



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 pi1 chiaro  pi1 esposto a danni. Poi c un discorso anche di familiarit. Se ci sono stati in famiglia nei atipici o comunque melanomi o tumori, bisogna proteggere ancora di pi1 e meglio. Un paziente con tanti nei non deve mai dimenticare di mettere lo schermo solare in dosi sufficienti e deve evitare pi1 che mai esposizioni nelle ore centrali della giornata. La cosa per2 rischiosa per la nostra cute non  tanto labbronzatura, perch in realt labbronzatura in s  una protezione nei confronti degli ultravioletti.  la scottatura il problema, ed  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  il danneggiamento cellulare che pu2 portare poi al fotoinvecchiamento cutaneo, ma soprattutto a problemi tumorali e alla fotocarcinogenesi. Tornando ai nei, se un neo  stato identificato come atipico,  bene utilizzare un prodotto solare stick per proteggerlo di pi1. 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 sconsigliata al sole e la protezione attenta  dobbligo.

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

Sul piano strettamente medico, il tatuaggio non ha nessuna particolare necessit in termini di protezione se si esclude la prima fase, nellimmediatezza dellintervento, quando la pelle  arrossata. Da un punto di vista estetico, invece,  logico proteggere il disegno con un supplemento di prodotto solare, perch comunque gli ultravioletti hanno unazione immunosoppressiva e possono comunque danneggiare il colore. Anche per quanto riguarda la depilazione il problema  limmediatezza. Se la depilazione viene fatta oggi, domani o si rinuncia ad esporsi al sole o ci si protegge moltissimo. Questo perch si tratta di una cute irritata, aggredita, che pu2 andare incontro a follicoliti, brufoliti, infiammazioni. Ma soprattutto si pu2 andare incontro a ipopigmentazioni o iperpigmentazioni. Praticamente ci si ?tatu la pelle?

Quali sono invece i consigli per chi soffre di vitiligine?

Rispetto al passato molto  cambiato. Oggi esistono anche dei solari dedicati per patologia. In passato si pensava di dover usare necessariamente la protezione 50 perch perch si temeva che la pelle bianca potesse essere pi1 danneggiata. Ma in realt parliamo di una pelle che ha comunque attivi dei meccanismi di difesa e pu2 avere dei vantaggi da unesposizione controllata al sole. La strategia migliore, quindi,  mettere una crema 50 sulla cute normalmente pigmentata, dove non c vitiligine, e una crema di media protezione ? 25 o 30 ? 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*