbimento più uniforme dell'acido attraverso l'utilizzo di una particolare molecola.**

L'acido mandelico esercita una esfoliazione superficiale con una delicata rimozione delle strutture cornee, senza distruggere completamente lo strato corneo. **Sono necessarie 2 sedute ambulatoriali, 1 ogni 15 giorni.** Si ha un'azione rinfrescante del viso, con un tono cutaneo più vivo e uniforme e una maggiore compattezza ed elasticità della pelle.

PIÙ POPOLARE

Quando si esegue questo trattamento **è indispensabile associare l'applicazione quotidiana (al mattino) di una emulsione specifica,** con una marcata azione idratante multilivello capace di raggiungere anche gli strati più profondi della pelle.

Questa ha anche un'**attività antiossidante capace di ostacolare l'azione negativa dei radicali liberi e protegge in modo ottimale dalle radiazioni ultraviolette A e B (Spf 15),** bloccando l'accumulo di pigmento cutaneo e quindi la formazione di macchie scure.

Questa emulsione si basa su una ricetta innovativa: con un solo prodotto si protegge, idrata, illumina il volto migliorandone il colorito. Grazie alla sua particolare composizione, l'incarnato diventa luminoso e radioso senza effetto lucido e le rughe sottili diventano meno evidenti. **Il Brighteneen®, derivato di origine naturale, fa sì che le radiazioni solari ultraviolette che incidono sulla pelle vengano riflesse sviluppando una maggiore luminosità** nel momento in cui incontrano la cute.

L'estratto di persicaria agisce a livello più profondo, favorendo maggiore radiosità a livello ottico. L'associazione taurina-arginina modula la microcircolazione cutanea evitando di danneggiare i capillari. **Grazie a un derivato naturale del mais, si ha effetto idratante multilivello.**

Grazie alla presenza di acido etil ascorbico (forma stabilizzata della vitamina C) si ha un'azione antiossidante. **Indicata per viso, contorno occhi, labbra e collo, è un'emulsione leggera ma persistente,** facilmente applicabile, con assorbimento rapido ed effetto setoso e vellutato.

Vai di scrub per viso e corpo

Lo scrub serve per prolungare l'abbronzatura e mantenerla omogenea. Sulla pelle abbronzata aiuta ad eliminare le cellule morte. Lo scrub post abbronzatura, invece, pulisce in profondità la pelle rendendola più luminosa.

Ecco una ricetta scrub fai da te dolce per il corpo: mescola zucchero, miele ed olio d'oliva, massaggia su tutto il corpo e poi si sciacqua con acqua tiepida utilizzando una spugna morbida per togliere i residui.

Punta sulle tisane abbronzanti

Queste contribuiscono a donare alla pelle un colore dorato e uniforme. I due ingredienti più importanti sono il **mallo di noci e il tè verde**. L'estratto di noce, grazie al suo potere idratante dà un tono più morbido e nutrito, mentre il tè verde è considerato l'antiossidante per eccellenza.

Ecco la ricetta

50 g di tè verde, 1 cucchiaino di mallo di noce.

Preparazione: immergi le foglie di tè in mezzo litro di acqua fredda e aggiungi il mallo di noce. Porta a ebollizione e continua la cottura per 10 minuti. Lascia raffreddare e infine filtra. Applica la sera dopo l'esposizione al sole per un'abbronzatura più duratura e per favorire la produzione di melanina.

E per il viso dopo il sole?

Detergi accuratamente la pelle di viso, collo e décolleté utilizzando un detergente idratante/lenitivo, con estratti vegetali di camomilla, melissa, tiglio, rusco. **Utilizza un tonico analcolico, con acque aromatiche di camomilla, tiglio, melissa, calendula.**

Applica poi una dose generosa di crema acidificante/riacidificante per equilibrare il pH cutaneo e per rinfrescare l'epidermide arrossata e disidratata dall'esposizione solare. **Elimina i residui di crema acidificante e nebulizza sulla zona di pelle da trattare una dose di siero concentrato post-sole a base di germe di grano, aminoacidi da collagene, idrolizzati di Rna, fitoestratti ad azione disarrossante, addolcente, oligoelementi termali.** Esegui un accurato massaggio manuale per favorire l'assorbimento del prodotto.

Il corpo dopo l'esposizione

Fare doccia o bagno caldo poco dopo aver preso il sole è molto importante non solo per fissare l'abbronzatura ma anche per l'idratazione della pelle. **L'acqua calda permette di assorbire, in poco tempo, le sostanze idratanti contenute nelle lozioni abbronzanti.**

Il calore della doccia apre i pori e permette alla pelle di acquisire l'ossigeno di cui ha bisogno per il processo di suntanning. In seguito applica una crema idratante molto corposa, più e più volte anche nell'arco della stessa serata. **Efficace è l'olio puro di Argan, oppure creme idratanti contenenti emollienti come la camomilla,** ideale anche per placare eritemi e scottature.

I prodotti doposole contengono sostanze più nutrienti e idratanti, la loro formulazione non è assolutamente grassa o pesante e può essere sotto forma di **latte, spray, mousse o gel.** Dopo una giornata di sole, lascia riposare la pelle per 24 ore prima di una nuova esposizione.

Maria Gabriella Di Russo, idrologo e medico estetico

RELATED ARTICLE

Mai più capelli secchi al mare con questi 5 consigli



JOIN THE CONVERSATION!

COSMO
CONSIGLIA

01 Mai più capelli secchi al mare con questi 5...

02 Tatuaggi al sole, come proteggerli

03 Sos sole: e se ti scotti?

04 Hai un diavolo per capello? Sos capelli per...

ABBONATI SUBITO



Ti aspetta nella [versione cartacea](#) e nella [versione digitale](#) per smartphone, tablet, pc e mac

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

Ricevi le news, i tutorial di bellezza e i consigli di moda Cosmopolitan.it ogni settimana direttamente sulla tua e-mail

[Registrati subito](#)

ALTRI DA