



ESPANA

belleza

Suplemento verano

Nº 54

Tratamientos,
cremas, solares,
bañadores
...Y MUCHAS
GANAS DE
VACACIONES

Especial

Cuerpo
de
playa

material SENSIBLE

Si hay una zona especialmente vulnerable a los efectos del sol esa es el escote. En verano, extrema sus cuidados.

Con una piel excesivamente fina y frágil, el escote es una de esas zonas especialmente sensible a los estragos veraniegos. Pobre en glándulas sebáceas y con pocos recursos para defenderse de las agresiones ambientales, la protección —no menos de un SPF 30— es una cuestión ineludible. «Por su pobre carga de melanocitos, sufre un fotoenvejecimiento paulatino pero imparable a partir de los 30 años. Sin suficiente melanina para protegerse, la capacidad reparadora de colágeno y elastina queda mermada de forma precoz», explican desde el IML (Madrid. Tel. 917 024 627). El resultado son capilares dilatados, manchas, atrofia visible, arruguitas verticales, estrias, flacidez... Distintos frentes que en el IML combaten con Tuning Bust, unos protocolos ad hoc para cada problema.

CUIDADOS REPARADORES:

Sun After, de Biotherm (32,30 €) y *Sumfic*, sérum regenerante, de Lierac (40 €).
ANTIMANCHAS: protector, de L'Oréal, corrige, previene y reduce las manchas (22 €, en farm.) y *Melascreeen*, de Ducray, regula la producción de melanina (14,50 €, en farm.).

Rayos UVB

Son los responsables, principalmente, del eritema solar. Penetran en la epidermis, la capa superior de la piel, y estimulan los melanocitos para proteger las capas más profundas. Son, por tanto, los responsables del bronceado, pero también de las manchas, quemaduras e inflamaciones de la piel.

Rayos UVA

Esta radiación actúa a largo plazo y produce, esencialmente, un envejecimiento prematuro y acumulativo de la piel, porque penetra hasta capas más profundas. Corresponde al 95% de la radiación UV. Su intensidad es constante a lo largo del año y atraviesa las nubes y el cristal.

Infrarrojos A

Hasta hace relativamente poco, no se había demostrado que la radiación IR fuera peligrosa, pero se ha demostrado que la IRA tiene la capacidad de penetrar hasta la capa más profunda. Reduce la capacidad antioxidante de la piel y los filtros solares no cubren esta parte del espectro.

¿Es verdad que el acné mejora con el sol?

—C. Mora, Gerona

La radiación ultravioleta puede mejorar transitoriamente el acné, debido a su acción bactericida (puede eliminar bacterias implicadas en la génesis del acné); pero suele tener un efecto rebote.

Además, la radiación solar aumenta el grosor de la capa córnea, lo que contribuye a obstruir la glándula sebácea y puede empeorar el problema.

Dr. Pedro Jaén,
Grupo de Dermatología.
Tel. 914 317 861.

Estoy embarazada, ¿puedo tomar el sol?

—A. Lozano, Málaga

Mejor abstente. Y si lo haces, opta por filtros físicos o de pantalla total, en vez de químicos. La piel del vientre, al estar distendida, puede quemarse con mayor facilidad. Usa bañador en vez de bikini. Además, por el proceso metabólico hormonal se incrementa la producción de melanina, lo que favorece la aparición de cloasma en el rostro.

Dra. M.ª José Barba,
clínicas en Zaragoza y Madrid.
Tels. 976 213 666 y 915 568 079.

Melena al sol

Sol, sal y cloro... Mala combinación también para el cabello. Con estos cuidados tu melena saldrá airosa...

EL COLOR

Para que tu rubio no se aclare más de lo debido, desde Cebado recomiendan oscurecerlo un par de tonos.

Con el cloro, el color rubio puede virar a verdoso: usa productos específicos, como el acondicionador de Klorane con leche de papiro, que lo protege de este efecto.

ANTES DE...

Christophe Robin, el gran gurú capilar, aconseja realizarse un corte que elimine las puntas abiertas. Refuerza y protege la fibra capilar con un tratamiento profesional como la inyección de Pro-Keratin de L'Oréal Professionnel que aporta también brillo y flexibilidad.

EN VACACIONES

«Olvidate de planchas y secadores y aprovecha el buen tiempo para secar tu cabello al aire», dice C. Robin.

En la playa, usa siempre productos capilares específicos con filtro solar. Después, lava el cabello con champú *after sun* y aplica una mascarilla 2 veces por semana, aconsejan desde Cebado.

Espuma protectora *Color Extend Sun*, de Redken (24,95 €, en peluq.). Sérum *Solar Sublime*, de L'Oréal Professionnel (18,40 €, en salones). Aceite protector *Phyto Plage*, de Phyto (20 €, ed. lim.).

