

I 6 FALSI MITI DEL SOLE



LO ASPETTIAMO CON MOLTA IMPAZIENZA,
COSÌ COME LA STAGIONE ESTIVA.

EPPURE IL SOLE NON NECESSARIAMENTE
È IL MIGLIORE AMICO DELLA NOSTRA PELLE.

ECCO I 6 FALSI MITI DA SFATARE

1.

NON È VERO CHE L'ABBRONZATURA RENDE LA CARNAGIONE UNIFORME.

Il sole non fa altro che nascondere temporaneamente una carnagione non uniforme. Se hai un incarnato irregolare e affaticato, questo sarà sempre presente, anche sotto l'abbronzatura.

L'ESPOSIZIONE AL SOLE È ANCHE UNA DELLE CAUSE PRIMARIE DELL'IPERPIGMENTAZIONE.

Infatti è innanzitutto la luce del sole che stimola la produzione di melanina.

2.

NON È VERO CHE L'ESPOSIZIONE AL SOLE SENZA FOTOPROTEZIONE È CONSIGLIATA PER PELLI A TENDENZA ACNEICA.

Per molto tempo si è sostenuto che il sole asciughi la pelle a tendenza acneica.

La pelle abbronzata in realtà appare più asciutta perché il sole la inspessisce, e il sebo si accumula sotto di essa anziché fuoriuscire. Al ritorno dalle vacanze però il sebo accumulato fuoriuscirà e porterà ad un netto peggioramento della tendenza acneica rispetto alle belle giornate passate al sole.

È CONSIGLIABILE USARE UN SOLARE CON TEXTURE LEGGERA E ATTIVI CHE EVITANO L'OSTRUZIONE DEI PORI.

3.

QUANDO IL CIELO È NUVOLOSO È IMPORTANTE UTILIZZARE LA CREMA SOLARE.

I RAGGI UVA rappresentano circa il 95% dei raggi UV che raggiungono il nostro corpo, mentre il restante 5% è rappresentato dagli UVB.

I RAGGI UVB sono più forti in estate mentre i raggi UVA sono presenti durante tutto il corso dell'anno e possono attraversare le superfici di vetro e le nuvole.

USA SEMPRE UN SOLARE CHE AGISCE PER CONTRASTARE ENTRAMBI I RAGGI UV: un alto indice spf per proteggere la pelle dagli UVB e un forte indice ppd per proteggerla contro gli UVA, tutto l'anno.

CONOSCI LA DIFFERENZA TRA I RAGGI UVA E UVB?

I RAGGI UVA SONO RESPONSABILI DEL FOTO-INVECCHIAMENTO CUTANEO.

I RAGGI UVB SONO RESPONSABILI DELLE SCOTTATURE.

	INTENSITÀ DURANTE LA GIORNATA	COSA LI INIBISCE	PROFONDITÀ
UVA	COSTANTI NELLA GIORNATA	NON FILTRATI DALLE NUVOLE E DAI VETRI	PENETRANO NEL DERMA
UVB	PICCO FRA LE 12 E LE 16	RIDOTTI DALLE NUVOLE E BLOCCATI DAI VETRI	SI FERMANO ALL'EPIDERMIDE

4.

NON È VERO CHE ESPORRE I BAMBINI AL SOLE SENZA FOTOPROTEZIONE LI AIUTA A SVILUPPARE PIÙ VITAMINA D.

La vitamina D svolge un ruolo fondamentale nella crescita e nello sviluppo osseo dei bambini.

GLI STUDI SCIENTIFICI CI DICONO CHE L'UTILIZZO DI CREME SOLARI NON RIDUCE LA SINTESI CUTANEA DI VITAMINA D.

È dunque indispensabile l'utilizzo di creme solari per evitare l'ustione solare durante l'infanzia e, di conseguenza, il rischio di sviluppare un melanoma in età adulta.

5. **NON È VERO CHE TUTTI I PRODOTTI AUTOABBRONZANTI DONANO UN COLORITO ARTIFICIALE.**

Fino a qualche anno fa la crema autoabbronzante era sinonimo di uno strano colorito tendente all'arancione, non uniforme e molto poco naturale.

Ricerca e innovazione hanno permesso di sviluppare nuove formule autoabbronzanti facili da applicare per un risultato naturale, che il più delle volte non ha niente da invidiare a una abbronzatura frutto di ore di esposizione al sole.

GLI AUTOABBRONZANTI PERÒ NON OFFRONO ALCUN TIPO DI PROTEZIONE SOLARE E NON PROTEGGONO DAGLI EFFETTI DANNOSI DI RAGGI UVA E UVB.

6. **NON È VERO CHE FINIRE LE VACANZE VUOL DIRE NECESSARIAMENTE PERDERE L'ABBRONZATURA.**

Ecco alcuni suggerimenti per mantenere il tuo colore abbronzato e prolungare l'effetto estate sulla tua pelle.

IDRATA LA PELLE: una pelle idratata non si screpola e non si desquama, l'abbronzatura durerà più a lungo!

EVITA DOCCE TROPPO CALDE E ARIA CONDIZIONATA: acqua troppo calda e aria condizionata favoriscono la disidratazione della pelle e ne accelerano la desquamazione.

SCEGLI GLI ALIMENTI GIUSTI: sfrutta alimenti ricchi di betacarotene (che attiva la melanina), come frutta e verdura di colore giallo, arancio e rosso.

SCORPI LA GAMMA SOLARI
ANTHELIOS E TANTI ALTRI
CONSIGLI SU **COME PROTEGGERE
LA TUA PELLE DAL SOLE SU
WWW.LAROCHEPOSAY.IT**

 @LAROCHEPOSAYITALIA

 @LAROCHEPOSAY #LAROCHEPOSAY