cuore stilo

Publicación	Cuore Stilo General	Fecha	17/05/2019
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	112 898	Página	1
Difusión	40 895	Tamaño	35,53 cm² (5,7%)
Audiencia	171 000	V.Publicitario	1373 EUR (1555 USD)

ALEM

cuore stilo

Publicación	Cuore Stilo General	Fecha	17/05/2019
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	112 898	Página	1
Difusión	40 895	Tamaño	570,24 cm² (91,5%)
Audiencia	171 000	V.Publicitario	8424 EUR (9541 USD)

A L
E M

cuore stilo

Publicación	Cuore Stilo General	Fecha	17/05/2019
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	112 898	Página	122
Difusión	40 895	Tamaño	568,84 cm² (91,2%)
Audiencia	171 000	V.Publicitario	8408 EUR (9523 USD)

ALEM

DOBLA Y MARCA

Beauty EXPRESS

EN CLAVE DE

La modelo **Arizona Muse** (30) disfruta en trikini de un relajado día de verano.

¿Quieres ponerte morena sin jugarte la piel? Desmontamos falsos mitos, te damos los mejores trucos y te mostramos las novedades cosméticas para que disfrutes de Lorenzo sin riesgos.

La exposición prolongada al astro rey provoca quemaduras, envejecimiento prematuro, manchas, pérdida de luminosidad y, en el peor de los casos, un melanoma. Si quieres que tu piel salga indemne de la radiación solar es fundamental tener a mano protectores adecuados y usarlos también en los días nublados. ¿Nuestro consejo? Una textura y un aroma agradables son importantes, pero hay que ir más allá. "Es fundamental elegir un protector de alto espectro o espectro completo frente a los UVA, UVB e infrarrojos. Todas estas radiaciones atraviesan la atmósfera e inciden en nuestra piel", explica **Laura Izquierdo,** química y confundadora de **Izba Nature.** Tan primordial es escoger el fotoprotector adecuado como usarlo en el momento justo. "Los filtros biológicos que absorben la radicación solar necesitan 20 minutos para actuar. Sin embargo, se recomienda aplicar el protector 10 minutos antes de la exposición para que el organismo reciba una pequeña dosis de sol que supla el déficit de vitamina D", cuenta el doctor **José Vicente Lajo Plaza,** del **Centro Médico Lajo Plaza.** Llevar una dieta saludable también es determinante. "Una alimentación sana refuerza nuestras defensas. Las frutas y verduras ricas en betacarotenos, como las zanahorias y los melocotones, ayudan a aumentar la protección natural de la piel, mientras que los alimentos ricos en antioxidantes contribuyen a la regeneración cutánea después del sol", advierte **Laura Parada,** nutricionista de **Slow Life House.**

cuore stilo

Publicación	Cuore Stilo General	Fecha	17/05/2019
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	112 898	Página	123
Difusión	40 895	Tamaño	586,15 cm² (94,0%)
Audiencia	171 000	V.Publicitario	8596 EUR (9735 USD)

ALEM

DOBLA Y MARCA

SOL

SIN MANCHAS

Las zonas más expuestas (pómulos, mejillas, nariz, frente...) son las que sufren este problema (hiperpigmentación). ¿Qué hay que tener en cuenta? "Lo esencial es buscar una protección ultravioleta lo más alta posible. Los rayos UVA son los principales causantes del fotoenvejecimiento y de la aparición de manchas", dice **Pedro Catalá,** cosmetólogo y fundador de **Twelve Beauty.**

24,50 € Crema solar, de Apivita

22,46 € Protección antimanchas, de Bionike

15,95 € Para piel mixta-grasa, de Bella Aurora

Protección POR LA CARA

TEXTURAS LIGERAS, HIDRATANTES Y ANTIOXIDANTES QUE DEJARÁN TU ROSTRO A PUNTO PARA DISFRUTAR DE UNA JORNADA DE PLAYA O DE UN PASEO POR LA *CITY*. ¡HA LLEGADO LA HORA DE PONER A PUNTO TU NECESER!

21,95 € De base acuosa, Fusion Water, de Isdin

34 € Polvos minerales compactos, de Clarins

17,90 € Facial con color, de Kosei

43 € *BB cream*, de Shiseido

CON COLOR

Si no te gusta maquillarte cuando el calor aprieta, te proponemos una alternativa a la base para gozar de la misma buena cara que en invierno (¡o mejor!) y con la seguridad de que no se va a colar ningún rayo dañino en tu piel. "Hay fotoprotectores con color que hacen un efecto maquillaje y maquillajes con FPS que hay que aplicar siempre después del fotoprotector y no como sustitutivos", explica el Dr. Buendía.

25,90 € Bruma solar, de Biotherm

48,10 € Crema iluminadora, de Lancaster

● Apuesta por protectores en spray si vas a usar maquillaje.

ANTIEDAD

El protector solar es el cosmético *antiaging* por excelencia. Para que tu rostro no se llene de arrugas, usa protectores de alto espectro, con agentes hidratantes y antioxidantes que protejan tus células y ¡no te relajes! "A medida que avanza el verano, la piel se broncea y crea mecanismos de defensa. Si quieres evitar el daño acumulado usa FPS altos aunque estés bronceada", dice **Agustín Buendía,** coordinador de la Campaña Euromelanoma de la Fundación Piel Sana de la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV).

33 € BB Cream Age Defense, de Clinique

67 € Bronceador antiarrugas, de Esthederm Institut

cuore stilo

Publicación	Cuore Stilo General	Fecha	17/05/2019
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	112 898	Página	124
Difusión	40 895	Tamaño	593,64 cm² (95,2%)
Audiencia	171 000	V.Publicitario	9000 EUR (10 193 USD)

ALEM

DOBLA Y MARCA

Beauty EXPRESS

PROTECCIÓN EXTRA

Alcanzar ese tono bronceado que tanto nos gusta no está reñido con usar protector. Recuerda: no existe ningún fotoprotector que sea capaz de retener el 100 % de la radiación solar. "Un FPS 50 no evitará que te pongas morena, sino que hará que te broncees más lentamente", asegura el doctor **Agustín Buendía.** Aplica una cantidad generosa de producto antes de la exposición al sol y repite el proceso cada dos horas, después de cada baño, si sudas o te has secado con la toalla.

14 € Gel hidratante Delial, de Garnier

22,50 € Protección en barra, de Elizabeth Arden

16,30 € Fluido invisible, de A-Derma

32,75 € Sun Age, de Montibello

46 € Loción solar de Kiehl's

14,70 € Protección en la ciudad, de Avène

20 € Face Mist, de The Body Shop

● Los protectores anticontaminación limpian, reparan y protegen.

50 € Fotoprotector orgánico, de Coola

ANTIPOLUCIÓN

¿Eres de las que piensan que solo han de proteger la piel si van a la piscina o la playa? Si vives en la ciudad, cambia el chip e incorpora a tu rutina diaria un solar que actúe como un escudo anticontaminación: ¡justo después de la crema hidratante y antes del maquillaje! Con texturas livianas y acuosas y de efecto mate, te funcionarán para salir a hacer un recado o dar un paseo con tus amigas.

La *it girl* **Chiara Ferragni** (32) no renuncia a sus gafas de sol durante los días de verano.

cuore stilo

Publicación	Cuore Stilo General	Fecha	17/05/2019
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	112 898	Página	125
Difusión	40 895	Tamaño	590,60 cm² (94,7%)
Audiencia	171 000	V.Publicitario	8644 EUR (9790 USD)

ALEM

DOBLA Y MARCA

NO TE DEJES ENGAÑAR

DESCUBRE QUE DEBES RENOVAR TUS SOLARES ANUALMENTE, QUE TIENES QUE INVERTIR EN UN PROTECTOR FACIAL Y OTRO DE CUERPO Y QUE NO PROTEGERTE EN LOS DÍAS NUBLADOS ES PELIGROSO. ¡ATENTA!

■ *¿Guardas los protectores de un año para otro? ¡Error! Ten en cuenta que al estar expuestos a condiciones ambientales extremas (altas temperaturas, contacto con arena y agua...) pierden rápido sus propiedades y se vuelven menos efectivos.*

■ *¿Eres de las que intentan que un bote de producto dure todo el verano? "La recomendación oficial es de 2 mg de producto por 2 cm de piel, y esto supone gastar 30 ml de producto en cada uso. La aplicación habitual es menor, por lo que para suplir la diferencia hay que usar fotoprotectores con un FPS mínimo de 30 y reaplicar la crema cada 2 horas", según nos explica* ***Isabel Lostao****, directora de* ***Estética Lostao****.*

■ *¿Utilizas un filtro más bajo en los días nublados? "Más del 80 % de la radiación ultravioleta traspasa las nubes, por lo que es imprescindible usar protector en los días en los que no hay sol", dice* ***Paola Gugliotta****, directora de* ***Sepai*** *y máster en Dermocosmética.*

■ *¿Puedo aplicar el mismo solar en el rostro y el cuerpo? "La piel de la cara es más fina y está expuesta a los rayos UVA y UVB durante todo el año, así que lógicamente está más castigada por la radiación. Por tanto, es importante utilizar los productos indicados para el rostro, porque contienen complejos específicos para atender sus necesidades", señala la doctora* ***Paula Rosso****, del* ***Centro Médico Lajo Plaza****.*

LABIALES

"La piel de los labios es más fina que la del resto del cuerpo, solo tiene cinco capas de células en comparación con las 16 de la cara", explica **María Luisa Bertomeu**, vocal de Dermofarmacia del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Valencia. Por este motivo, hay que incidir en su protección para evitar que se deshidraten y se agrieten. No te olvides de usar labiales con protección alta y llévalos siempre en el bolso para aplicarlos a menudo.

4,20 € Barra labial FPS 20, de Babe

2,75 € c/u Barra hidratante, de Perfect Lips

PIEL SENSIBLE

Si tu piel es reactiva, lo primero que tienes que hacer es buscar el ingrediente que debes evitar (parabeno, alcohol, octocrileno...). Si sigues sin dar con tu fórmula química ideal, opta por una crema con filtros físicos. Tranquila, la dermocosmética ha avanzado mucho y cuando te la apliques no parecerás Casper. El Dr. Buendía dice: "Los filtros físicos ofrecen mejor protección, ya que reflejan toda la radiación incidente".

28,50 € Age Sun Resist, de Anne Möller

16,50 € Solar ecológico, de Amapola Bio

12,95 € Capital Soleil, de Vichy

15,35 € Anthelios, de La Roche-Posay

● Si tienes alergia a los rayos solares, busca fórmulas especiales.

La modelo **Georgia May Jagger** (27) se protege del sol con una pamela de paja.

cuore stilo

Publicación	Cuore Stilo General	Fecha	17/05/2019
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	112 898	Página	126
Difusión	40 895	Tamaño	592,63 cm² (95,1%)
Audiencia	171 000	V.Publicitario	9000 EUR (10 193 USD)

ALEM

Pon a salvo TU CUERPO

TEN EN CUENTA QUE LA PROTECCIÓN TOTAL NO EXISTE. POR TANTO, LIMITA EL IMPACTO DEL SOL EN TU *BODY* APLICANDO EL PROTECTOR ANTES DE IRTE DE CASA Y AL SALIR DEL AGUA.

¡PARA TODA LA FAMILIA!

¿Dirías que tu bolso se parece al de Mary Poppins? Ahorra espacio y dinero con los nuevos solares en formato familiar (200 ml), que podrás aplicar también a los más peques de la casa. Eso sí, no olvides que la recomendación para menores de 3 años es la no exposición. En caso de que te saltes esta norma (siempre en las horas de menos riesgo), apuesta por productos resistentes al agua y a la fricción con la arena.

13,95 € Tamaño XL FPS 50, de Bioderma

26 € Con alta resistencia al agua, de P20

SUPERPROTECCIÓN

El FPS 50 es el factor solar recomendado por la AEDV si tienes la piel sensible o llevas meses sin exponer tu cuerpo al sol. "Los solares con un factor más alto ofrecen más protección por periodos de tiempo más prolongados", insiste Buendía. No te olvides de las zonas que suelen quedar desprotegidas, como el cuello y los pies.

9,95 € Para pieles sensibles, de Hema

15,50 € Protección alta, de Dermolab

11,99 € Antimanchas en la ropa, de Nivea

MÁS MORENA

¿Quieres conseguir un bronceado seguro y duradero antes de poner rumbo a tu primer destino vacacional? Hay solares que contienen activos que estimulan la producción de melanina de la piel, por lo que favorecen esa pigmentación. ¡Y sin renunciar a la protección!

20 € Solar para bronceado uniforme, de Lancaster

8,95 € Activa un 55 % la melanina, de Ecran

BIFÁSICO

Mitad aceite, mitad agua. Su ventaja no solo reside en la comodidad de su aplicación. Además, permite llegar a una zona más amplia de tu piel, aunque no debes olvidar que es aconsejable extender la primera capa para conseguir una mayor eficacia en la fotoprotección.

22,95 € Secado rápido, de Isdin

20,35 € Con ácido hialurónico, de Vichy

33 € Con agua de Jejú, de Germaine de Capuccini

8,99 € Aceite seco, de Ziaja

ACEITE SOLAR

La diferencia con la crema radica en su textura y no en su eficacia, por lo que incluirlo o no en tu neceser dependerá de tus gustos. Se aplica normalmente con un difusor y, si lo comparas con la leche solar, es más ligero y menos untuoso. Incluso hay algunos *dry oil*, de tacto seco y sin sensación grasa.

cuore stilo

Publicación	Cuore Stilo General	Fecha	17/05/2019
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	112 898	Página	127
Difusión	40 895	Tamaño	--- cm² (---%)
Audiencia	171 000	V.Publicitario	ND

ALEM

DOBLA Y MARCA

La top de **Victoria's Secret Grace Elizabeth** (22), bien protegida, posa en la playa.

DEPORTE AL **AIRE LIBRE**

Llega el verano y nos apetece cambiar la sala del gimnasio por un espacio al aire libre, ya sea la pisci, la playa o las calles de la ciudad, por lo que protegerse antes de hacer deporte se convierte en un gesto esencial. Decídete por una fórmula ligera, en formato bruma o aerosol 360 grados, resistente al agua y al sudor. Y si encima es capaz de mejorar nuestro olor corporal después de una sesión de *fitness* gracias a su aroma, ¿para qué queremos más?

Texto: Alexia Sánchez. **Fotos:** Getty / Gtresonline.

11,83 € Protector solar, de Ladival

36,97 € Emulsión fluida, de Singuladerm

39 € Spray transparente, de Coola

● Recuerda aplicar el protector cada dos horas cuando entrenas.

AFTERSUN, **SIEMPRE**

Da igual que te hayas quemado o no. Si has tomado el sol no debes saltarte este paso: al llegar a casa debes aplicarte una crema calmante y regenerante. "La fotoprotección debe acompañarse de una reparación e hidratación intensiva. El aloe vera y la rosa mosqueta son aliados para reponerte después de una jornada de sol", aclara **Patricia Cuenca**, directora del centro estético **Oxigen**.

29,50 € Gel refrescante, de Clarins

29,50 € Con aloe vera, de Clinique

24,90 € Calma y nutre, de Filorga

● Sigue usándolo después de las vacas para que la piel no se descame.

25,90 € Gel reparador, Biotherm

29,90 € Leche facial y corporal, de Nuxe