

#teamsole

Chi vuole mantenere il più a lungo possibile la propria abbronzatura uniforme e luminosa deve tenersi strette letteralmente, le proprie cellule cutanee. «L'abbronzatura è legata a un accumulo di melanina nelle cellule: più restano adese alla superficie della pelle, più la tintarella si prolunga. **L'obiettivo, quindi, è evitare che gli strati superficiali della pelle si disperdano** e, con essi, la tanto agognata abbronzatura». Come evitarlo? «Più la pelle è secca e disidratata, più si squama. Quindi, il segreto numero uno per un'abbronzatura long lasting è mettere in atto tutte le strategie per idratare la pelle, mantenendo adese le cellule l'una contro l'altra come fossero i mattoncini di una casa». Da dove partire? Dalla doccia. «L'acqua deve essere tiepida e mai troppo calda, perché

il calore e l'umidità sciolgono i legami tra le cellule. Per asciugarvi, tamponatevi delicatamente con il telo senza mai strofinarlo sulla pelle». **Le creme da prediligere sono quelle che agiscono sulla compattezza e idratano in profondità.** «Contengono generalmente ceramidi, fosfolipidi, fospidina, burri e oli vegetali». Evitate di indossare indumenti ruvidi e prediligete biancheria e lenzuola in seta o cotone morbido. **Cercate di prendere ancora un po' di sole** passeggiando all'aperto, per dare uno sprint al colore di base, che potete mettere in risalto con creme viso uniformanti e illuminanti e oli sublimatori dell'abbronzatura.

AZIONE INTENSIFICANTE

led therapy

Recentemente si è scoperto che l'utilizzo della Led Therapy, ovvero di particolari lampade che emettono luci di colore diverso, aiuta a mantenere le cellule vitali e compatte. Se in buona salute, le cellule tendono a rimanere più "attaccate" alla pelle e, di conseguenza, l'abbronzatura resta più a lungo. Uno dei device più rinomati è Dermalux Led Phototherapy, un apparecchio in grado di emettere luci positive per la pelle che si possono scegliere a seconda dell'obiettivo: è stato dimostrato che quando le luci sono giallo/rosse, esse stimolano la vitalità delle cellule, poiché le aiutano a produrre collagene ed elastina. Con una o due sedute a settimana dopo l'estate, la pelle mantiene un colorito uniforme e luminoso. Ovviamente tutto ciò non ha niente a che vedere con le lampade abbronzanti, che sfruttano luci ultraviolette che distruggono le cellule, creando l'abbronzatura come risultato di un'aggressione (www.istitutodermoclinico.com).

PER CONSERVARE



1 Crema Fluida Corpo Natrux di Skinius, formulata con il complesso fospidina, burro di karité e acido ialuronico, dona una

profonda idratazione alla pelle (farmacia, 39 euro). **2 Beauty Oil** di Biopoint, con olio di tsubaki e di mandorla, dona alla pelle luce ed elasticità, migliorandone il tono e colorito (profumeria, 9,90 euro). **3 Latte fresco doposole viso e corpo** di Nuxe ha una texture che lenisce le pelli dopo le esposizioni al sole e prolunga l'abbronzatura di due settimane (farmacia, 27,80 euro). **4 Gel Mousse Doccia** di Dermon, la sua formulazione con Vitamina F protettiva e idratanti, e Vitamina E antiossidante, ripristina

il film idrolipidico cutaneo (farmacia, 12,90 euro). **5 Hemp Nation White Peach & Hibiscus** di Australian Gold, è un tan extender idratante e rassodante (centro estetico, 23 euro). **6 Ceramidin™ Cream Mist** è l'idratante in spray di Dr.Jart+ con cinque ceramidi che trattiene l'acqua e mantiene la pelle elastica (profumeria, 23 euro). **7 Lipikar Latte** Corpo di La Roche Posay, contiene acqua termale lenitiva e addolcente, cera d'api e burro di karité al 10% per idratare e riparare la pelle (farmacia, 13,90 euro).