

<http://chemical.pl/artykuly/chemical-news/12452/sutki-wakacyjnej-beztroski.html>

## Skutki wakacyjnej beztroski

09.09.2015 15:15:00

**Podczas konferencji dyskutowano o tym, jak zadbać o osłabioną skórę po lecie.**

Jeszcze 100 lat temu żadna szanująca się kobieta nie wyszłaby z domu bez parasolki, kapelusza, długiej sukni i rękawiczek chroniących skórę przed słońcem. Opalenizna była zarezerwowana tylko dla osób pracujących w polu. Modę na opalenizną wykreowała w latach 20-tych XX wieku Coco Chanel - zaprojektowała nie tak odległe współczesnym kostiumy kąpielowe i ta moda trwa.

Pielęgnacji skóry po lecie poświęcone było spotkanie zorganizowane przez Polskie Stowarzyszenie Producentów Kosmetyków i Środków Czystości 8 września 2015 roku w restauracji „Pod Gigantami”. Wykład o tym jak pielęgnować osłabioną słońcem i wiatrem cerę wygłosiła dr Anna Oborska – Dyrektor Generalny Stowarzyszenia. Podczas konferencji próbowano udzielić odpowiedzi na szereg pytań, m.in. jak regenerować nadmiernie opaloną skórę, czy filtrów UV powinno się używać tylko latem, czy też może również w innych porach roku, a także jakich składników poszukiwać w kosmetykach?



Z udanego urlopu wracamy wypoczęci, uśmiechnięci i... obowiązkowo opaleni! Nasza psychika kwitnie, a ciało? Jeśli nie jęczy od poparzenia, to i tak potrzebuje gwałtownej regeneracji. W przypadku niestosowania preparatów z filtrem szczególnie ucierpiały na osoby o jasnej karnacji, których skóra wykazuje mniejszą zdolność do wytwarzania melaniny. Melanina to naturalny filtr chroniący skórę przed działaniem promieniowania UV. Jak zatem zadbać o osłabioną skórę po lecie?

*- Trzeba przede wszystkim pamiętać, że przyjmując spore dawki promieniowania UVA i UVB dostarczyliśmy naszej skórze dużą dawkę czynników przyspieszających jej starzenie. Zadbajmy zatem o intensywną regenerację. Tu z pomocą idą nam preparaty zawierające witaminy E, A i C, flawonoidy i ekstrakty roślinne. Pielęgnując skórę po lecie pamiętajmy także o potrzebie intensywnego nawilżenia. Przesuszonej skórze towarzyszy szereg niekorzystnych zmian. Te szkody ograniczymy stosując odpowiednio dobrane kremy – mówi dr Anna Oborska.*

Przemysł kosmetyczny nie ustaje w poszukiwaniu innowacyjnych receptur pozwalających cieszyć się słońcem, ograniczając szkodliwe skutki promieniowania – mamy na rynku szeroką gamę preparatów z filtrem. O czym trzeba pamiętać szczególnie?

*- Choć lato za nami, nie zapominajmy, że promieniowanie dociera do nas przez cały rok i we wszystkich miesiącach może być naprawdę szkodliwe. Nie rezygnujmy z właściwej ochrony skóry także poza sezonem urlopowym. Czytajmy etykiety produktów pielęgnacyjnych i wybierajmy te, które w swojej formule zawierają filtry UV - mówi dr Anna Oborska.*