

Starbene

> Kizomba > Pizzica
> Chévere Dance
BALLI, TI ALLENI E
DIVENTI PIÙ BELLA

**CHIEDI
A STARBENE**
100 ESPERTI
RISPONDONO GRATIS SU
ESPERTI.STARBENE.IT

LO STARBENE LAB
HA TESTATO
> **GLI OLI
PER CAPELLI**
> **I TOSTAPANE
LOWCOST**

**se lui non
ti ascolta**
cattura così la
sua attenzione

COLPI DI CALORE
la strategia ok

CIBI IPERPROTEICI
servono davvero?

test
**dimmi come
mangi**
e ti dirò come dimagrire

**RINGIOVANISCI
DALLA TESTA AI PIEDI**
CON LA MEDICINA ANTIAGING



LE APP PER LA SALUTE DELLA PELLE

Ne abbiamo provate 9 sui nostri smartphone. Hanno conquistato il podio le 3 che hanno garantito informazioni affidabili e complete

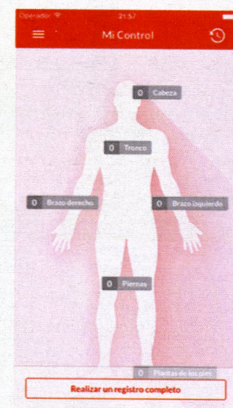
di Luca Conti

La pelle è l'organo più esteso del corpo: una ragione in più per prendertene cura, soprattutto in estate quando i bagni di sole possono metterla a dura prova. Per aiutarti, abbiamo testato 9 app "dermatologiche" e selezionato le migliori 3: per sapere come proteggersi al meglio dai raggi e tenere sotto controllo nei e macchie cutanee. Ricorda però che non sostituiscono il parere del dermatologo.



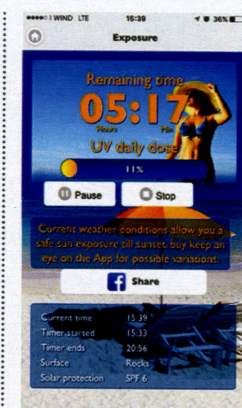
il punto di forza TI INSEGNA A DIFENDERE LA PELLE

Con l'app **Sole Amico** selezioni la città dove ti trovi, calcoli il tuo fototipo e sai subito qual è il fattore di protezione della crema da usare e le lenti da sole da indossare. Grazie a un sistema di quiz e domande, puoi valutare in modo divertente quanto ne sai in fatto di difesa della pelle e aumentare le tue conoscenze. Inoltre, alla voce "consigli esperti", trovi le risposte a una serie di video domande riguardanti la protezione dai raggi solari. **Download per iOS e Android: soleamico.org**



il punto di forza TI AIUTA A MONITORARE NEI E MACCHIE

FotoSkin ti aiuta a tenere traccia di nei e macchie cutanee attraverso dei veri e propri selfie che scatti con la fotocamera dello smartphone. Inoltre, ti permette di impostare dei promemoria, in modo da eseguire dei monitoraggi periodici e ricordare gli appuntamenti con lo specialista. Ricca anche la parte dedicata alle informazioni, che prevede una sezione di consigli pratici incentrati sulla protezione dai raggi solari e un'altra, di carattere medico, orientata sui principali disturbi che colpiscono la pelle (corredata da immagini). **Download per iOS e Android: fotoskinapp.com**



il punto di forza TI AVVERTE QUANDO PRENDI TROPPO SOLE

Sviluppata grazie alla collaborazione di diversi enti scientifici (fra cui l'Agenzia spaziale europea e la Clinica dermatologica dell'Università Federico II di Napoli), **HappySun** è la prima app che misura dal satellite, in tempo reale, il livello di intensità dei raggi ultravioletti. Dopo aver calcolato il tuo fototipo, ti indica quanto tempo dedicare alla tintarella in base alla crema solare che usi e alla superficie su cui ti trovi (dal mare all'asfalto): un timer, aggiornato in base alle condizioni meteo, ti avvertirà quando è ora di dire basta. **Download per iOS e Android: happysun.it**

IL NOSTRO LAB SALUTE
Luca Conti
giornalista
pandemia.info
dott. Giuseppe Fattori
medico esperto
in promozione
della salute

Trovi tante tecnovità sul nuovo blog di Luca Conti: SALUTEHITECH.STARBENE.IT