

## CHECKLIST FOTOPROTEZIONE IN GRAVIDANZA

Cambiamenti della pelle in gravidanza e strategie di fotoprotezione



- Aumentata Produzione di Melanina
- Iperpigmentazione (e.g.: Melasma/Cloasma)



Protezione solare ad ampio spettro



Cappello a Tesa Larga



Abiti Protettivi

Strategie di Protezione

Protezione Solare durante la Gravidanza:

- Filtri minerali (e.g.: ossido di zinco, diossido di titanio)
- Considerare la sicurezza dei prodotti
- Migliorare l'aderenza all'uso dei prodotti grazie alla loro accettabilità

## Proteggi la tua pelle con dolcezza e sicurezza ogni giorno



### SOLARI INGREDIENTI SICURI

- Ossido di Zinco
- Diossido di Titanio
- Niacinamide
- Vitamina E
- Acido ialuronico
- Filtri organici sicuri:
  - Ethylhexyl Triazone,
  - Bis-Ethylhexyloxyphenol
  - Methoxyphenyl Triazine,
  - Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate



### SOLARI INGREDIENTI DA EVITARE

- Oxybenzone
- Octinoxate
- 4-Methylbenzylidene Camphor
- Retinoidi
- Arbutina
- Acido salicilico e derivati

## COMPORAMENTI QUOTIDIANI



Applica SPF 50+ a spettro ampio ogni mattina



Usa solari minerali naturali o a base di ingredienti sicuri



Indossa un cappello a tesa larga e abiti anti-UV



Evita il sole diretto tra le 11:00 e le 16:00



Riapplica la protezione solare ogni 2 ore  
o dopo il bagno o se hai sudato



Non usare prodotti spray perché a rischio di inalazione



Usa sempre un make-up a base di ossidi minerali (naturale) sopra al solare