

# OK

**SALUTE E BENESSERE**

## **BAMBINI**

La cura del canguro aiuta la crescita

## **EROS**

Come sarà il sesso nel Metaverso

## **PSICOLOGIA**

Scopri le tue qualità con 6 test rivelatori

## **NUOVI CIBI**

**IL FUTURO È DELLE MEDUSE**

**SOSTENIBILI E PROTEICHE**

## **PREVENZIONE**

La bocca è lo specchio della salute

**FEDERICA MASOLIN**

“ I brufoli mi hanno insegnato la pazienza



### **LE CONFESIONI**

**Andrea Zalone**  
Dietro la cinepresa ho ritrovato l'ansia da prestazione

**Valentina Dallari**  
Ho smesso di mangiare perché non sapevo più chi ero

**Paolo Calabresi**  
Fingere era diventato il mio doping

# DOPO IL SOLE

**EVITARE LE SCOTTATURE SALVANDO L'ABBRONZATURA**

# Dopo il SOLE

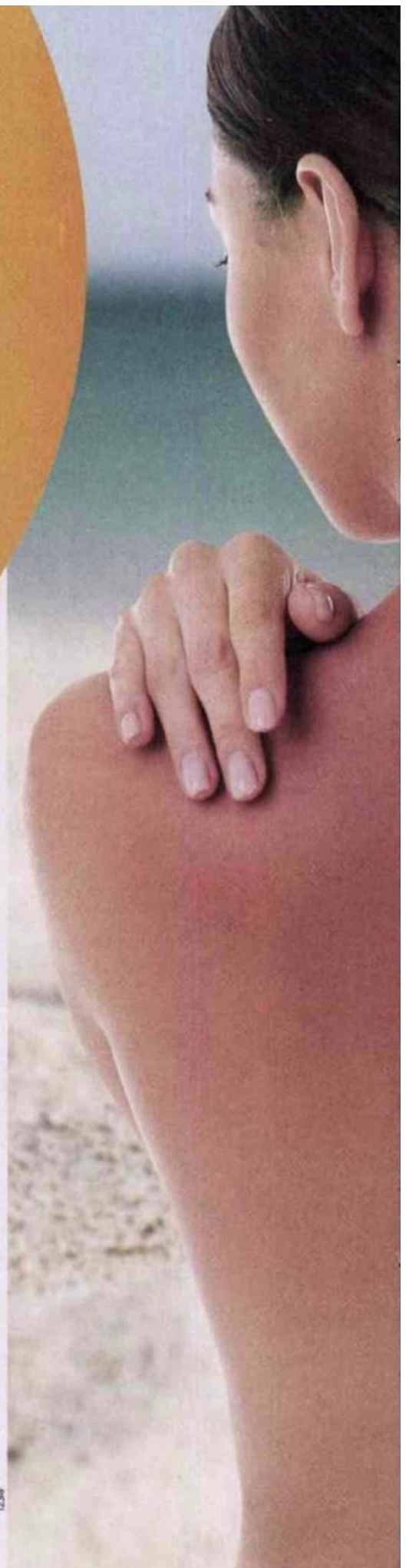
Una giornata all'aperto, specie in questa estate torrida, può lasciare arrossamenti, pruriti, fino ad arrivare a pericolose scottature. Ecco come porvi rimedio, salvando l'abbronzatura

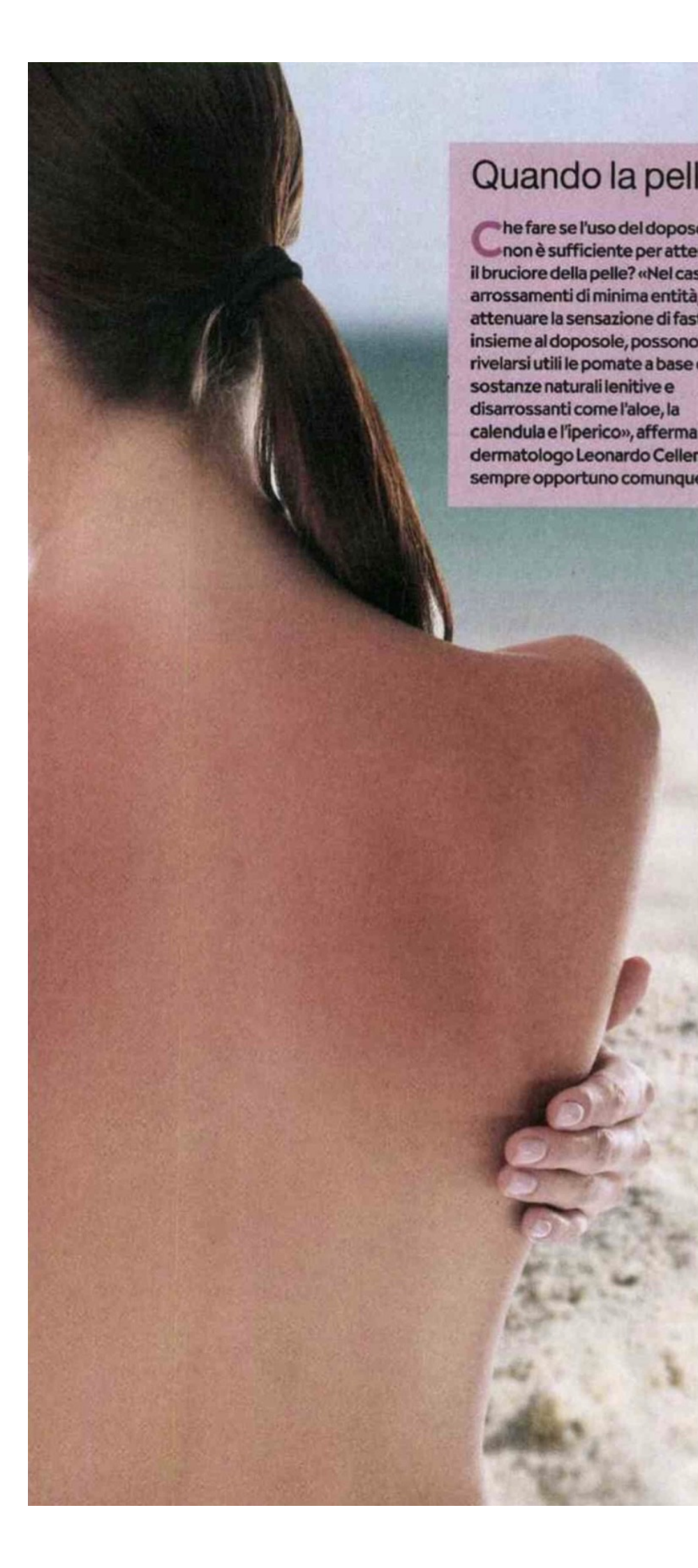
• Testo di Alberta Mascherpa

**P**artiamo dal fatto che non dovrebbe succedere. «Scegliere un'adeguata protezione solare e usarla nei dovuti tempi e modi è la migliore garanzia per evitare problemi presenti e futuri alla pelle e all'organismo intero», spiega Leonardo Celleno, dermatologo a Roma e presidente dell'Aideco (Associazione italiana dermatologia e cosmetologia). «L'attenzione deve essere costante, in particolare alle prime esposizioni e nel caso di carnagioni a rischio come quelle dei bambini e delle persone con pelle e occhi chiari». Può succedere comunque che qualcosa non vada per il verso giusto, vuoi per trascuratezza, vuoi per un caso poco felice, come quando ci si addormenta in spiaggia: in tutte le situazioni dove la prevenzione ha fallito non resta che l'azione per arginare subito e al meglio i danni che i raggi possono aver provocato.

## I VARI GRADI DELL'ERITEMA

«Esporsi ai raggi ultravioletti senza adeguata protezione, e magari in modo sconsiderato, può provocare una reazione che procura un eritema, ovvero una risposta cutanea che può avere gradi diversi di intensità a seconda dell'esposizione, partendo da un modesto rossore fino a una scottatura vera e propria», precisa lo specialista. Sul banco degli imputati ci sono principalmente i raggi UvB: mentre la A degli UvA può essere, infatti, associata al concetto di aging, cioè di invecchiamento accelerato della cute, la B di UvB sta proprio per bruciate. «Nella forma più lieve l'eritema produce un arrossamento che può accompagnarsi a una sensazione di prurito che si risolve in genere in pochi giorni», continua Celleno. «Nel caso di un eritema moderato possono essere presenti piccole vescicole con gonfiore e una sensazione di dolore che aumenta nel caso di eritema intenso, spesso accompagnato da





## Quando la pelle brucia

Che fare se l'uso del doposole non è sufficiente per attenuare il bruciore della pelle? «Nel caso di arrossamenti di minima entità, per attenuare la sensazione di fastidio, insieme al doposole, possono rivelarsi utili le pomate a base di sostanze naturali lenitive e disarrossanti come l'aloè, la calendula e l'iperico», afferma il dermatologo Leonardo Celleno. «È sempre opportuno comunque

valutare con attenzione l'entità del problema avendo cura di rivolgersi al medico se le aree interessate dal fenomeno sono particolarmente estese o comunque le lesioni sono profonde. In questi casi possono servire, oltre a pomate in grado di contenere la sensazione di bruciore, di disinfettare e di favorire la rigenerazione cutanea, anche farmaci sistemici per tenere sotto controllo febbre e altri sintomi».

sintomi più gravi che vanno dalla febbre alla nausea, dalla cefalea alla perdita di sensibilità della parte». Da tenere presente poi che l'eritema porta a una desquamazione più o meno significativa della cute: la pelle diventa ancora più fragile e per questo occorre massima attenzione quando, una volta ripristinata la condizione fisiologica, si torna al sole.

### ATTENZIONE AI FARMACI

La colpa di eritemi e scottature è da attribuire ovviamente a una scorretta esposizione ai raggi, ma non vanno trascurate alcune concause. «Prima di mettersi al sole è importante evitare l'assunzione di farmaci che possano causare fotosensibilizzazione e favorire la comparsa, oltre che di chiazze, anche di eruzioni cutanee», spiega Caterina Carosio, presidente della Federazione nazionale associazioni giovani farmacisti. «I sintomi di una reazione fototossica dovuta all'interazione tra i raggi Uva e il principio attivo di un farmaco (per esempio alcuni antibiotici, anticoncezionali, antidepressivi, antinfiammatori, diuretici, antistaminici, cortisonici) sono simili a quelli di un'intensa scottatura, localizzata se l'uso del farmaco è topico, diffusa se sistemico. Per scongiurare questo tipo di problemi è importante adattare l'applicazione di pomate e l'assunzione di farmaci per bocca alla stagione estiva, mettendosi, ad esempio, la crema prima di coricarsi invece che nelle ore più calde. Fondamentale in ogni caso leggere il foglietto illustrativo e seguirne le indicazioni di corretto utilizzo».

## PIACERSI DI PIÙ



### 1. CONTRO LE IRRITAZIONI

Dedicata alle pelli sensibili, secche e facili ad arrossarsi e irritarsi per il sole e altri agenti esterni, **Evy Technolgy Daily Repair Mousse** (30 €, in profumeria) con il 10% di urea aiuta la pelle a mantenere e ripristinare il corretto grado di idratazione.

### 2. CALMA ALL'ISTANTE

La Pomata Calendula di **Bioearth** (9,80 €, in erboristeria, farmacia e su bioearth.it) è formulata con estratto di fiori di calendula, olio essenziale di lavanda, estratti di camomilla, malva e succo di aloe vera, tutti di provenienza bio che leniscono, addolciscono e riparano. Anche per neonati e bambini.

la protezione e la cicatrizzazione regalando immediata freschezza.

### 4. PER TUTTA LA FAMIGLIA

Facile da usare, adatto anche ai bambini, lo Spray Dopolsole della linea Sun Secure **SVR** (20 €, in farmacia e su it.labo-svr.com) ha una forte azione idratante e lenitiva grazie all'aloè vera. La vitamina E agisce come antiossidante potenziando le difese cutanee.

### 5. ANCHE PER I NEONATI

**Mustela** propone il Latte Dopolsole (17,90 €, in farmacia) adatto a tutti i tipi di pelle, così delicato da poter essere usato anche per i neonati; associa burro di karité e olio di avocado

Riparatore (21, 90 €, in farmacia) apporta immediata freschezza a viso e corpo per la presenza di glicirretinato e acqua termale di Uriage; inoltre idrata e protegge dalla secchezza assicurando una pelle morbida e un'abbronzatura compatta e luminosa.

### 7. EFFETTO EMOLLIENTE

Gel dopolsole viso e corpo Posthelios di **La Roche-Posay** (prezzo consigliato al pubblico 21 €, in farmacia) è facile da applicare, ha un effetto emolliente e contiene agenti relipidanti per favorire la riparazione cutanea. Con acqua termale di La Roche-Posay addolcente e lenitiva.



# QUI e ORA

*Dove scegliere i profumi più ricercati,  
provare un massaggio CRIOTERAPICO  
o sperimentare un trattamento hair  
a base di ingredienti BIODINAMICI.*  
Di ROSSELLA FIORE

## **A prova di studente**

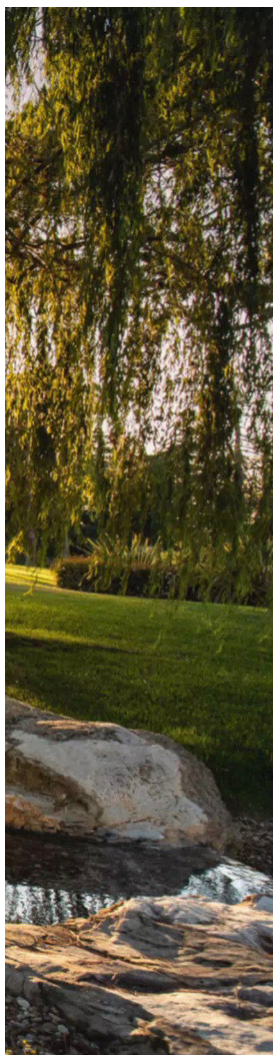
Si definisce un centro estetico “a prova di studente”. Sì, perché Unibeauty, concept store con tre centri estetici distribuiti in tutta la città e tutti comodamente raggiungibili, propone un ricco carnet di trattamenti – massaggi, manicure ed epilazione laser – con un rapporto qualità/prezzi particolarmente democratico. Una bellezza inclusiva, accessibile a tutti.

*L'angolo brow bar dedicato alla cura delle sopracciglia all'interno di UNIBEAUTY.*

## MA COME È BELLO RILASSARSI SUI COLLI BOLOGNESI

Dai colli bolognesi, immerso nel silenzio di trenta ettari di verde, tra giardini, orti, fontane e labirinti, Palazzo Varignana 1705 domina la città dall'alto con il suo castello settecentesco, le quattro Private Villas e la meravigliosa Spa VarSana. Delizia degli ospiti, i menù a chilometro zero sono realizzati con ingredienti provenienti dall'uliveto, dagli orti e dai frutteti che circondano la struttura.





*Un angolo dell'atelier di  
fragranze VIRGINIA 1921.*

## SCOPRIRE NOTE SEGRETE E GRANDI NOVITÀ

Nel cuore della città rossa, in via dal Luzzo 6/A, Virginia 1921 Profumi e Veleni è la meta di tutti gli appassionati di profumeria artistica. Nell'eleganza senza tempo di una boutique-bijou, la fondatrice Virginia Ferné, grande appassionata di fragranze, propone i grandi successi olfattivi, bouquet di nicchia e nuovi capolavori moderni.

## BEAUTY & WELLNESS

### Cinque spa per i capelli

Un'istituzione in fatto di piega, taglio e colore: Donna Giò vanta in città cinque saloni, tra il centro e le zone limitrofe, con barber shop e head spa. Filo conduttore: la predilezione per i prodotti di derivazione naturale e di materie prime di origine biodinamica.



*DONNA GIÒ è il salone in stile  
vintage, in via Massei 1, a pochi  
passi da Piazza Maggiore.*



*A destra. I soffitti  
affrescati di THE  
LONGEVITY  
SUITE, a Bologna  
in via Farini 11.  
Sopra. PALAZZO  
VARIGNANA  
1705, azienda  
agricola e resort.*

## FREDDO SALUTARE

Il metodo, ideato dal cardiologo e direttore scientifico di The Longevity Suite, Massimo Gualerzi, è improntato al rallentamento del processo di aging attraverso

protocolli personalizzati che spaziano dal regime alimentare detossinante a trattamenti crio che stimolano il metabolismo e il sistema immunitario.