

**I consigli  
Ecco cosa fare**

Dai bambini ai solari dell'anno precedente. Mini guida ai falsi miti sull'abbronzatura, poco prima dell'estate



**I bambini**  
Mai esposti sotto i 6 mesi. Dopo usare schermi +50. Si può calare a Spf 30, sentendo il pediatra



**Water resi**  
Il 95% delle resiste dopo 20 minuti. Riapplicata

ESTATE

# Attenti, i solari non fateli a casa

È una nuova tendenza. Pericolosa, poiché la maggior parte dei prodotti fai-da-te non protegge dalle radiazioni ed espone la pelle a scottature e rischi di tumore. Gli Usa lanciano l'allarme. Così come i medici italiani

di Agnese Ferrara

**L**i chiamano prodotti green, e sono schermi solari fai-da-te, alternativi a quelli formulati con ingredienti chimici, molecole che assorbono i raggi o fisici, che li riflettono. Sta diventando una tendenza talmente diffusa, quella di preparare prodotti casalinghi, seguendo magari i tutorial che affollano internet (alla voce "homemade sunscreen" di google corrisponde una lista di 9.750.000 ricette di schermi solari fatti in casa e i rimedi più gettonati vanno dall'aloè vera al cocco, dal burro di karité all'olio di carote mescolati insieme), che i ricercatori del Children's Hospital e del Brooks College of Health dell'università North Florida, allarmati, hanno deciso di intervenire. Con uno studio, pubblicato su *Health Communication*, che ha analizzato il social network Pinterest, utilizzato da oltre 175 milioni di persone per condividere immagini e tutorial. Il risultato: i ricercatori hanno analizzato 189 tra le ricette di solari più condivise e le hanno analizzate per capire se e quanto erano efficaci nella protezione. Nel 33 per cento dei casi i prodotti venivano pubblicizzati con un'indice di protezione da 2 a 50, quello comunemente utilizzato per i bambini e per tutti coloro che hanno la pelle chiara.

I risultati sono stati tutt'altro che confortanti, poiché ben il 68% dei prodotti non riusciva a offrire protezione sufficiente. E questo non solo per le inesistenti capacità di schermo della maggior parte degli ingredienti utilizzati - olio di cocco o di oliva - ma anche perché i filtri che pure venivano aggiunti - come ossido di zinco e biossido di titanio - difficilmente potevano dimostrare efficacia in un preparazione casalinga. «Le creme solari casalinghe sono pericolose - premette Lara McKenzie, coautrice dello studio - perché non offrono le garanzie di un prodotto commerciale, che deve seguire rigide norme di sicurezza ed è sottoposto ad altrettanto severe prove di efficacia prima della sua immissione in commercio».

L'effetto principale di prodotti che saranno anche naturali, bio, cruelty free, ma sono insufficienti a proteggere dai raggi del sole è l'insulto alla pelle, con l'incremento di scottature, ustioni e anche tumori. Per intensificare le strategie protettive e controbattere alla confusione che dilaga in rete si è mossa anche l'American Academy of Dermatology che ha iniziato a postare video educativi e pratici sulla fotoprotezione su youtube e facebook. E che la moda non sia solo americana lo dimostra anche la recente presa di posizione degli specialisti della Sime, la **società italiana di medicina estetica**, al recente congresso romano: senza controlli i cosmetici possono avere problemi di conservazione, stabilità e contaminazione.

Ma non solo gli schermi fatti in casa sono oggetto di critiche. La Fda americana, l'ente di controllo dei farmaci, sta svolgendo controlli e indagini su alcuni schermi che negli Stati Uniti sono classificati come farmaci. L'ultimo studio, pubblicato su *Journal of the American Medical Association*, ha riscontrato tracce di quattro schermi di diverso tipo, in quantità superiori al consentito, nel sangue di un campione di 24 volontari, che erano stati abbondantemente spalmati ogni giorno. La notizia sta provocando confusione ma gli stessi ricercatori sottolineano che "l'indagine è limita-

ta a pochi casi ed è stata condotta in condizioni volutamente forzate di laboratorio che non corrispondono all'uso comune". Gli studiosi precisano anche che queste indagini servono per fissare nuovi parametri e indicare alle industrie come avviare nuovi studi tossicologici e clinici. Lo stesso ente aveva analizzato oltre 16 sostanze schermanti nei mesi scorsi, promuovendone due (ossido di zinco e biossido di titanio) e richiedendo per le altre 12 maggiori approfondimenti alle ditte produttrici.

E nel frattempo? La Fda consiglia di evitare allarmi smi e continuare a proteggersi, indicando in alcune linee guida per le industrie produttrici di schermi solari quali tipologie di filtri proteggano di più: i migliori sono quelli in crema, spray, olio, gel, burri, paste, unguenti e stick. Polveri, salviette, detergenti e shampoo addizionati di schermi protettivi anti UV invece non sono sufficienti a difendere la pelle. Boccianti anche i repellenti per gli insetti dotati di filtri solari che, dice l'ente di controllo americano, non possono sostituirli.

**Le ricette delle creme viaggiano in rete. Sono quasi dieci milioni. Ma gli ingredienti, benché naturali, non schermano i raggi**

tuire l'impiego degli schermi protettivi.

Se dopo anni di stallo negli Stati Uniti si infittiscono i controlli, sul fronte europeo la legislazione sui solari è aggiornata e avanzata. La Commissione europea effettua continui monitoraggi e aggiornamenti normativi che dovrebbero tranquillizzare i consumatori sul fronte sicurezza. «In Europa i dati sull'assorbimento cutaneo e l'esposizione sistemica - precisa l'associazione nazionale delle imprese Cosmetica Italia - sono elementi obbligatori nel processo di approvazione di nuovi filtri solari. Accanto al profilo di tossicità viene fissata la concentrazione massima di utilizzo, che deve essere almeno cento volte inferiore alla concentrazione più alta che non provoca alcun segno di tossicità».

E poi ci sono le regole, che devono essere seguite con rigosità. Le riassume Norma Cameli, responsabile Dermatologia correttiva del San Gallicano di Roma: evitare di esporsi al solleone in estate alternando sole e ombra, indossare occhiali da sole con lenti ampie e dotate di filtro anti Uv, cappello a tesa larga e abiti di tessuti naturali, traspiranti e di colori chiari. «L'uso di schermi protettivi - continua Cameli - è indispensabile, magari prediligendo i filtri fisici come biossido di zinco e titanio e scegliendo prodotti ad ampio spettro schermante che includano, oltre ai filtri Uvb, anche quelli anti Uva. I prodotti devono essere stabili al calore e resistenti a sudore, sfregamento e acqua marina o clorata. E 2-3 mesi prima delle vacanze integratori a base di resveratrolo, licopene e tè verde».

CONTRIBUZIONI RISERVATE