

F

solo
1€

N.23 settimanale 9 giugno 2020 1 euro

DONNE CORAGGIOSE
SFIDO IL DESERTO DI GHIACCIO
PER AIUTARE IL PIANETA

Moda
ETICA E GLAM

Beauty
IL MARE
SULLA PELLE

VIAGGI
DALLE DOLOMITI
ALL'ABRUZZO
8 INDIRIZZI ECO DA
NON PERDERE

AMIC LA NATURA

COME SALVARE LA TERRA E NOI STESSI

Elle
Fanning

SULL'AMBIENTE
ASCOLTATE NO
MILLENNIA

JOAQUIN PHOENIX
VEGANO, HO DETTO
BASTA ALLA CRUDELTÀ
DELL'UOMO

DA GISELE
A ELSA PATAKY
MAMME CHE
TRASMETTONO AI FIGLI
UNA COSCIENZA GREEN

NUMERO
DA
COLLEZIONE

ISSN 2280 773X

00023 >



9 772280 773004



CAIRO EDITORE

il mare sulla PELLE

Niente ci sa coccolare, accogliere e abbracciare come il Mediterraneo. Perfino viziare. Se da una parte euforizza lo spirito, dall'altra tonifica il corpo e lo rimodella. Il mare ci accudisce e ci protegge ma, a sua volta, va preservato. Con piccoli gesti come una beauty routine che non ne metta a rischio l'ecosistema (sono 14 mila le tonnellate di creme che inquinano gli oceani, ogni anno). Basta scegliere formule naturali, non inquinanti e rispettose della pelle e dei fondali

Bisogna tutelarlo come un bene prezioso, il mare. Non solo per salvaguardare l'ecosistema del pianeta intero, cioè la vita di tutti noi, ma, più prosaicamente, anche la nostra salute e bellezza. «L'acqua marina ha le stesse proprietà e caratteristiche di un'acqua termale salsobromiodica, vantaggiosa, in modo particolare, per la circolazione sanguigna e linfatica», racconta Angelo Bianco, medico nutrizionista e termalista ad Abano Terme. «In più è uno scrigno che racchiude minerali essenziali per l'uomo e un'importante presenza di microfauna come plancton e alghe. I minerali, tra cui cloruro di sodio, bromo, magnesio, calcio, potassio e iodio, si trovano in percentuali ottimali (tra 36 e 39 per mille nel Mediterraneo), e vantano una duplice azione esfoliante e rimineralizzante sulla pelle, migliorandone, tra l'altro, elasticità e compattezza». Lo iodio, poi, ottimizzando la funzionalità della tiroide, accelera il metabolismo del corpo con un conseguente effetto snellente. Un'altra fonte di iodio è rappresentata dalle alghe come fucus, laminaria e posidonia oceanica. Quest'ultima, a dispetto del nome, tipica delle acque mediterranee, contiene, oltre allo iodio, i polifenoli (per esempio acido cicorico, caffeico e ferulico), i flavonoidi e gli acidi grassi essenziali che hanno una potente attività antiossidante e virtù elasticizzanti, tonificanti, rivitalizzanti e perfino antimacchia. ►





1. Con alga bio e menta acquatica è certificato NaTrue e vegan, Gel Doccia Nutriente Soft Purity LaVera (5,69 euro).
2. Fa parte della gamma solari Reef Friendly con schermi fisici, BB Cream Spf 50 Botanical Sunscreen Tinted Face Australian Gold (32,90 euro).
3. A base di alga rossa neutralizza gli effetti nocivi

- del calcare, Gel Doccia Bain Marin Réponse Corps Matis (30 euro).
4. Eco sostenibile grazie al pack plastic free e alla formula solida anti spreco, Shampoo Bar Love Beauty and Planet (7,99 euro).
5. Con il sale delle Saline Conti Vecchi di Cagliari del Fai, Bagnoschiama Fior di Salina L'Erbolario (9,90 euro).

I FILTRI CHIMICI “VECCHI” danneggiano i coralli e il sistema ormonale

«Il solare buono per la pelle e il mare dev'essere racchiuso in un flacone riciclato e riciclabile, e non deve contenere nanofiltri e microplastiche. Anche se non esiste ancora l'obbligo per legge di escluderli dalle protezioni che, attualmente, vale soltanto per detergenti a risciacquo ed esfolianti. Inoltre gli schermi, presenti in quantità limitata (meglio sotto i 4), devono rispondere a determinati requisiti», spiega Mariuccia Bucci, dermatologa a Sesto San Giovanni e responsabile scientifico Isplad. Fondamentale non ci siano filtri chimici di vecchia generazione (benzofenone, octocrilene, octyl methoxycinnamate e altri cinnamati), sospettati di appartenere alla categoria dei perturbatori endocrini, che interferiscono con le attività ormonali e sono nocivi per il mare. In particolare sono accusati di favorire lo sbiancamento e il danneggiamento dei coralli. Non a caso alcuni Paesi tropicali hanno vietato l'uso delle creme che li contengono, come Hawaii e l'isola indonesiana di Palau. «I filtri ecofriendly sono realizzati con speciali bioplastiche ridotte in polvere, fino a diventare microscopiche sfere, ottenute da fonti vegetali rinnovabili e biodegradabili. Creati per ridurre l'impiego di schermi chimici, aumentano la performance di resistenza all'acqua».

LA PROTEZIONE IDEALE è bio, ecosostenibile e predilige schermi fisici

I solari “rispettosi” contengono anche i filtri fisici, che non danneggiano l'ecosistema, hanno l'approvazione dell'FDA americana e sono gli unici presenti nei solari bio. Vale a dire l'ossido di zinco che scherma gli Uva, responsabili dell'aging cutaneo e di altri danni biologici permanenti e cumulativi, e il biossido di titanio, che protegge dagli Uvb, causa di scottature ed eritemi. «Sono ecosostenibili i mix di filtri fisici e chimici di nuova generazione, come mexoryl e tinosorb, che schermano da infrarossi e luce blu». Infine solari e aftersun dovrebbero essere privi di coloranti e derivati del petrolio, occlusivi, comedogenici e non biodegradabili. I migliori prevedono anche ingredienti che si prendono cura della cute. «Vedi antiossidanti naturali come licopene del pomodoro, antociani dei mirtilli, carotenoidi e astaxantina, estratti rispettivamente dall'alga dunaliella salina e dalla haematococcus pluvialis», conclude la dermatologa. Nutrimiento e idratazione, invece, sono assolti da burri e oli vegetali, come karité, cocco, argan. ▮

© Riproduzione riservata