



Abbronzatura sicura, i consigli dell'esperto da nei a tatuaggi fino a vitiligine e depilazione

Descrizione

(Adnkronos) è Crema solare, cappello e occhiali. Per godere della bella stagione proteggersi dai danni del sole è un imperativo categorico. E gli italiani hanno ormai una maggiore consapevolezza, anche se alcuni dubbi su come farlo al meglio restano, soprattutto quando sulla pelle ci sono nei, tatuaggi, vitiligine o una depilazione recente. A fare chiarezza in un'intervista all'Adnkronos Salute è Andrea Paro Vidolin, responsabile del Centro di fotodermatologia dell'ospedale Israelitico Roma.

Gli italiani sono davvero diventati più responsabili rispetto all'esposizione al solare? E soprattutto: si sanno proteggere?

Sicuramente rispetto al passato siamo molto più bravi perché l'informazione, quella fatta da noi medici e quella fatta dai giornalisti, ha avuto i suoi effetti. A questo si aggiunga che i filtri solari sono anche molto cambiati e oggi proteggono ad ampio raggio. Un buon solare deve schermare dai raggi Uva, che sono la componente principale dell'esposizione al sole, ma anche dall'Uvb, dalla luce visibile e dall'infrarosso, cioè da tutto ciò che emette il sole. Quindi la prima regola è farsi consigliare un buon prodotto. Altra cosa fondamentale è insegnare al consumatore come mettere il solare, che significa, soprattutto, la necessaria quantità. Quando si fanno i test in laboratorio, infatti, si usano 2 milligrammi per centimetro quadrato, quindi tanto prodotto in poco spazio. Si deve, dunque, applicare tanto prodotto e rinnovarlo almeno ogni ora. Anche se è water resistant va comunque riapplicato per avere davvero quel fattore di protezione.

Si può scegliere qualsiasi formulazione del prodotto o ci sono differenze?

È logico che la crema funziona di più. Poi, a scalare, un po' di meno il latte, l'emulsione, il gel e lo spray. La crema è quella che funziona di più, ma magari lo spray è il più comodo e va bene, ricordando però di riapplicarlo più frequentemente.

Rispetto al tipo di pelle e in presenza di nei si devono adottare strategie di protezione differenti?

Per quanto riguarda i nei, va considerato il fototipo del paziente. Bisogna tenere presente che un fototipo pi¹ chiaro \rightarrow pi¹ esposto a danni. Poi c'è un discorso anche di familiarità. Se ci sono stati in famiglia nei atipici o comunque melanomi o tumori, bisogna proteggere ancora di pi¹ e meglio. Un paziente con tanti nei non deve mai dimenticare di mettere lo schermo solare in dosi sufficienti e deve evitare pi¹ che mai esposizioni nelle ore centrali della giornata. La cosa per² rischiosa per la nostra cute non è tanto l'abbronzatura, perché in realtà l'abbronzatura in sé è una protezione nei confronti degli ultravioletti. È la scottatura il problema, ed è il prodotto spesso dell'esposizione mordi e fuggi. Mi espongo il fine settimana, mi proteggero poco, non sono abituato al sole e la conseguenza sono eritema e ustione. Questo è il danneggiamento cellulare che può portare poi al fotoinvecchiamento cutaneo, ma soprattutto a problemi tumorali e alla fotocarcinogenesi. Tornando ai nei, se un neo è stato identificato come atipico, è bene utilizzare un prodotto solare stick per proteggerlo di pi¹. Inoltre non ci sono solo i nei. Abbiamo anche tante altre formazioni tumorali da tenere d'occhio. Per esempio gli epitelomi basocellulari che possiamo identificare come crosticine, delle feritine che non si rimarginano mai. Sono effetti di esposizione sconsiderata al sole e la protezione attenta è d'obbligo.

Anche i tatuaggi vanno protetti. E quali indicazione per la pelle depilata?

Sul piano strettamente medico, il tatuaggio non ha nessuna particolare necessità in termini di protezione se si esclude la prima fase, nell'immediatezza dell'intervento, quando la pelle è arrossata. Da un punto di vista estetico, invece, è logico proteggere il disegno con un supplemento di prodotto solare, perché comunque gli ultravioletti hanno un'azione immunosoppressiva e possono comunque danneggiare il colore. Anche per quanto riguarda la depilazione il problema è l'immediatezza. Se la depilazione viene fatta oggi, domani o si rinuncia ad esporsi al sole o ci si protegge moltissimo. Questo perché si tratta di una cute irritata, aggredita, che può andare incontro a follicoliti, brufoliti, infiammazioni. Ma soprattutto si può andare incontro a ipopigmentazioni o iperpigmentazioni. Praticamente ci si tatta la pelle.

Quali sono invece i consigli per chi soffre di vitiligine?

Rispetto al passato molto è cambiato. Oggi esistono anche dei solari dedicati per patologia. In passato si pensava di dover usare necessariamente la protezione 50 perché si temeva che la pelle bianca potesse essere pi¹ danneggiata. Ma in realtà parliamo di una pelle che ha comunque attivi dei meccanismi di difesa e può avere dei vantaggi da un'esposizione controllata al sole. La strategia migliore, quindi, è mettere una crema 50 sulla cute normalmente pigmentata, dove non c'è vitiligine, e una crema di media protezione $\hat{=}$ 25 o 30 $\hat{=}$ sulla chiazza di vitiligine per un'esposizione di 2 o 3 ore, ovviamente in orari non centrali. E solo successivamente una 50 su tutta la pelle. Questo per cercare di stimolare la pelle con la vitiligine attraverso l'elioterapia naturale e poi, anche da un punto di vista estetico, per cercare di equilibrare il colore tra la parte pigmentata e quella meno pigmentata.

???

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Giugno 20, 2026

Autore

redazione

default watermark