

Vi state preparando ad esporvi al sole? Desiderate un'abbronzatura perfetta e una pelle morbida e sana? Ecco come fare...

Sole, sinonimo di benessere e salute, amico ma con qualche precauzione. Ecco i nostri consigli: scoprite il vostro fototipo e il fattore di protezione più adatto a voi, capite quando passare ad una protezione più bassa e non dimenticate mai le regole di base.

Il fototipo è una classificazione studiata in funzione del colore di pelle e capelli, della facilità ad abbronzarsi, della tendenza a scottarsi.

Identificare il proprio fototipo è molto importante per determinare il

corretto comportamento durante l'esposizione al sole e per la scelta del prodotto solare più adatto.

- **Fototipo 1:** carnagione molto chiara, estremamente sensibile, spesso con lentiggini (efelidi) occhi chiari, capelli biondi o rossi. La pelle è molto sensibile e sviluppa eritema quasi immediato dopo l'esposizione al sole senza protezione, con alto rischio di danni permanenti e scottature anche gravi. Raramente si sviluppa l'abbronzatura. Si consiglia l'utilizzo di filtri solari molto alti, abbigliamento adatto, cappello sulla nuca e occhiali da sole. Assolutamente da evitare l'esposizione tra le ore 11 e le ore 15.

- **Fototipo 2:** carnagione chiara, pelle sensibile. Abbronzatura "difficile" e ustioni solari molto frequenti se ci si espone al sole senza adeguata protezione. Si consiglia l'utilizzo di filtri solari da alti a molto alti, abbigliamento adatto, cappello sulla nuca e occhiali da sole. Assolutamente da evitare l'esposizione tra le ore 11 e le ore 15.

- **Fototipo 3:** è il fototipo più co-

mune, carnagione bruno chiara, capelli castani. La pelle si scotta ed è soggetta ad eritema solo dopo un'esposizione prolungata. Si può ottenere un'abbronzatura visibile e omogenea. Si consiglia l'utilizzo di filtri solari da medi ad alti.

- **Fototipo 4:** carnagione olivastra e scura, occhi e capelli castani o neri. La pelle è poco sensibile e si scotta molto di rado. Si abbronzano intensamente e in breve tempo. Si consiglia l'utilizzo di filtri solari medi.

- **Fototipo 5:** pelle bruna e scura, occhi scuri e capelli neri. Pelle poco sensibile che non reagisce mai all'esposizione solare. Naturalmente abbronzata. Si consiglia l'utilizzo di filtri di protezione.

- **Fototipo 6:** (fototipo della razza nera) pelle nera poco sensibile, occhi scuri e capelli neri. Utilizzare filtri di protezione solare da bassa a media. Se per lunghi periodi non ci si espone al sole è comunque possibile scottarsi.

Come si "misurano" i filtri solari? Col Fattore di Protezione SPF (Sun Protection Factor), che rappresenta il parametro principale per la valutazione dell'efficacia di un



prodotto solare, che viene testata dal vivo su volontari con un metodo certificato: la misura è la protezione da raggi UVB.

Per la valutazione della protezione dai raggi UVA, invece, si utilizza un test in vitro, il cui risultato deve corrispondere ad almeno 1/3 del valore di SPF da raggi UVB.

UN BUON SOLARE DEVE PROTEGGERE CON EFFICACIA DA RADIAZIONI UVB E UVA: deve infatti avere un UVA superiore a 1/3 del valore SPF.

Categoria	Fattore di Protezione Solare SPF
Protezione bassa	6
	10
Protezione media	15
	20
	25
Protezione alta	30
	50
Protezione molto alta	50+

Come utilizzare correttamente un protettivo solare? I fototipi a pelle chiara devono iniziare con crema a fattore di protezione molto alto e poi passare ad uno alto dopo circa 9/10 giorni di esposizione costante al sole, ricordandosi di non esporsi mai senza protezione e non scendere mai sotto il fattore di protezione 15.

I fototipi a carnagione più scura possono partire con una protezione media e scendere dopo circa 1 settimana ad una protezione bassa.

Il viso merita una valutazione a parte: se si vogliono prevenire le rughe ed evitare macchie meglio applicare sempre una protezione 30, così sarà garantita un'abbronzatura dorata, duratura, uniforme senza gli effetti collaterali.

Le regole fondamentali da rispettare sempre? Ecco:

- L'esposizione deve essere graduale e protetta, il primo giorno non più di mezz'ora, il secondo un'ora e così via.
- Sempre evitare le ore più calde, quando il sole è allo zenith (tra le 12 e le 15)
- Evitare le lunghe esposizioni, sempre, anche se protette
- Proteggersi sempre con prodotti solari adeguati garantite con protezione UVB e UVA
- Acquistare il prodotto solare in base al proprio tipo di pelle (fototipo), chi ha la carnagione molto chiara dovrebbe scegliere prodotti con SPF (fattore di protezione) elevati perché la capacità di autoprotezione del suo organismo è molto bassa e la sua pelle tende a scottarsi anche con piccole quantità di raggi UV.
- Applicare il prodotto solare con cura almeno mezz'ora prima di esporsi al sole e l'applicazione va ripetuta ogni due ore circa, ancora più spesso in caso di bagni di mare, sudorazione o sfregamenti. Anche i prodotti waterproof non sono resistenti al 100% all'acqua.
- Attenzione alle pubblicità ingannevoli: non esistono prodotti che offrono una protezione totale, pari al 100%
- Attenzione: le superfici riflettenti (come acqua, neve e sabbia) possono concentrare la radiazione solare fino all'80 per cento (effetto lente).
- Attenzione ai bambini: la loro pelle è più sensibile e vulnerabile, scottature in età pediatrica possono avere conseguenze gravi. Per loro le regole sono ancora più restrittive.



Perché stare al sole sia solo un piacere. Prima, durante e dopo.

I prodotti solari non sono tutti uguali: se vuoi un'abbronzatura dorata, uniforme e duratura accompagnata da una pelle morbida, idratata e sana scegli la linea solare SUN di Kallëis.

Linea completa protezione solare viso e corpo biofunzionale e dermocompatibile, naturale e perfettamente sicura, con elevate performance fotoprotettive, massima efficacia testata ed effetto antiossidante.

SUN PROTEZIONE MEDIA SPF15

Protezione media per pelli a fototipo medio alto o già abbronzate. Protezione sicura e abbronzatura dorata.

SUN PROTEZIONE ALTA SPF30

Alta protezione ed abbronzatura uniforme anche in condizione di sole intenso (tropici, alta montagna, ghiaccio).

SUN PROTEZIONE MOLTO ALTA SPF50+

Protezione molto alta, adatta a proteggere la pelle particolarmente chiara sensibile, intollerante. Perfetta per bambini.

DOPOSOLE SUPERIDRATANTE RIEQUILIBRANTE

Nutre e idrata in profondità, prolungando con dolcezza l'abbronzatura. Subito un'intensa sensazione di rinfrescante benessere.

I solari Kallëis proteggono con efficacia da radiazioni UVA e UVB

Sono perfettamente fotostabili e non danno il fastidioso "effetto bianco", la texture morbida le rende perfettamente spalmabili, sono resistenti all'acqua ed al sudore.

Senza Parabeni – Senza Profumo – Senza Glutine

Non testata su animali e Packaging riciclabile al 100%. Garantisce Kallëis.

SUN, la linea solare davvero innovativa completamente Made In Italy!

Trovi i prodotti Kallëis in farmacia o su www.kalleis.com