

les nouvelles

esthétiques

ITALIA

ESTETICA & SCIENZA

menopausa

Come gestirla tra
scienza ed estetica
professionale

TENDENZE

focus labbra

SAVE
THE DATE

19-20-21 OTTOBRE
INNOVATION
BEAUTY LAB

40° Congresso
Internazionale di
Estetica & Spa

RIMINI

a cura di



FOTODERMO

Il sole è vita. Necessario per tutte le funzioni vitali, da quelle metaboliche a quelle "emozionali" e ci accompagna in tutto il nostro percorso. Per questo dobbiamo prenderne il meglio e proteggerci dal peggio. Per la pelle... soprattutto in casi specifici.

Il sole accompagna le nostre giornate apportando molti benefici all'organismo: stimola la produzione di vitamina D, importante per lo sviluppo e il buon funzionamento del sistema scheletrico e immunitario, di serotonina ed endorfine, che esercitano un effetto benefico sull'umore. Anche la produzione di melatonina, che regola il ciclo sonno-veglia, è stimolata dall'esposizione alla luce solare. Non bisogna dimenticare però che il sole, se non si osservano poche ma importantissime regole, può essere anche causa di danni per la nostra salute e il nostro benessere, tra cui i ben noti effetti responsabili del foto-danneggiamento e foto-invecchiamento cutaneo.

PROTEZIONE

per ogni tipo di pelle



Trattamenti come i peeling medici rendono la cute più sensibile all'esposizione solare e ciò può provocare eritemi, sensibilizzazioni e macchie.

RADIAZIONI SOLARI ED EFFETTI SULLA PELLE

Il sole emette radiazioni di diversa lunghezza d'onda e di diversa energia. Tra queste le radiazioni ultraviolette di tipo C, fortunatamente assorbite dallo strato di ozono che circonda la terra, con una bassa lunghezza d'onda compresa tra 100 e 200 nm, ma con un'energia molto elevata e perciò maggiormente dannosa rispetto alle altre radiazioni quali i raggi UVB (280-320 nm), i raggi UVA (320-400 nm), la luce visibile (400-780 nm) e parte dei raggi infrarossi (780-3.000 nm). In particolare, **i raggi UVA rappresentano circa il 95% degli UV che arrivano sulla terra e la loro intensità si mantiene quasi costante durante tutte le stagioni.** Gli UVB rappresentano invece circa il 5% dei raggi UV e la loro intensità varia sia con le stagioni sia con altri fattori quali l'altitudine, la nuvolosità e l'orario della giornata. I raggi UVA, più penetranti dei raggi UVB, raggiungono

I raggi UVA sono i principali responsabili del foto-invecchiamento.

il derma e sono i principali responsabili del foto-invecchiamento, mentre **i raggi UVB attraversano lo strato corneo e sono la causa principale di scottature ed eritemi.** Entrambi i tipi di radiazioni possono però essere responsabili di danni ben più seri, come la comparsa di neoplasie cutanee, fototossicità e fotoallergia. **È fondamentale, perciò, l'uso costante e diligente dei prodotti di protezione solare, in qualsiasi stagione e ogni volta che ci si espone alla luce del sole.** Ed è importante la scelta dei prodotti solari, che siano specifici per il viso e per il corpo, e soprattutto che siano adatti al proprio biotipo e fototipo cutaneo, ricordando inoltre che alcuni particolari condizioni possono richiedere attenzioni maggiori e prodotti con caratteristiche specifiche.

FOTOPROTEZIONE PER OGNI ETÀ, BIOTIPO E FOTOTIPO CUTANEO

La proprietà di un prodotto solare di proteggere la cute dalle radiazioni è espressa da quello che viene indicato come SPF - *Sun Protection Factor*. Per effettuare la scelta di un prodotto di protezione solare che sia maggiormente adatto a ciascun individuo, prima di tutto bisognerebbe conoscere il proprio "fototipo". **Fototipo è un termine utilizzato in dermatologia che sta a indicare una serie di caratteristiche di un individuo** (il colore di pelle, occhi e capelli) dovute alla qualità e alla quantità

della melanina ed è un'indicazione della reazione della pelle all'esposizione solare. È per questo che sarebbe bene scegliere il prodotto solare con un SPF adatto al proprio fototipo. **Carnagioni più chiare** (fototipo I, II, III), **pelli affette da alcune patologie** (acne, dermatite, psoriasi) **o cute molto foto-invecchiata, con rughe, macchie, ipercheratosi, necessitano di prodotti solari con un SPF alto** (30-50) **o molto alto** (50+). Una carnagione più scura, quindi di fototipo cutaneo più alto (IV, V, VI), può dirigere la propria scelta anche verso prodotti solari con un fattore di protezione medio/basso (15-25). Nel caso dei bambini, la scelta deve ricadere su prodotti solari specifici, formulati appositamente e con SPF molto alto, in quanto la pelle è ancora immatura sia strutturalmente sia funzionalmente. In particolare, **nei bambini la pelle è più sottile e i melanociti, cellule responsabili della produzione di melanina, seppure presenti in egual numero alla cute dell'adulto, sono "ipofunzionanti"**, ossia producono ancora poca melanina, per cui la cute è meno protetta nei confronti del sole. La pelle più matura, invece, deve proteggersi, tra l'altro, anche dal foto-invecchiamento, oltre che da tutti i rischi che possono essere provocati dalle radiazioni, prediligendo **solari oltre che con un SPF adatto al proprio fototipo, che abbiano al loro interno altre sostanze funzionali importanti per la pelle**, ad esempio con proprietà antiossidante e lenitiva.

I melanociti presenti nei bambini, sono ipofunzionanti: producono ancora poca melanina.



ACNE ED ESPOSIZIONE SOLARE

Alcune considerazioni a parte devono essere fatte nel caso di esposizione al sole in presenza di acne. La pelle acneica, infatti, dopo un'iniziale esposizione alle radiazioni solari può sembrare migliorare, ma **in caso di esposizione prolungata, l'azione dei raggi ultravioletti può peggiorare lo stato infiammatorio dell'acne determinando un ispessimento cutaneo e un'iperproduzione di sebo**, ossia una sorta di effetto "rebound" che la pelle mette in atto per difendersi dall'insulto ricevuto dalle radiazioni solari. Di fatto, con l'eccessiva esposizione, si assiste a un peggioramento del quadro clinico della patologia. Non solo, molto **spesso le terapie prescritte dal dermatologo per la risoluzione dell'acne possono prevedere l'utilizzo di farmaci fotosensibilizzanti** e per questo un'eccessiva esposizione al sole, senza adeguati prodotti foto-protettivi, può essere responsabile della sensibilizzazione della cute e della comparsa di macchie scure sul viso. I solari per pelli acneiche, con SPF molto alto, possono essere progettati con **formulazioni particolari che permettono selettivamente il passaggio di bande specifiche di luce blu**, vicina all'ultravioletto, utile nella terapia dell'acne, e di ingredienti che regolano lo stato infiammatorio caratteristico di questo particolare stato della cute.

COUPEROSE E ROSACEA LONTANO DAI RAGGI UV

In caso di couperose e di rosacea il sole non è un buon alleato, in quanto può peggiorare o aggravare queste affezioni cutanee. **È sempre possibile proteggere la pelle con prodotti che abbiano un SPF molto elevato**, ma non solo: dato che le condizioni di couperose e rosacea presentano alla base un'alterazione del microcircolo cutaneo, **è consigliabile scegliere prodotti solari che all'interno della loro formulazione contengano ingredienti funzionali capillaro-protettivi**, come estratti di liquirizia (acido glicirretico),

In caso di couperose e di rosacea il sole non è un buon alleato, perché può peggiorare o aggravare queste affezioni cutanee.



di ippocastano o di camomilla, meglio ancora se abbinati a ingredienti con azione lenitiva e decongestionante.

TRATTAMENTI DELLA PELLE E SOLE

Prima di un'esposizione al sole, **è importante porre attenzione se ci si è sottoposti ad alcuni trattamenti della pelle o se sono stati utilizzati prodotti cosmetici contenenti soluzioni esfolianti**, prodotti con sostanze quali gli alfa e beta idrossiacidi (AHA, BHA), ingredienti fotosensibilizzanti (presenti in alcuni farmaci e non solo). Trattamenti come i peeling medici rendono la cute più sensibile all'esposizione solare, provocando di frequente eritemi, sensibilizzazioni e la comparsa di macchie. Si consiglia sempre, in questi casi (al di là del proprio fototipo cutaneo), di **applicare al mattino e più volte durante il giorno prodotti con fotoprotezione molto alta (SPF 50+)** ed evitare l'esposizione solare durante le ore più calde della giornata, soprattutto nella stagione estiva.

CONCLUSIONI

Non bisogna demonizzare il sole, senza il quale non esisterebbe nessuna forma vivente sul nostro pianeta, ma i suoi effetti sulla pelle dipendono da noi e dal nostro comportamento. **Bisogna essere consapevoli dello status e delle esigenze della propria pelle, così come del proprio fototipo cutaneo** e, con l'aiuto di figure professionali come il dermatologo, il cosmetologo e l'estetista, che possono consigliare il giusto solare adatto alle caratteristiche della cute a livello individuale, scongiurando spiacevoli "sorprese" sotto il sole. È sempre opportuno ricordare inoltre **l'uso della giusta quantità di un prodotto solare oltre che le modalità di applicazione anche in base alle diverse forme cosmetiche** (creme,

spray, stick, ecc.). Infine è bene ricordare che l'utilizzo di questi prodotti di protezione solare non inficia i benefici del sole, come la produzione della Vitamina D, e ci si può esporre con tranquillità tenendo in mente le poche ma importanti regole fin qui descritte, a partire dall'utilizzo di prodotti con la giusta foto-dermoprotezione e adatti a ogni specifica tipologia cutanea.

AIDECO

L'Associazione Italiana Dermatologia e Cosmetologia nasce nel 2007 allo scopo di offrire un punto d'incontro e di riferimento per tutti quegli specialisti che operano a vario titolo nella dermo-cosmetologia moderna, dai medici ai cosmetologi, ai chimici, ai tossicologi, ai farmacisti, a tutti coloro che studiano nei suoi molteplici aspetti e a ogni livello la fisiologia cutanea e la cosmetologia, con l'obiettivo primario di migliorare la qualità di vita dell'individuo. AIDECO è apolitica e volontaria opera e agisce in contatto con altre associazioni e società scientifiche di Dermatologia e Cosmetologia, in modo da favorirne l'incontro e gli scambi. AIDECO inoltre, tra i suoi primari scopi statutari, contribuisce alla corretta divulgazione dei risultati della ricerca dermo-cosmetologica, soprattutto nei confronti dell'opinione pubblica e per la tutela dei diritti dei consumatori.

www.aideco.org