

## Scopri il tuo fototipo!

lunedì 23 giugno 2008

Il fototipo di una persona è determinato dalla qualità e dalla quantità di melanina presente in condizioni basali nella sua pelle. Esso indica le reazioni della pelle all'esposizione alla radiazione ultravioletta ed il tipo di abbronzatura che è possibile ottenere tramite essa. Rispondi alle domande che seguono, somma i punteggi e scopri di che fototipo sei.

Di che colore sono i tuoi capelli?

- rossi 0
- biondi 1
- castani 2
- neri 3

I tuoi occhi sono:

- azzurro-verdi 0
- marrone chiaro 2
- marrone scuro 3

Di che colore è la tua pelle?

- bianca lentiginosa 0
- chiara 1
- scura 2
- olivastra 3
- nera 4

Hai le lentiggini?

- sì 0
- poche 1
- no 2

Al sole ti capita di scottarti?

- sempre 0
- a volte 1
- raramente 2
- mai 3

Ti abbronzati facilmente?

- non mi abbronzano 0
- dopo molto tempo 1
- sì, in qualche giorno 2
- subito 3

Somma il punteggio e scopri il tuo Fototipo

- Un punto sei Fototipo 1: La tua pelle è estremamente sensibile al sole. Devi proteggerti con estrema attenzione, usando occhiali, cappellino e solari a altissima protezione.
- Da 2 a 7 punti sei Fototipo 2: Esponiti al sole in modo graduale, usa prodotti ad alta protezione, e ripeti spesso l'applicazione, soprattutto dopo il bagno.
- Da 8 a 12 punti sei Fototipo 3: Usa un solare ad alta protezione nei primi giorni, poi riduci gradualmente il fattore di protezione.
- Oltre 13 punti sei Fototipo 4: Anche se non ti scotti, è sempre buona regolare usare un solare protettivo per evitare gli effetti nocivi dei raggi UVA e UVB.