

Il documento
Chissà quali sono le dosi giuste

Più verità sui reali benefici degli schermi solari, maggiore ricerca da parte delle industrie che vendono i filtri anti Uv, e più controllo da parte delle istituzioni sui solari in

vendita. Questi i 3 nuovi obiettivi della Food and Drug Administration americana. E alcuni principi del documento interessano anche i consumatori europei. L'ente infatti ricorda che pillole e capsule che vantano capacità protettive dai raggi Uv non proteggono da scottature e dai danni del sole, e che

possono dare una sensazione di falsa sicurezza. Contro gli Uv sono necessari gli abiti e le creme protettive. Di cui bisogna studiare meglio le dosi. «Gli schermi - si legge nella nota Fda - sono presenti in molte creme e i consumatori li applicano anche tutti i giorni. Ma vanno aumentati gli studi

sull'eventuale possibilità che i componenti di questi prodotti possano penetrare nella pelle, per poter stabilire, per la prima volta, se e quali siano le dosi necessarie per una efficace protezione e le massime quantità da non superare».

- agnese ferrara

Solleone

La pelle è salva la Terra no

di LETIZIA GABAGLIO

Dobbiamo ringraziare i coralli. È grazie a loro infatti che sempre più aziende cosmetiche stanno togliendo alcuni ingredienti dalle formulazioni delle creme solari. Purtroppo non prima che queste stesse sostanze facessero danni: sbiancando appunto le barriere coralline. Sotto accusa gli elementi che servono da filtro solare e che alcuni studi hanno dimostrato essere fra le cause - insieme al riscaldamento e all'acidificazione delle acque - della morte delle barriere coralline. Così il governo delle Hawaii, seguito da quello di alcune isole caraibiche, ha annunciato il bando alle creme inquinanti a partire dal 2021. Vietati oxybenzone e octinoxate, ma attenzione anche a octotrilene, benzofenone e ai cinnamati, nomi difficili per sostanze che sono da tempo nell'occhio del ciclone perché capaci di interferire con gli ormoni, anche degli umani.

«Ma sono molte le sostanze che ogni anno vengono bandite sulla scorta dei dati scientifici: da maggio, per esempio, non si può più usare l'ossido di zinco in formulazione spray e in nanoparticelle. E anche gli xiloxani D4 e D5 non possono essere presenti nei cosmetici in percentuale superiore allo 0,1%», spiega Pucci Romano, dermatologa e presidente di Skineco, Associazione internazionale di ecodermatologia. Che parla di sostanze permesse fino a pochi mesi fa. E aggiunge: «Questo dimostra che il fatto che qualcosa sia legale, non significa che non faccia male. Ma non dobbiamo demonizzare la chimica, piuttosto privilegiare quella seria».

D'altronde ripararsi dal sole è necessario (e come farlo lo spieghiamo qui sotto). Al netto dei "solari", compagni dell'estate, si apre una nuova pista. Perché quello che possiamo fare è cercare di riattivare le nostre difese na-

turali. Per esempio curando la pelle: il film idrolipidico, la sottile patina che l'epidermide secerne, è protettivo e se ben conservato dà una mano a non scottarsi. Ci sono creme che aggiungono ai filtri sostanze attivatrici dei meccanismi di difesa, per esempio il mannitolo, uno zucchero che ha una potente azione anti-ossidante, e l'ectoina, una molecola prodotta da batteri estremofili, che protegge la membrana cellulare e contrasta la formazione delle citochine, molecole dell'infiammazione. Per queste sostanze gli studi in vitro dimostrano un'azione di protezione che, se aggiunta a quella di filtri di alta qualità, può garantire un'abbronzatura al riparo dai danni cellulari.

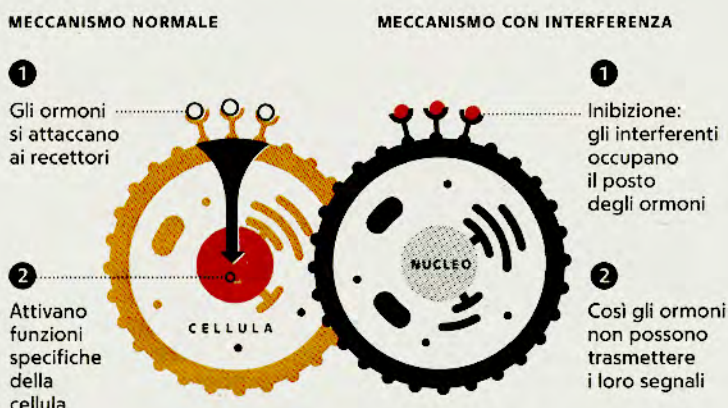
Insomma, bisogna comprendere l'interazione fra la biologia della pelle e quella dell'ecosistema in cui viviamo. Per creare prodotti cosmetici che rispettino l'equilibrio cutaneo, agendo sulle cause delle disfunzioni piuttosto che compensarne in maniera aggressiva gli effetti, aiutando a ristabilire la naturale azione delle cellule cutanee in difesa dei raggi del sole o degli inquinanti. È l'obiettivo dell'ecobiologia, la nuova filosofia di ricerca e sviluppo intrapresa dal gruppo cosmetico francese Naos in collaborazione con il centro di ricerca croato MedILS, che ha ospitato il primo Ecobiology summit. Fra gli invitati premi Nobel, dermatologi, biologi e chimici che per due giorni hanno discusso di come sia possibile sviluppare prodotti efficaci e rispettosi dell'organismo umano e dell'ambiente.

Sperando di essere ancora in tempo per salvare i coralli, quindi, possiamo imparare a preferire le creme più ecocompatibili, che non inquinino i mari e allo stesso tempo rispettino la nostra pelle, rafforzando la sua naturale capacità di proteggersi.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Cosa interferisce con gli ormoni

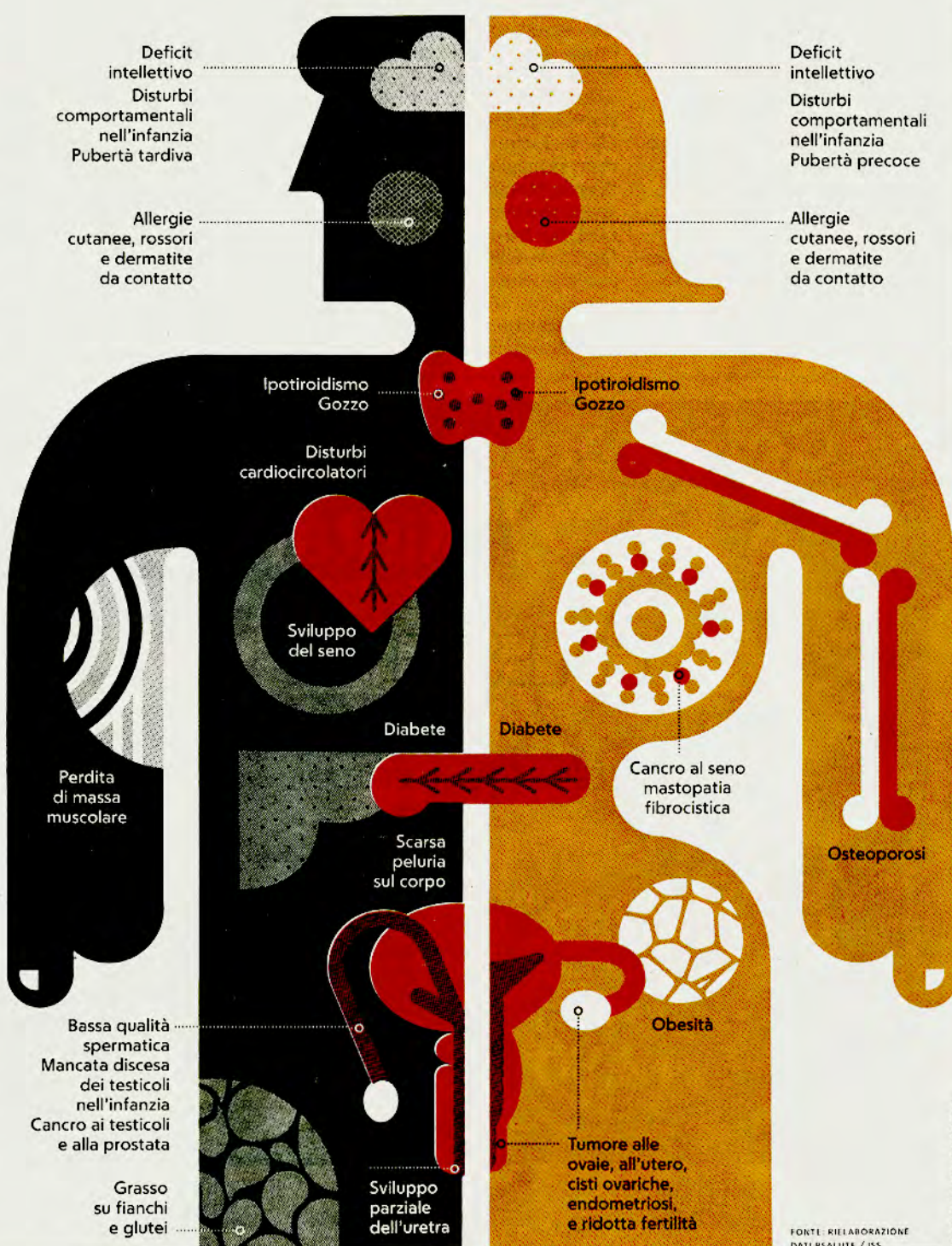
Sono sostanze in grado di alterare il sistema endocrino, influenzando negativamente diverse funzioni



Attenti a queste sostanze nei solari

- Octinoxate
- Ethylhexyl
- Methoxycinnamate
- Homosalate
- Octisalate
- Octocrylene

I rischi per uomo e donna



Filtri Uv

5 minuti al giorno ...

L'esposizione graduale è il modo migliore per evitare scottature. E tanta crema

I raggi Uva e Uvb provocano un danno cellulare che la nostra pelle è in grado di riparare solo fino a un certo punto. Anche perché, incuranti del più comune buon senso, ci esponiamo tutt'altro che gradualmente, sottoponendo la nostra pelle a un vero shock. «A seconda della latitudine alla quale vivono, gli esseri umani hanno sviluppato meccanismi più o meno efficienti per la protezione solare. Così da non rinunciare ai benefici dell'irradiazione che sono mol-

ti: prendere il sole aiuta a combattere l'infiammazione, favorisce l'attivazione della vitamina D, aumenta i livelli di serotonina e quindi migliora l'umore, aumenta la fertilità. Se dopo essere stati tutto l'inverno al chiuso prendessimo il sole in maniera davvero graduale, aggiungendo cinque minuti al giorno, non rischieremo di bruciarci senza rinunciare al meglio dell'abbronzatura», sottolinea la dermatologa Pucci Romano. Invece no, anche i più accorti, al sole si mettono per ore, già dal primo giorno

di vacanza. Magari forti della convinzione di essere protetti dalla crema solare con protezione alta che si sono spalmati a lungo. Il filtro è fondamentale, contro gli Uva e gli Uvb, ma deve essere anche di buona qualità, altrimenti è inutile.

«Il fatto che nonostante la diffusione delle creme solari ci sia un aumento delle malattie cutanee è da imputare anche alla scarsa qualità dei filtri: si pensa di essere protetti, ma non lo si è», commenta Piergiacomo Calzavara Pinton, presidente della

società di dermatologia Sidemast. Purtroppo non esiste un modo semplice con cui il consumatore possa capire se la crema che ha acquistato contiene dei filtri di bassa o di alta qualità: la durata della protezione, la stabilità del prodotto, la capacità di rimanere dove l'abbiamo spalmato - ammesso di averlo fatto in misura sufficiente - sono qualità che da profani è praticamente impossibile valutare. Meglio allora chiedere consiglio a un dermatologo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA