

Alarga tu moreno

Seguro que te gustaría estar siempre morena, pero no es posible. Lo que sí puedes es lograr que tu tono se alargue más de lo que esperas. Descubre cómo.

¿Quieres que ese bronceado perfecto que tanto te ha costado te dure hasta el otoño?

Pues eso implica exfoliarse sin miedo, no tener prisa en alcanzar el tono deseado y ser muy constante en la hidratación diaria. Y si además necesitas un extra de ayuda, pues para eso están los autobronceadores graduales, para mantener ese moreno todo el tiempo que sea posible. Pero si quieres hacerlo bien, esta vez tienes que seguir todos los pasos; desde el principio.

1. Exfolia

El bronceado se produce porque, al incidir sobre la piel los rayos ultravioleta, se activa la melanina, un pigmento que actúa como defensa natural del organismo. Todo esto sucede en la capa córnea, la superficie de la piel, que se regenera de forma natural cada dos semanas aproximadamente, pero no en todas las áreas por igual. Por eso a veces se te pela la piel nada más empezar a ponerte morena.

Para conseguir un bronceado uniforme, necesitas realizar una exfoliación en profundidad que elimine todas las células muertas antes de ponerte al sol por primera vez. Repite una vez a la semana mientras estás en la playa. No le tengas miedo al peeling. No solo no te va a restar moreno, sino que va a estimular la piel para que este sea mucho más saludable y homogéneo.

2. Protege y activa

Mucho sol de golpe y sin protección solo consigue una cosa: quemaduras. Sube tu nivel de SPF y ten paciencia. El color tardará un poco más en llegar, pero se mantendrá durante mucho más tiempo y tendrá un tono más bonito. Combina una protección alta (siempre superior a SPF 30) con aceleradores del bronceado. Son productos con fórmulas específicas e ingredientes como la tirosina o el melitan (presente en la gama Tan&Protect de Piz Buin), que estimulan la actividad de la melanina.

3. Cuida e hidrata

Repite con nosotros: "me aplicaré 'after sun' todos los días de mis vacaciones". Y, si quieres mejores resultados, hazlo dos veces al día: tras volver de la playa y antes de irte a la cama. Tu objetivo es no pelarte a la semana de haber conseguido el tono perfecto y para eso es imprescindible que la piel esté constantemente hidratada.

“Ayuda enormemente a que el moreno permanezca”, asegura Elena Comes, de Le Petit Salon.

4. Sublima

Juega con los efectos satinados para dar a tu piel y a tu bronceado un momento de diosa playera, al menos visualmente. Las partículas doradas realzan el efecto del moreno. Son ideales para las piernas porque mejoran su aspecto y, además, las estilizan. Aplica un poco en las clavículas para realzar el escote. Date también en el hueso de los pómulos.

5. Alarga

Ya has vuelto de vacaciones y quieres saber cuánto va a dejar la naturaleza que ese maravilloso tono dorado permanezca contigo. La respuesta es dura: a partir de los tres días siguientes a que dejes de tomar el sol, la melanina ya activada acaba por perder el pigmento. Lo que queda de tu moreno se queda en la superficie de tu piel, en la capa córnea. La hidratación lo mantiene; la sublimación lo subraya; las lociones prolongadoras del bronceado (con péptidos y antioxidantes específicos para eso) le permiten aguantar un poco más.

Para que supere el mes tras tu regreso, tienes que echar mano de los **autobronceadores graduales**. En su fórmula contienen DHA, un monosacárido que oxida la capa superior de la piel y consigue un tono similar al de tu moreno. “En una semana, el bronceado empieza a desaparecer”, explica Elena Comes, de Le Petit Salon, que recomienda pasar por cabina para una sesión de autobronceado a la carta, que se adapte al color que ya tienes y lo mejore.