

HOLA, SÓC DERMIA

Lorena Vaquer Navarro

Sense donar-me compte ens hem plantat a mitjan Juny i quasi m'agarra el bou; no he preparat encara les meues lletretes per al Tossal Gros!!!...

Clar, entre batejos, comunions i enllaços... tot això m'ha portat molta feina (cosa que agraiïsc) i al mateix temps no he tingut molt de temps lliure per a seure i contar-vos les meues coses, per això no vaig a deixar passar un minut més i ací estic de nou per a parlar-vos del que porta el temps, és a dir, la calor i el sol natural, aleshores seran els bronzejadors.

Existeixen al mercat olis, cremes, sprais, llets, gels, aigües i tot tipus de textures. Les qualitats més importants seran que continguin principis actius amb vitamina E i que porten substàncies suavitzants i filtres solars en una proporció molt més alta que en altres cosmètics.

Els rajos del sol penetren en la pell proporcionant el to bronzejador que tant afavoreix, però també contribueix al seu envelliment prematur i el seu excés pot tenir efectes nocius a llarg termini. Aquestos efectes és important atenuar-los amb protectors solars.

*És convenient utilitzar un bronzejador per al cos i un altre per a la cara, ja que esta és més sensible.

*Cal vigilar especialment els llavis, el voltant dels ulls i els cabells.

*Els olis bronzejadors sols estan indicats per a pells amb gran resistència al sol o ja bronzejades.

*Les cremes és preferible aplicar-les 15 minuts abans de l'exposició al sol. Cal repetir-se l'aplicació amb freqüència.

*Les persones de pell clara no deuen sobrepassar el temps d'exposició, poden cremar-se amb facilitat.

*És recomanable prescindir de tot tipus de maquillatge i perfums, poden provocar l'aparició de taques i irritacions de la pell.

*Quan es pren el sol és necessari un suplement extraordinari d'aigua per a previndre la deshidratació.

*Cal evitar l'exposició al sol quan es prenen certs medicaments, i a certes hores del dia.

*Les persones amb alteracions circulatòries han de prendre determinades precaucions com utilitzar productes amb protecció total i no

prendre el sol directament.

*Seguir una dieta rica en vitamina D activa el bronzejat. Com també són recomanables les safanòries.

*Després del bronzejat és imprescindible l'aplicació del bàlsam o aftersun.

Bé, ja estic prou acalorada i morena després de tant de sol. Crec que per a relaxar-me em posaré un ratet les botes de presoteràpia...(Ja us he ficat el caramellet en la boca,eh?) doncs us puc avançar que és una de les dues novetats que DERMIA ha adquirit per a fer més efectius els tractaments corporals, ...però això ja ho deixem per a un altre dia.

Ah i no oblideu fer-vos el peeling corporal de tant en tant.

NOTA ESPECIAL.

Dedicat a César, eixe xic nascut a Sevilla, criat a Valladolid i resident a Sant Mateu que tímidament em va preguntar un dia: tu eres "Hola, sóc Dermia?".

