



# PELLE SANA E ABBRONZATURA PERFETTA: COME SCEGLIERE IL GIUSTO "DOPOSOLE"

*Posted on 24/06/2019 by Antonella Bognanni*

---

Con l'estate, arrivano immancabili i soliti consigli per avere una pelle sana e luminosa sotto il sole: evitare di esporsi durante le ore più calde, applicare sempre una protezione solare scegliendo con cura l'SPF più adatto al proprio fototipo, proteggersi con cappello e occhiali da sole, bere molta acqua, eccetera eccetera eccetera. Ma c'è una pratica che in molti sottovalutano e che raramente viene raccomandata, una pratica che è invece importantissima per il benessere della nostra pelle quando siamo in vacanza: sto parlando dell'applicazione di un buon [doposole](#).

Al tramonto, dopo una giornata passata in spiaggia, e dopo una doccia rinfrescante, non c'è nulla di più piacevole e di più salutare per l'epidermide dell'applicazione della crema doposole.



La pelle dopo l'esposizione al sole tende a diventare più secca, arida e spenta, e ha bisogno di una buona dose di idratazione **per mantenere l'abbronzatura più a lungo** e per conservare tono, morbidezza e luminosità.

*Un buon doposole non solo idrata e nutre la pelle, ma ha anche una funzione lenitiva, sfiammante e decongestionante per rivitalizzare e rinnovare la pelle stressata dal sole e per prevenire l'invecchiamento cutaneo.*

Non dimenticare poi che una pelle non idratata tende a favorire spellature e l'antiestetico effetto a macchia di leopardo, classico dell'abbronzatura che va via su una pelle trascurata.

Ma quali ingredienti dobbiamo ricercare in etichetta per scegliere una [crema doposole](#), ovviamente *ecobio*, che si prenda realmente cura della nostra pelle?

Ingredienti nutrienti ed emollienti come **Olio di Argan, Olio di Cocco, Olio di Oliva o Burro di Karité** non dovrebbero mancare, associati ad estratti rigeneranti, rinfrescanti e lenitivi come **Aloe, Calendula e Camomilla**, così da garantirci una pelle morbida e rigenerata.

Insomma, ci sono molte ragioni per cui non devi assolutamente dimenticare di mettere in valigia il

tuo doposole ecobio.

*Redazionale*