

È IMPORTANTE SAPERE CHE ...

Danni da Raggi UVA e UVB

Quando ci si espone al sole è fondamentale proteggere la pelle con idonei prodotti con **filtri solari** anti-UVA (da + a +++) e anti-UVB (numero di SPF).

Nessun filtro è in grado di riflettere o assorbire completamente tutti gli UV.

La **scelta della crema** solare dipende dal tipo di pelle (fototipo) e dal luogo di villeggiatura (tropic, montagna...).

Gli **adulti** che tendono a scottarsi devono utilizzare filtri solari ad alta — media protezione.

I **bambini** vanno protetti con solari ad alta protezione resistenti all'acqua, vestiti e cappello.

Studi hanno evidenziato che le scottature solari durante l'infanzia, soprattutto nei bambini con pelle chiara, aumentano il rischio di cancro della pelle nell'età adulta.

- * a breve termine: infiammazione acuta, eritemi solari e scottature
- * a lungo termine: invecchiamento e cancro della pelle

DI CHE FOTOTIPO SEI ...



FOTO-TIPO	FENOTIPO	RISCHIO
1	Pelle bianco-latte, occhi chiari, capelli rossi e lentiggini	Scarsa capacità di abbronzarsi, elevatissimo rischio di scottature
2	Pelle e occhi chiari, capelli biondo scuro	Elevata tendenza alle scottature
3	Pelle normale, occhi chiari o scuri, capelli castani	Tendenza frequente alle scottature
4	Pelle olivastro, occhi e capelli scuri	Tendenza rara alle scottature
5	Pelle bruno-olivastro, capelli neri, occhi scuri	Tendenza eccezionale alle scottature
6	Pelle già intensamente pigmentata	Nessun rischio

OCCHIO ALL'ETICHETTA ...

Informazioni complete e standardizzate dovrebbero caratterizzare, a partire dal prossimo anno, l'etichetta di ogni prodotto solare in commercio nell'UE anche se importato:

- * Prodotti con fattore di protezione solare (**SPF**) **minore di 6** verranno definiti solo "**abbronzanti**" in quanto non garantiscono una sufficiente protezione.
- * Le creme solari protettive saranno così classificate: **SPF 6-10**, bassa protezione, per pelle abbronzata; **SPF 15-20-25** media protezione per pelle chiara; **SPF 30-50** alta protezione, condizioni estreme. Il valore numerico del SPF sarà confrontabile tra i vari prodotti, perché ottenuto con uguali metodi di valutazione.
- * Oltre al fattore di protezione per gli UVB, verrà anche dichiarata la presenza di **filtri UVA** attraverso i simboli che vanno da + a +++
- * La dizione "Schermo totale" o "Protezione totale" verrà eliminata per evitare la sopravvalutazione dell'efficacia del prodotto.

CONSIGLI PRATICI ...

- * Evitare l'esposizione al sole nelle ore più calde.
- * Proteggersi con occhiali da sole, cappellino e filtro solare.
- * Applicare la crema solare da 30 minuti a qualche minuto prima dell'esposizione al sole, più volte al giorno (ogni 2-3 ore o dopo un bagno in acqua) e in quantità adeguata in quanto ridurre la quantità di prodotto abbassa significativamente il livello di protezione.
- * Accertarsi che il filtro solare protegga sia dagli UVB che dagli UVA (ve ne sono già in commercio).
- * Evitare di esporre il flacone di crema solare al sole perché il prodotto potrebbe alterarsi con il calore.
- * L'assunzione di farmaci richiede sempre attenzione per chi si espone al sole. Alcuni antinfiammatori, antibiotici, farmaci antipertensivi, antidiabetici orali, contraccettivi orali possono dare reazioni di fotosensibilità, pertanto è sempre opportuno utilizzare prodotti solari con filtri ad alta protezione, evitare l'esposizione ed avvertire il medico.

IL CONSUMATORE POTRA' CONFRONTARE REALMENTE I PRODOTTI E SCEGLIERE IL PIU' ADATTO.