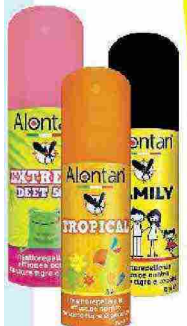


In caso di ferite, abrasioni, ustioni ed ematomi, **TROSYD REPAIR** CREMA Giuliani (12,40 €).



Indispensabili in vacanza

Alontan **EXTREME**, a base di Deet al 50%, dai 18 anni in poi (11,90 €); Alontan **TROPICAL** protegge contro zecche, zanzara tropicale, zanzara tigre, zanzara comune e tafani (9,90 €); Alontan **NEO FAMILY** per tutta la famiglia (9,90 €). Pietrasanta Pharma.



Attenua il fastidio in caso di arrossamenti e irritazioni **CALENDULA** Pomata Eudermica Bio, **Bios Line** (11,50 €). **TEA TREE** Pomata Eudermica Bio, **Bios Line** (11,50 €), è invece indicata per le punture di insetto.



Nausea in auto? I bracciali **P6 NAUSEA CONTROL** esercitano una pressione che riproduce per ore gli effetti benefici dell'acupressione (16,50 €).



Protezione multinetto per 7 ore con **SOS INSETTI SPRAY Puresential** (9,95 €, 75 ml; 19,90 €, 200 ml). Protezione più effetto lenitivo con **SOS PUNTURE SPRAY BIMBO Puresential** (9,95 €).



Mette in fuga moscerini e zanzare la lozione insettifuga repellente per **MOSQUITO BLOCK TROPICAL** di ESI (9,90 €).



Idrata le labbra e le protegge **CONNETTIVINA STICK SUN** spf 30 Fidia (8,50 €).



GENTE benessere

a cura di Giulia Stolfà



Punture di zanzara, scottature solari, incontri ravvicinati con meduse e pesci ragno. «Non mettetevi in viaggio senza i prodotti di primo soccorso», dice la dermatologa

Senza il kit-farmacia LA VALIGIA È INCOMPLETA

Quando si viaggia bastano alcune accortezze per evitare fastidi e piccoli guai di stagione, a cominciare da quelli della pelle. Ecco come prevenirli e come non farsi trovare impreparati. «I segni lasciati dallo stress da lockdown a volte si manifestano con una maggiore reattività della cute», spiega la dottoressa Corinna Rigoni, Dermatologa a Milano e presidente dell'Associazione donne dermatologhe Italia (Ddi). «Per questo possono comparire facilmente eritemi solari, con bollicine rosse e prurito, anche in chi di solito non ha la pelle particolarmente sensibile». Come intervenire? «Per prima cosa evitate di continuare a esporvi al sole se compaiono bollicine e rossori. Quindi ricorrete a preparazioni lenitive e antinfiammatorie che calmano la sensazione di prurito e bruciore. Ideali quelle a base di piante come aloe, calendula, bisabololo, e sostanze come ossido di zinco. Si tratta di attivi utili anche in caso di scottature solari». Che fare quando ci si scotta sul serio? «Bisogna muoversi su due fronti: calmare e ristrutturare. Per riparare la pelle lesionata

funzionano bene i prodotti a base di pantenolo». E se in acqua si incontra qualche pesce urticante? «Medusa, pesce ragno e scorfano possono lasciare ricordi fastidiosi. Per prima cosa lavate la parte con acqua salata per eliminare le tossine e rimuovete subito eventuali spine o parti urticanti, quindi disinfettate. I preparati ad hoc si acquistano in farmacia. Meglio averli sempre con sé». Quanto alle punture di zanzara, ecco gli accorgimenti: «Per prevenirle applicate il repellente più adatto anche di giorno (la zanzara tigre ha abitudini diurne), chiedendo informazioni nelle farmacie della località di vacanza. In commercio ne esistono di vario tipo. Quelli per bambini sono ideali per chi ha la pelle delicata». Il consiglio finale della dermatologa, valido per tutti: «Ricordate di preparare un kit di pronto soccorso da inserire in valigia consultando il medico di famiglia prima della partenza. Senza dimenticare i farmaci abituali».