

SALUTE

LA TINTARELLA PERFETTA

L'attenzione sotto il sole non è mai troppa e non si tratta solo di un discorso che riguarda la salute, ma anche l'estetica

Con l'arrivo delle belle giornate le spiagge tornano pian piano ad affollarsi e, tra un weekend e l'altro, si approfitta di una gita al mare per sfoggiare - al rientro in ufficio - una tintarella da fare invidia ai colleghi. Peccato che, molto spesso, presi dalla frenesia di abbronzarsi lo si fa nel modo più sbagliato e ciò che si rimedia è, nel migliore dei casi, un'antiestetica scottatura che ci fa somigliare per lo più a un'aragosta! Forse non tutti lo sanno, ma l'abbronzatura è il modo con cui il nostro corpo, grazie alla melanina, si "difende" dal sole. Parte dell'energia viene infatti assorbita dalle cellule, mentre quella che rimane passa negli strati sottostanti dell'epidermide, incontrando i melanociti, le cellule che producono la melanina. Tra l'altro, benefici dell'esposizione ai raggi solari sono molto inferiori al rischio di sviluppare tumori e alla certezza di fare invecchiare precocemente la pelle. È bene dirlo una volta per tutte: il sole fa male. È bene abbronzarsi con moderazione, proteggendosi ed evitando le ore più calde. **Leonardo Celleno**, cosmetologo dell'Università Cattolica di Roma, ha messo in luce anche un problema antiestetico che colpisce moltissime donne, quello delle "macchie da sole" che, secondo l'esperto, resta l'inetetismo più diffuso al mondo: affligge anche le popolazioni di colore e quelle orientali. Si stima che colpisca 4 italiane su 10, e può manifestarsi anche a 20 anni, ma con l'età il pericolo aumenta. Cancellare queste macchie può rivelarsi impegnativo. Ecco perché resta fondamentale la prevenzione, al mare ma anche in città: è bene usare filtri solari, e scegliere prodotti per il trucco che siano adatti ai raggi. Anche i cosmetici sbagliati possono infatti essere all'origine delle macchie brune. Le macchie possono fare la loro comparsa su zigomi, naso, fronte, mento, ma anche tra naso e bocca, formando gli odiati 'baffetti'. "Occhio ai profumi, alla pillola, agli antibiotici e ad alcuni farmaci anti-infiammatori: con l'esposizione al sole possono comparire le macchie. Un inetetismo - spiega Celleno - legato in parte agli estrogeni. Con l'età il pericolo di macchie brune aumenta, e si aggiunge il rischio di cheratosi". I consigli sono quelli di sempre: "Occorre proteggersi sempre, al mare e in città, con prodotti idratanti e dotati di filtri. Ed evitare maratone selvagge sotto il sole", raccomanda Celleno. Se invece le macchie già ci sono, "non trascuriamo il problema, ma intercettiamolo in fase iniziale - sottolinea l'esperto - trattandolo con un buon prodotto schiarente. Il suggerimento è quello di rivolgersi al dermatologo, che saprà affrontare l'inetetismo con peeling e laser, se necessario. Ma bisogna sapere che una seduta non basta, e che non è possibile trattare le macchie in estate. Questa è la stagione della prevenzione".

"Con l'età il pericolo di macchie brune aumenta e si aggiunge il rischio di cheratosi"

