



CREMA SOLARE



come sceglierla e a quali
ingredienti non vegan fare
attenzione





Proteggere la pelle sotto il sole, si sa, è fondamentale

ma come capire qual è la protezione più adatta per noi e il nostro tipo di pelle?

Come essere certi, in assenza di un marchio di certificazione vegan, di star acquistando un prodotto 100% vegan? Facciamo chiarezza.





Prima di tutto, è bene chiarire cos'è l'SPF:

con questa sigla si indica la misura della **quantità di luce UVB che le creme solari possono filtrare**. Più specificatamente, è una misura del **tempo che si può trascorrere sotto il sole** senza scottarsi. Per assicurarsi abbronzature dorate ma senza rischi per la pelle, è importante trovare quello più adatto a proteggerci, in base alla nostra carnagione.





Oltre all'SPF, poi, per scegliere una crema solare è importante fare attenzione agli ingredienti:

prediligi solaricon filtri fisici

- **considerati più sicuri** - rispetto aquelli chimici, e fai attenzione agli ingredienti non vegan. I solari, come tutte le creme e i cosmetici, **possono però contenere e ricorrere a sostanze di origine animale** nella loro formulazione per la loro azione nutriente ed emolliente. Vediamone insieme tre che è bene evitare.





CERA D'API (BEESWAX)

Viene utilizzata proprio per garantire un'azione emolliente e nutriente sulla pelle. Chiaramente di origine animale, può essere **sostituita con cere vegetali** come la **cera Candelilla** (Candelilla Wax) o con **burri vegetali** come quello di cacao (Theobroma cacao Seed Butter).





MIELE (MEL)

Non serve dire che si tratti di un ingrediente di origine animale: il miele può essere presente tra gli ingredienti di alcune creme solari in commercio. Viene infatti utilizzato per l'azione idratante ed emolliente. Come per la cera d'api, **una soluzione per sostituirlo è rappresentata da oli e burri vegetali.**





ACIDO STEARICO (STEARIC ACID)

Consente di emulsionare correttamente i filtri fisici nelle creme solari. **Potrebbe essere di derivazione animale, ma è uno di quegli ingredienti che è possibile trovare anche in versione vegetale.**

In questo caso acquistare un prodotto certificato ti garantisce che l'acido stearico non sia derivato dallo sfruttamento animale.





Bene: hai trovato una crema solare vegan,



ma quale scegliere in base al proprio tipo di pelle, il cosiddetto fototipo? E soprattutto: **quanti fototipi esistono** e come abbinare ad essi il giusto SPF?*



FOTOTIPO 1:

Capelli biondi o rossi, pelle chiara, lentiggini; le persone con questo fototipo tendono a scottarsi facilmente. Importante scegliere una crema con un SPF 50+.

FOTOTIPO 2:

Capelli biondi, pelle chiara, occhi azzurri o verdi; anche a questo fototipo si consiglia una protezione alta con SPF 50.



FOTOTIPO 3:

Capelli castani, pelle chiara oppure olivastro/mediterranea, occhi castani.

Le persone con questo fototipo si abbronzano a poco a poco: per loro è adatta una protezione media con SPF 30.



FOTOTIPO 4:

Pelle olivastro, occhi scuri, capelli bruni.

Questo fototipo si abbronzava con più facilità. Meglio iniziare l'esposizione con una protezione media SPF 20.

FOTOTIPO 5:

Pelle olivastro, occhi scuri, capelli neri.

Per questo fototipo è sufficiente una protezione bassa, con SPF 10/15.

FOTOTIPO 6:

Pelle scura, occhi scuri, capelli neri.

Anche per questo fototipo è sufficiente una protezione bassa, con SPF tra 6 e 10.





L'azione protettiva delle creme solari deve essere accompagnata ad un'esposizione al sole attenta e prudente.

Per sapere se la tua crema solare è vegan vai su biodizionario.it

**Be the CHANGE
GO VEGANOK**

