

## COME PRENDERSI CURA DI UNA PELLE SENSIBILE IN ESTATE: I CONSIGLI DAGLI ESPERTI DI CETAPHIL®

*5 segnali di una pelle sensibile e 5 segreti da seguire per proteggere la pelle durante l'esposizione al sole*

Milano, 11 luglio 2024 – Prendersi cura della propria pelle è un'azione ormai fondamentale che svolgiamo come un rituale mattina e sera, una coccola per sé per ripristinare l'equilibrio cutaneo dopo l'esposizione quotidiana ai diversi agenti esterni che possono influenzare la salute della pelle. Ma cosa succede quando arrivano le vacanze e si è maggiormente esposti alla luce del sole, soprattutto se si è alla ricerca della tanto sognata tintarella?

Quando siamo in vacanza abbiamo un mood più disteso e può capitare di abbandonare le nostre canoniche abitudini anche in fatto di beauty routine. Ad esempio, utilizziamo meno prodotti e lasciamo la pelle libera, ci trucciamo meno di frequente e pensiamo la pelle possa necessitare di meno attenzioni.

In realtà, è specialmente durante il periodo estivo, nel quale le belle giornate trascorse all'aria aperta, al mare, in montagna o in città sono le protagoniste, che la pelle - e in particolare quella più sensibile - può essere soggetta a diverse problematiche come ad esempio la scarsa idratazione, la pelle che tira, gli arrossamenti, gli eritemi solari, la perdita di elasticità e ancora la comparsa di macchie. Lo sa bene **Cetaphil®, il marchio di Galderma che dal 1947 studia e realizza prodotti specificatamente formulati per prendersi cura della pelle sensibile.**

Una pelle sensibile, infatti, può presentarsi in diversi modi e in risposta a una serie di fattori scatenanti come anche l'esposizione alla luce solare. Infatti, secondo il recente studio di Galderma presentato a marzo 2024 all'Annual Meeting of American Academy of Dermatology di San Diego ed eseguito su un campione di oltre 10.000 persone in tutto il mondo, tra le principali cause esterne di una pelle sensibile l'esposizione al sole si classifica al terzo posto, subito dopo gli sbalzi di temperatura e le alte temperature.

È per questo che il brand ha formulato i suoi prodotti in modo che possano essere efficaci per ogni esigenza, individuando, attraverso studi scientifici, **5 principali segni di una pelle sensibile:**

1. **Secchezza:** se la barriera cutanea è fragile o danneggiata la pelle subirà una maggiore perdita d'acqua, per questo la secchezza è frequentemente associata alla pelle sensibile; chi ha pelle secca ha 3 volte più probabilità di avere la pelle sensibile.
2. **Irritabilità:** è una spiacevole sensazione puntoria e di prurito causata dalla disfunzione dell'attività neurosensoriale.
3. **Pelle ruvida:** quando si ha pelle secca e sensibile, la regolare desquamazione può risultare alterata e possono svilupparsi fenomeni di pelle squamosa, opaca e irregolare.
4. **Pelle che tira:** è una manifestazione di una pelle carente di idratazione; può interessare quasi il 98% delle persone con pelle sensibile.
5. **Indebolimento della barriera cutanea:** una barriera cutanea assottigliata o danneggiata permette una più facile penetrazione delle sostanze potenzialmente irritanti e una perdita di idratazione della pelle.

Per evitare queste spiacevoli condizioni o proteggere e riparare la nostra pelle in presenza di questi segnali, va prestata particolare attenzione non solo durante l'esposizione diretta, ma anche successivamente: dopo ogni esposizione al sole è infatti importante prendersi cura della pelle con **prodotti specifici**, in grado di **lenire e minimizzare** alcuni "fastidiosi" effetti delle radiazioni ultraviolette.

Cosa fare allora per mantenere il benessere della propria pelle senza dover rinunciare ai benefici del sole? Ecco alcuni suggerimenti utili dagli esperti di Cetaphil®:

1. **Applicare sempre un prodotto con fattore di protezione solare**  
La pelle ha una scarsa tenuta di fronte all'azione dei raggi UV e, per questo motivo, è necessario ricorrere alla protezione data dalla **crema solare**. Bisogna sceglierla **con SPF** (Sun Protection Factor – Fattore di Protezione Solare) **idoneo al proprio fototipo** (tanto più alto, quanto si appartiene a un fototipo con

pele molto chiara, capelli biondi, reattività al sole, scarsa tendenza ad abbronzarsi). Da usare sempre, non solo al mare, e da applicare più volte (ogni 2/3 ore) su tutte le aree esposte.

## 2. Dopo il sole, detergere

La **detersione della pelle**, sia per il viso che per il corpo, è fondamentale per rimuovere i residui di prodotto solare e le impurità accumulate (sudore, sabbia, ecc.).

È importante che i **prodotti** per la deterzione siano **formulati per essere ben tollerati** anche da pelli più sensibili, come nel caso di quelle esposte allo stress solare, che siano **privi di alcool e di profumi** - spesso fotosensibilizzanti - e che deterga rispettando il film idrolipidico di protezione della pelle, senza disidrarla. Particolare attenzione va inoltre posta nella deterzione della cute lesa da scottature intense ed eritemi solari. In tal caso il detergente da prediligere deve essere fisiologico – quindi con un pH non troppo acido - per non aggravare la condizione, meglio se contenente ingredienti con azione lenitiva e restitutiva. Il risciacquo deve essere effettuato con abbondante acqua fresca.

## 3. Idratare, idratare, idratare

Il terzo step dopo l'esposizione solare è quello di **ristabilire una corretta idratazione cutanea**. In particolare, l'esposizione prolungata al sole, oltre a determinare fotoinvecchiamento, eritemi e scottature, sottrae alla pelle una notevole quantità di acqua, e provoca un danneggiamento del film idrolipidico e della struttura di barriera cutanea.

Dopo un bagno di sole è sicuramente essenziale ripristinare il corretto livello di idratazione cutanea, ma anche aiutare la **ricostituzione del film idrolipidico**, migliorando così sia l'aspetto estetico che funzionale della pelle. È consigliabile quindi l'applicazione di **prodotti a base di sostanze idratanti** ed umettanti, che consentano allo strato corneo di aumentare il suo contenuto di acqua, evitando invece quelli a base di alcool e di profumi, potenzialmente irritanti.

Proprio in questa fase, i prodotti "mai più senza" sono il **Fluido Idratante e la Crema Idratante di Cetaphil®**, non irritanti e non comedogenici, clinicamente testati per offrire risposte specifiche anche alle pelli secche e molto secche, irritabili o più sensibili.

### FLUIDO IDRATANTE



Per pelle normale, secca e sensibile, la sua formula è leggera, a rapido assorbimento e non grassa. È clinicamente dimostrato che il Fluido Idratante Cetaphil® aiuti a ripristinare completamente la barriera cutanea in una sola settimana e fornisca un immediato effetto lenitivo già dal primo utilizzo (97%). La formula del Fluido Idratante si arricchisce di un nuovo complesso di ingredienti studiato per la pelle sensibile: **Glicerina**, per aiutare a prevenire la secchezza, **Niacinamide**, per rafforzare la barriera cutanea, e **Pantenolo**, per lenire e riparare la pelle secca. I nuovi ingredienti si sommano all'**Olio di Avocado** e all'**Olio di Semi di Girasole** dalle proprietà emollienti, nutritive, dermostitutive e filmogene.

**Flacone da 470 ml 25,90 €\***

**Flacone da 237ml 14,90 €\***

\* Prezzo al pubblico suggerito

### CREMA IDRATANTE



Per pelle secca, molto secca e sensibile di viso e corpo, ricca e clinicamente testata per accelerare la riparazione della barriera cutanea danneggiata. Reidrata la pelle rapidamente diminuendo la perdita d'acqua transepidermica e favorendo il ripristino di una corretta idratazione cutanea, fin dalla prima applicazione. Dopo una settimana ripristina completamente la barriera cutanea danneggiata. Anche la Crema Idratante presenta ora tra i suoi ingredienti **Glicerina, Niacinamide e Pantenolo**, che vanno ad arricchire le proprietà emollienti e idratanti dell'Olio di Mandorle Dolci e la vitamina E antiossidante, fornendo un'idratazione intensa e di lunga durata per 48 ore.

**Barattolo da 450g 25,90€\***

**Tubo da 100g 9,90€\***

\* Prezzo al pubblico suggerito

#### 4. Bere, bere, bere!

Il consiglio storico ma sempre da seguire: idratarsi, in maniera costante e avendo sempre a portata di mano dell'acqua fresca per fornire la corretta idratazione alla nostra pelle.

Il consiglio furbo: se consumi acqua con fatica, prova ad arricchirla con qualche erba aromatica o con una tisana del tuo gusto preferito.

#### 5. Scegli abiti freschi

Per completare la protezione di una pelle stressata dal sole, è consigliato prestare attenzione anche ai materiali degli indumenti, per evitare abiti che causino una eccessiva sudorazione e una conseguente irritazione. Da prediligere tessuti naturali, traspiranti e comodi come cotone, lino e canapa. I tessuti artificiali, infatti, contengono un'eccessiva quantità di coloranti e di sostanze residue rilasciate dai processi di lavorazioni che possono contribuire ad irritare e danneggiare la pelle.

#### **A proposito di Cetaphil**

Cetaphil®, nasce nel 1947 da un farmacista come una formula semplice e altamente tollerabile con la quale realizzare rimedi dermatologici: è una linea cosmetica completa, specificamente realizzata per rispondere alle esigenze quotidiane di tutti i tipi di pelle, in particolare delle pelli più sensibili. In collaborazione con dermatologi e scienziati, Cetaphil® ha condotto oltre 550 studi clinici su oltre 32.000 pazienti, individuando 5 segni di sensibilità cutanea – secchezza, irritabilità, pelle ruvida, pelle che tira e indebolimento della barriera cutanea – per fornire risposte efficaci con prodotti mirati. Per maggiori informazioni: <https://www.cetaphil.it/>

#### **A proposito di Galderma: Advancing dermatology for every skin story**

Galderma, la più grande azienda di dermatologia globale indipendente al mondo, è stata creata nel 1981 ed è ora presente in oltre 100 Paesi con un ampio portafoglio di prodotti di dermatologia terapeutica, farmaci e dispositivi medici per la medicina estetica e prodotti per la cura della pelle sensibile. L'azienda collabora con professionisti sanitari in tutto il mondo per soddisfare le esigenze di salute della pelle delle persone in tutte le fasi della loro vita. Galderma è leader nella ricerca e nello sviluppo di soluzioni dermatologiche. Per maggiori informazioni: <https://www.galderma.com/italy>

#### **Contatti - Havas PR**

Rossana Frustaci *Head of Lifestyle*

e-mail: [rossana.frustaci@havaspr.com](mailto:rossana.frustaci@havaspr.com)

cell: +39 342 8086112

Federica Castagna *Senior Account*

e-mail: [federica.castagna@havaspr.com](mailto:federica.castagna@havaspr.com)

cell: +39 334 6459430