

1.- CREMAS “AFTER SUN”

Son reparadoras y están muy enriquecidas. Las nuevas ‘after sun’ empiezan a cumplir la función de las cremas de noche, pero con ingredientes específicos para calmar y regenerar la piel dañada por el sol.

Para recurrir a él no es necesario quemarse, tu piel te pide a gritos que la calmes e hidrates, incluso después de obtener un bronceado sano. Y es que el concepto de after sun ha cambiado mucho. Antes no había distinción y una misma crema para después del sol se utilizaba para todas las partes del cuerpo. Esto era porque se recurría a ella sólo en momentos concretos. De hecho, era cuando nos quemábamos, y no antes, cuando corríamos a comprarla. Ahora se concibe como tratamiento, es decir, durante las vacaciones podemos usar fluidos after sun para cara y cuerpo cada día, al volver de la playa o antes de acostarnos, ya que son cremas muy ricas más parecidas a la textura de las cremas de noche. Por supuesto que, si te has pasado ‘bebiendo’ sol, recurrir a este regenerador es algo indispensable, pero si no...también.

¿Sabes lo que ocurre exactamente en tu cuerpo cuando lo expones a los rayos solares? Según la Academia Española de Dermatología, “la parte más externa de la piel (epidermis) se vuelve más gruesa y las células cutáneas productoras de pigmentos se ponen a trabajar a marchas forzadas para producir melanina que, además de broncear la piel, la protege, porque absorbe la energía de los rayos ultravioleta y evita que éstos penetren en las capas más profundas”. Cuando esta melanina no es suficiente, al sol le es más fácil ‘traspasar’ la primera capa, y es entonces cuando se produce una reacción inflamatoria acompañada de enrojecimiento de la piel y hasta ampollas.

No sirve que uses una hidratante normal, pues ahora tu piel tiene unas necesidades de las que carece en otras épocas del año y los body milk no las cubren. Además de hidratación necesita repararse, calmar, bajar la inflamación (si la hay), evitar una más que posible descamación (a nadie le gusta pelarse)... Por eso las after sun llevan ingredientes específicos que varían en función de los resultados que prometen. Por ejemplo, el aloe vera, archiconocido por sus propiedades calmantes; la candelilla, arbusto cuya corteza produce un aceite con efecto antiinflamatorio; la centella asiática, vegetal usado para cicatrizar heridas; extracto de árbol mantequero, con vitaminas A, D, E y F, regeneradoras de la piel; la sandía, muy refrescante; o la mimosa, famosa por ser reconstituyente en piel dañada.

Según la dermatóloga Virginia García, “lo más importante para que las cremas reparadoras actúen es aplicarlas inmediatamente. Consiguen refrescar, calmar, bajar la inflamación... La descamación, sin embargo, es algo que suele ocurrir en una piel que se ha quemado por más que queramos evitarlo. Ahora bien, cuanto más hidratada esté la zona, menos evidente será la piel muerta y antes se regenerará”

2 X 1

Para aprovechar al máximo tu neceser de verano intenta que los productos solares que compras tengan, además, otras funciones. En el caso del after sun tienes varias opciones. Puedes hacerte con lociones con partículas doradas o plateadas para dar brillo a tu piel y satinarla; son perfectas para un look de noche. Otra buena idea es buscar un after que, además, sea autobronceador, con lo cual te ‘ayudará’ a coger color antes.

http://www.ar-revista.com/belleza/cara_cuerpo/cuidados_para_despues_de_sol

2.- AUTOBRONCEADORES. MORENO SIN RIESGOS.

Lucir un bonito bronceado requiere tiempo, dinero, y sol. Todo esto, sin tener en cuenta que la radiación solar puede hacer proliferar las arrugas y generar manchas en la piel.

Los autobronceadores nos permiten lucir un bonito bronceado y un vestuario más estival. Entonces ¿Por qué no recurrir a ellos para lucir un aspecto más saludable?

Mejoras visibles.

Los autobronceadores han evolucionado mucho y ya nada tienen que ver con aquellos productos que dejaban un antiestético color anaranjado en la piel. Hoy en día, gracias al trabajo de investigadores de todo el mundo y a sus fórmulas cada vez más perfeccionadas, los tonos son mucho más naturales.

Por otra parte, las nuevas fórmulas de autobronceadores incluyen filtros solares, así como oxidantes que retrasan el envejecimiento, ingredientes hidratantes, vitaminas y agentes exfoliantes. Además, todas aquellas personas que tienen la piel sensible también pueden disfrutar de sus ventajas ya que la mayoría de las marcas incluyen una gama para este tipo de pieles.

¿Qué es un autobronceador?

El autobronceador es un producto que tiene la capacidad de cambiar el tono de la piel en pocos minutos mediante una reacción química superficial diferente al proceso de bronceado natural.

Su principio activo, el DHA (dihydroxyacetona), un derivado natural de la caña de azúcar, reacciona con la queratina de la piel y le da un color tostado a los aminoácidos de las capas más superficiales de la epidermis. Esta reacción provoca la formación de pigmentos oscuros que aportan color a la piel. Originalmente, la DHA producía un color anaranjado en la piel, pero ahora podemos conseguir un bronceado dorado más natural.

La DHA es un polvo blanco cristalino que interacciona con los aminoácidos libres presentes en el sudor y la queratina, produciendo una sustancia marrón denominada melanoidina que crea el color marrón-anaranjado de los autobronceadores. Cuanta más queratina más color, por lo que las zonas de piel más gruesa (codos y rodillas) se pondrán más oscuras. El resultado es un oscurecimiento de la piel que no se debe a la producción de melanina, como pasa con el bronceado natural, sino que es más propio de un "tinte" que afecta sólo a las capas más externas de la piel. La intensidad variará también según la concentración del producto en DHA.

Bronceado reversible.

El bronceado obtenido a través de estos cosméticos es reversible, es decir desaparece a los 4 ó 5 días de su utilización. La piel va recuperando poco a poco su color natural debido al propio proceso de descamación natural de la piel. Se puede decir que con tan sólo una aplicación se tiene garantizado un moreno de 3 ó 4 días. Para ver los primeros resultados sólo hay que esperar unos minutos y la piel empezará a broncearse como por arte de magia.

Si se quiere un moreno más intenso, se debe repetir la aplicación en un par de días y cuando se obtenga el resultado deseado tan sólo hay que seguir con la dosis de mantenimiento cada 4 ó 5 días.

Cápsulas para broncearse.

Las cápsulas bronceadoras tienen como función preparar a la piel para el bronceado hidratándola y estimulando la síntesis de las melanocitos, responsables de la pigmentación natural. Para que este producto empiece a hacer efecto en la piel es necesario comenzar el tratamiento unos 15 días antes con el fin de que la piel vaya de manera paulatina almacenando las vitaminas y la carotena necesarias para la pigmentación. Una vez moreno, y para prolongar el bronceado adquirido es necesario retomar el tratamiento transcurridos los meses estivales. La dosis recomendada para obtener resultados óptimos es de dos comprimidos al día.

Autobronceadores para cada tipo de piel.

En la actualidad los autobronceadores están adaptados para dar respuesta a cada tipo de piel. Surgen así una nueva gama de productos que contienen sustancias que le ofrecen un plus de belleza y protección a la piel:

Hidratantes. Además de pigmentar la piel, ofrecen sustancias en su composición que hidratan especialmente la piel.

Reafirmantes. Combaten la flacidez, a la vez que ponen morena.

Protección solar. Muchos autobronceadores ya contienen protector solar, por lo que es una buena idea usarlos antes de ir a la playa para evitar verse completamente blanca y de este modo reducir las horas de sol y su efecto de envejecimiento sobre tu piel.

Especial piernas. Al eliminar las medias de nuestro atuendo es una de las partes que mejor queremos cuidar. En la actualidad existen en el mercado autobronceadores especiales para esta parte del cuerpo.

<http://www.elcuerpo.es/autobronceadores-moreno-sin-riesgos-item223.php>

3.-PROTEGE TU CABELLO DEL SOL

Al igual que la piel, el cabello sufre por la exposición solar. El inconveniente en este caso es que contrariamente a la piel no nos percatamos de las quemaduras de sol en el cabello. Más vale prevenir e impedir que el pelo se decolore, que se vuelva áspero y que reseque.

Más vale realizar estos tratamientos después de las vacaciones, ya que en estos casos el pelo sufre muy especialmente la exposición solar, el agua salada etc. porque la cutícula se vio expuesta a factores estresantes. Especialmente un pelo rubio o rojo puede decolorarse presentando toques amarillentos o verdosos. Para prevenirlo, conviene utilizar productos de cuidado que protegen el color. Un pelo decolorado puede fácilmente ser avivado con una espuma colorante.

La mejor protección contra el sol para el cabello.

- La mejor protección contra los nocivos rayos UV consiste en llevar un sombrero o un pañuelo de cabeza.
- Las que no quieren cubrirse la cabeza puede optar por una laca protectora.

Truco para proteger el cabello

- Pero no solo el sol afecta al cabello ya que el cloro, la sal y la arena lo atacan igualmente.
- Por esta razón conviene ducharse antes de tomar un baño, y esto no solo para mejorar la circulación sanguínea, ya que un pelo hinchado de agua dulce absorbe poca cantidad de agua de mar o de cloro.
- Aun así no hay que olvidar de aclarar y lavar bien el pelo después del baño, de lo contrario la sal podría reseca y restarle brillo. Los cristales salinos actúan además como diminutas lupas, aumentando los efectos negativos de los rayos UV.

Seca tu pelo antes de exponerte al sol

- El sol seca todo rápidamente, lo que si es práctico de un modo general pero nefasto en lo que al pelo se refiere, ya que los rayos UV producen agua oxigenada al estar en contacto con humedad.
- Esto puede oxidar o decolorar el pelo, lo que se traduce en un cabello de color más claro, pero también poroso. ¡Así que nunca vayas con el pelo mojado al sol!
- Tampoco conviene frotar el pelo ya que esto carda la cutícula. Mejor es que lo aprietes suavemente con una toalla, sin tampoco retorcerlo para exprimir el agua.

Cuidados del cabello después del sol

- Tras un largo día de playa deberías conceder a tu pelo una mascarilla o un acondicionador para reparar pequeños daños producidos en la cuticular y volverlo más fácil de peinar.
- Las mascarillas actúan mejor debajo de una protección térmica: Primero se amasa la mascarilla, se da un poco de aire caliente de secador, se pone un gorro de plástico y se envuelve todo en una toalla para dejar actuar el producto durante 15 a 20 minutos.
- Consejo: unos 15 ml de aceite de coco o de aceite de almendras mejoran el efecto de la mascarilla.
- La hidratación también juega un rol fundamental: Ideales son todos los productos que aportan brillo, especialmente aquellos que contienen pantenol y aloe vera, ya que protegen la cutícula capilar.

<http://www.cuidadodelcabello.net/el-cuidado-del-cabello/como-proteger-el-cabello-del-sol/>

4.- PROPIEDADES DEL ACEITE DE ARGÁN

El Argán, o *argania spinosa*, es una planta de flores que crece en los semidesiertos de Marruecos y en la provincia de Tindouf, al oeste de Argelia. Debido a la zona donde se extiende, han sido por tradición las mujeres bereberes quienes se han dedicado a su cultivo y a la elaboración del tan valorado aceite de argán. Por lo general, el fruto de esta planta se utiliza para alimentar al ganado.

Pero lo que hoy conocemos por aceite del argán es el que se obtiene de las semillas y a su vez es lo que se usa en cosmética debido a que este aceite contiene una gran cantidad de principios activos. El ácido oleico, linoleico, Omega 3 y la vitamina E son algunos de los principales componentes de este aceite.

Aunque actualmente este aceite se usa principalmente en tratamientos capilares ya que precisamente estos elementos ayudan a mejorar la salud del cabello y le aportan los nutrientes e hidratación necesarios. Por otro lado y dado su alto contenido en ácidos grasos esenciales (presentes en el 80% de su composición) y en fitosteroles, se usa también para reducir las inflamaciones y proteger el colágeno de la piel. Así, muchas cremas de masaje incorporan este elemento que además puede ayudar a aliviar los dolores reumáticos.

Principales aplicaciones en cosmética corporal

¿Sabías que el aceite de argán es uno de los principales componentes de muchos tratamientos anti acné? Gracias a sus propiedades hidratantes y ácidos que ayudan a limpiar la piel, este producto da muy buenos resultados. Para realizar la limpieza, basta con dejar actuar el aceite un tiempo prolongado y después retirarlo con abundante agua. Su uso regular también contribuye a la desaparición de pequeñas cicatrices o de las marcas producidas por el acné.

A sus propiedades hidratantes se suma su capacidad regeneradora y antioxidante, ayudando a mantener la piel joven y elástica. Por ello, es un antiarrugas excelente que puede aplicarse y dejar actuar toda la noche. También resulta muy útil como tratamiento contra la psoriasis.

Y es que el aceite de argán es apto para todo tipo de piel. Sirve para hidratar las pieles secas o para normalizar el exceso de las pieles más grasas. Se puede acentuar el efecto hidratante de este aceite si se aplica después de la ducha, cuando los poros estén abiertos para que se absorba mejor.

Aquí no acaba esta lista de aplicaciones. Este aceite multiusos es usado por muchas madres para calmar la irritación de la piel de los bebés como alternativa a los productos con alto contenido en elementos químicos. En el otro extremo, y aunque bien es sabido que las estrías son prácticamente imposible de eliminar una vez que aparecen, con el aceite de argán se puede prevenir su aparición. ¿Cómo? Mézclalo con aceite de almendras a partes iguales y aplícalo por el cuerpo diariamente, en las zonas más sensibles a que aparezcan y notarás mejoría de inmediato.

Por último, para aquellas que hayan conseguido dejar de morderse las uñas o simplemente tengan las uñas estropeadas o débiles, el aceite de argán también es uno de los productos que más se usan ya que es un importante agente regenerador de uñas.

<http://www.bekiabelleza.com/cuerpo/propiedades-aceite-argan-mejor-aliado-tratamientos-belleza/>

5.- CUÁNDO USAR PROTECTOR SOLAR

Nunca había sido tan necesario el protector solar para proteger la piel de los rayos nocivos del sol como ahora. Sin este cuidado cosmético básico, la piel del hombre envejece a pasos agigantados además de peligrar la salud cutánea. Todavía hay un porcentaje demasiado elevado de hombres que no comprenden la importancia de la protección solar. Motoristas, albañiles, guías turísticos o camareros de terraza salen a trabajar sin un protector solar facial de índice de protección (IPS) alto.

Hablemos de calidad de piel y del sol. No hay que huir de él porque lo necesitamos, necesitamos sus efectos beneficiosos tanto para la salud del organismo como para nuestro buen humor. Media hora de sol al día es vital, lo que hay que evitar son los efectos negativos de los rayos solares malignos.

La moda del bronceado lanza a los hombres a horas interminables tumbados al sol. Aunque no es la única actividad diurna por la que hay que proteger la piel. En la ciudad, el fin de semana en el campo, en la pista de esquí si tienes suerte. Hoy día el hecho de salir a la calle afecta a la piel, en especial a las más blancas y fotosensibles.

Si el conocimiento es poder, voy a explicarte el por qué de la incidencia de los rayos solares en el envejecimiento prematuro de la piel. Significa que la piel envejece más rápido de lo que debería, se hace más vieja que nuestra edad biológica. ¿Cómo?

Es una de las primeras y más importantes fuentes de radicales libres, esas moléculas inestables que cojean y no pueden realizar su trabajo correctamente. Aparecen las arrugas, la flacidez cutánea, los desórdenes de hiperpigmentación, la piel pierde su luz natural.

Contrarrestar los excesos de sol en la piel es más difícil y necesitas más presupuesto en cosmética que reparar los signos de envejecimiento por el paso del tiempo, por envejecer de causas naturales normales. Para pensárselo, ¿verdad?

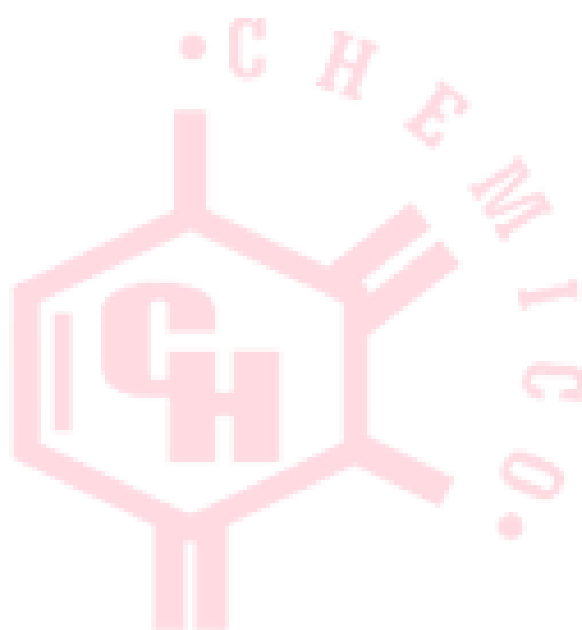
Si te he convencido para que cuides tu piel de los efectos negativos del sol, espero motivarte para que añadas el protector solar facial en tus cuidados diarios. El índice de protección debe ser 20, 30 o 50 según tu fototipo de piel y de las horas que vas a estar en el exterior. Las protecciones solares inferiores no son suficiente excepto en pleno invierno con cielo nublado.

Lo ideal es elegir un protector solar que incluya en la fórmula filtros UVA, UVB, IR y escudo protector del ADN celular. Por experiencia propia, mi recomendación es no utilizarlo solo. Para tener una piel de calidad, aplícalo sobre un serum o tu crema habitual. Otra posibilidad es aplicarlo como único tratamiento

facial de día y tener una buena crema de noche. El protector protege pero no tiene propiedades antiarrugas, reafirmantes o regenerantes. No hay que exigirle lo que no posee ni ofrece.

Precaución: si no has adquirido la buena costumbre de limpiaros la cara antes de ir a dormir, es el momento. El escudo protector que forma el solar en vuestra piel protege de día pero no deja respirar a pleno pulmón a las células cutáneas. Para no poner palos en la rueda de la regeneración nocturna, es importante eliminar cualquier resto con una adecuada limpieza del rostro. ¡Ya puedes descansar tranquilos, nosotros y nuestra piel!

<http://www.trendenciashombre.com/piel-y-manos/cuidados-cosmeticos-basicos-para-hombres-v-el-protector-solar>



ESPECIALIDADES QUIMICAS