



Anno 34 • numero 7 • mensile • luglio 2025 • 5,90 euro

Salvagente

Leader nei Test di laboratorio contro le Truffe ai consumatori

La prova

12 creme solari 50+
in laboratorio

Telemarketing

Cosa si nasconde dietro
le chiamate martellanti

BUIO PESTO

Pesticidi, micotossine
e una lunga lista di ingredienti
alieni rispetto alla ricetta
tradizionale: il **test** su 14 marchi



La pelle ricorda tutte le nostre scottature

Come proteggerci al meglio dai danni del sole? Cosa fare se compare una macchia? E c'è da avere fiducia nei prodotti sbiancanti? Alla dermatologa Anna Carbone abbiamo chiesto un aiuto per non fare errori

Per affrontare al meglio l'estate, abbiamo chiesto alla dermatologa Anna Carbone quali sono le regole per non scottarsi. "La cosa più importante è avere una corretta educazione all'esposizione solare che prevede di evitare le ore più calde, da mezzogiorno alle 16, e utilizzare protezioni fisiche, come occhiali, magliette e cappelli. Non esiste un prodotto con un fattore di protezione totale; l'SPF 50+ equivale a 100, ma non vuol dire che protegge al 100%. Inoltre, per ottenere il livello di protezione indicato in etichetta, bisogna spalmarsi una quantità di crema pari a 2 milligrammi per un centimetro quadrato di cute, applicandola ogni due ore. Questo è quello che prevedono gli studi che, però, sono sempre diversi da quanto succede nella vita reale. Ad esempio le formulazioni spray non consentono una copertura uniforme della pelle ed è quasi impossibile ottenere il risultato dichiarato. Ricordiamoci che i danni della pelle non si cancellano".

Dottoressa Carbone, quali sono gli ingredienti da evitare?

Se scegliamo prodotti certificati, non dovremo trovare sostanze da evitare. Anche perché, seppur volessimo leggere la lista degli ingredienti, non sempre capiremmo cosa sono. Dall'altro lato ci sono ingredienti che è bene che siano contenuti come gli antiossidanti, la vitamina C e la vitamina E, che aiutano a proteggere la pelle dagli effetti negativi dei raggi solari. Ad esempio, negli ultimi anni l'attenzione si è spostata molto sulla protezione verso i carcinomi squamocellulari e le cheratosi attiniche, che sono lesioni cutanee direttamente correlate all'esposizione solare. Prima erano definite precancerose, mentre oggi sono considerate dei carcinomi in situ e quasi tutte le case

farmaceutiche hanno sviluppato prodotti specifici, a base di enzimi che aiutano a prevenire questo tipo di danni. Sono indicati per soggetti con fototipo chiaro, che iniziano a vedere comparire sulla propria pelle macchioline rossastre desquamanti, che aumentano dopo i 50 anni.

Per quanto riguarda i filtri Uv, dobbiamo privilegiare quelli fisici a quelli chimici?

La differenza principale sta nel fatto che i filtri fisici riflettono i raggi Uv mentre quelli chimici li assorbono. I primi sono principalmente indicati per i bambini poiché vengono assorbiti dalla pelle in misura minore rispetto agli altri. Infatti, per i bambini è sempre meglio utilizzare le linee pediatriche, adatte a loro. I filtri fisici più sicuri sono l'ossido di zinco e il biossido di titanio, inseriti nella scala Grace dalla Fda. Anche per i filtri chimici c'è una lista di sostanze sicure che viene costantemente aggiornata. Inoltre per tutti c'è un livello massimo di concentrazione che non va superato.

In base alla sua esperienza, quali sono i danni più diffusi negli ultimi anni?

Registriamo un aumento dell'eritema solare perché spesso non si considera che dobbiamo proteggerci anche se facciamo una passeggiata in città, sotto il sole. Inoltre c'è un aumento di macchie che compaiono sulle parti sovraesposte, come braccia, gambe, décolleté e viso. Vorrei precisare che prima di trattare una macchia con laser o peeling, bisogna valutare se si tratta di una semplice lentigo solare o se nasconde una lesione maligna. Ci sono diversi prodotti sbiancanti, che vanno a inibire la produzione di tirosinasi, l'enzima alla base del processo di melanogenesi. Se usati costantemente sono efficaci ma non eliminano le macchie, ne rallentano l'inscurimento.