
Tintarella con rischio

Autore: Aurora Nicosia

Fonte: Città Nuova

Al mare o ai monti gli italiani a caccia dell'abbronzatura: più informati ma non sempre attenti.

Ci siamo: per molti italiani è scattata l'ora dell'abbronzatura. Le tanto attese ferie sono arrivate o stanno arrivando e chi più, chi meno, va a godersi la sua buona dose di sole estivo. Il livello di abbronzatura sarà di certo l'indice percepito, da noi e da chi ci guarda, di un buon *relax*, ma facciamo attenzione che sia realmente così. C'è chi, infatti, per tornare al lavoro abbronzatissimo se le inventa tutte, con soluzioni che più che procurargli godimento gli provocano stress. Pensate che è stato coniato persino un nuovo termine per indicare l'abbronzatura compulsiva: tanoressia. Sarebbe la ricerca della tintarella a tutti i costi...anche economici.

Sì, perché chi è affetto da tale sindrome, non contento di esporsi ai raggi solari a tutte le ore del giorno, fa volentieri ricorso al lettino abbronzatore. In genere i tanoressici arrivano alla dipendenza e alla crisi di astinenza e considerano esagerati gli allarmi lanciati dagli esperti sui rischi che un'eccessiva esposizione al sole e ai raggi ultravioletti artificiali comporta. Quello dei "drogati" di abbronzatura, che è un fenomeno molto diffuso negli Stati Uniti tanto da esser diventata una vera e propria sfida di sanità pubblica, non è ancora così esteso nel nostro Paese, per fortuna. Non per questo, però, i nostri comportamenti in tal senso sono corretti.

Secondo un'indagine presentata di recente a Sorrento, durante il congresso di Scienze dermatologiche, è emerso infatti che nove italiani su dieci conoscono i rischi per la pelle (tumori e invecchiamento precoce) che una non corretta esposizione al sole comporta, però pensano sempre che questo non riguardi loro, ma gli altri.

L'inchiesta condotta da GfK Eurisko su mille persone maggiori di 14 anni, inoltre, sottolinea il fatto che il 40 per cento degli italiani fa a meno della protezione solare anche se è cambiato l'atteggiamento verso questi prodotti, oggi non più considerati come cosmetici, ma come strumenti di salute. Sono aumentati quelli che li usano, quattro milioni in più rispetto al 2001, ed è più alto l'indice di protezione scelto. Rimane comunque un 28 per cento che non usa alcuna protezione e un 11 per cento che ricorre a prodotti diversi dai filtri solari. I più protetti sono i bambini, per i quali le mamme impiegano filtri con fattori elevati; ed attente sono anche le persone fra i 50 e i 60 anni, forse perché hanno già fatto esperienze più o meno negative.

Quelli che fanno meno attenzione in assoluto sono gli adolescenti che invece sono quelli che magari, avendo più vacanze, passano più tempo degli altri sotto il sole.

I falsi miti dell'abbronzatura

Alcuni consigli stilati dalla Sidemast (Società italiana di dermatologia medica, chirurgica, estetica).

Non è vero che l'abbronzatura sia salutare: in effetti è una risposta della pelle per difendersi da ulteriori danni da radiazioni Uv.

Non è vero neppure che il fatto di essere abbronzati protegga dal sole: la tintarella in un soggetto bianco conferisce un fattore di protezione pari a quattro.

Sbaglia di grosso chi crede che l'esposizione in una giornata nuvolosa sia esente da rischi. Fino all'80 per cento delle radiazioni Uv può passare attraverso le nuvole.

Non è vero che spalmarsi di crema permetta di prolungare l'esposizione a piacere. Gli schermi solari non devono essere utilizzati per arrostitire al sole per ore, ma solo per aumentare la protezione durante l'esposizione.

Sbagliato immaginare che inframezzare con delle pause il bagno di sole eviti le scottature, perché l'esposizione ai raggi Uv è cumulativa.