

Scottature solari: i metodi naturali per curarle



Le giornate in spiaggia e le scampagnate in montagna sono accomunate da uno stesso rischio: quello delle scottature solari. Ti sveliamo quali sono i metodi naturali per alleviare il fastidio e risolvere il problema.

La causa delle scottature

Stare **troppo tempo al sole** o **non proteggersi adeguatamente** può provocare l'insorgenza di una scottatura: i **raggi ultravioletti** esercitano un'azione prolungata sulla pelle e fanno sì che compaiano arrossamento, prurito, bruciore e dolore. Gli effetti del sole possono farsi notare già dopo trenta minuti, a seconda dell'orario e del calore.

Se hai una **carnagione molto chiara** il pericolo è ancora più elevato e hai bisogno di creme e prodotti solari che ti permettano di abbronzarti in modo sano e uniforme. Dalla scottatura infatti, nei casi più gravi, si può arrivare a sviluppare un vero e proprio **eritema solare**, con gonfiore e bolle acquose, a cui segue una desquamazione della pelle. Inoltre, se l'area sembra molto estesa e si accompagna a febbre alta, è opportuno consultare subito un dottore.

Perché non sottovalutare le scottature

Oltre al fastidio momentaneo è bene tener presente che una cattiva esposizione e un'abbronzatura non salutare possono avere **conseguenze** anche abbastanza **serie**. Infatti si va incontro a:

- **Invecchiamento** precoce della pelle (formazione di rughe e macchie)
- **Perdita di elasticità** della pelle
- Danni al **DNA**

- Melanoma e **tumori della pelle**

Al di là di patologie molto gravi, la bellezza della tua pelle passa anche per la tua attenzione e per la miglior protezione dal sole.

I metodi naturali

A chiunque sarà capitato, dopo una lunga partita a racchettoni in acqua, di avere il viso o le spalle arrossate: per guarire queste lievi scottature ti suggeriamo qualche metodo completamente naturale, ma altamente funzionale.

- **Impacco con Gel di Aloe Vera:** ti basta applicare sulla parte interessata una noce di [Gel d'Aloe Vera](#), da spalmare proprio come una crema. Puoi avvolgere la parte in un telo e tenerlo su per più di mezz'ora.
Per un effetto rigenerante tieni il flacone in frigo, la sensazione di freschezza sarà ancora più forte!
- **Impacco al Té Verde:** metti in infusione il [Té Verde](#) e aspetta che si raffreddi. A quel punto applica sulla pelle le bustine (se hai usato quelle) o un panno imbevuto. Puoi anche aggiungere il té all'acqua del tuo bagno per goderti al meglio il momento della vasca!
- **Bagno con Aloe:** ti consigliamo di usare per il bagno o anche per la doccia l'Aloe. Puoi diluire una parte del Gel o, ancora meglio, usare un vero e proprio bagnoschiuma all'Aloe. Potresti provare il nostro [Aurora](#), in cui trovi anche l'estratto di calendula e gli Oli Essenziali naturali puri di lavandino, eucalipto e menta.

Inoltre usa il **prodotto protettivo** più sicuro per te: se vuoi un'abbronzatura che però non renda la pelle secca e disidratata puoi usare un [Gel Abbronzante all'Aloe](#) in cui l'azione protettiva di questa pianta si lega ai principali responsabili del processo di neo-sintesi della melanina. [Visita il nostro sito](#) per prepararti alle vacanze con i migliori alleati naturali.

Metti in valigia le creme solari e questi piccoli suggerimenti per il doposole: proteggi e rendi bellissima la tua pelle anche in estate!