

Protettivi solari: come orientarsi?

Eritema, scottature, orticaria, macchie brune, invecchiamento precoce della pelle: sono solo alcuni degli ormai noti effetti negativi di un'esposizione solare eccessiva e non controllata. Nel corso degli ultimi anni si è via via fatta sempre più evidente l'importanza di una corretta protezione nei confronti delle radiazioni solari e fortunatamente le persone ne sono diventate sempre più consapevoli. Perché questa consapevolezza si traduca in provvedimenti concreti, un aspetto importante è la scelta di prodotti protettivi giusti.

Nella scelta del protettivo solare il primo dato da tenere presente è il fototipo: le persone con carnagione più chiara sono infatti le più sensibili all'azione dannosa delle radiazioni e devono optare in partenza per un prodotto con fattore di protezione elevato.

Altre condizioni che richiedono l'applicazione di una protezione maggiore sono la diversa latitudine e altitudine (più ci si sposta verso sud e più si sale rispetto al livello del mare), l'albedo (ad esempio la presenza di superfici riflettenti come mare, neve, sabbia, ecc.), la stagione (in estate i raggi solari sono più forti), l'orario in cui ci si espone e infine la durata dell'esposizione.

E' inoltre molto importante tenere presente che la quantità di prodotto che si applica è sempre inferiore a quella utilizzata nei test per la determinazione del fattore di protezione; ciò può portare ad una diminuzione di circa il 30% del potere protettivo del prodotto, cioè del valore riportato sulla confezione.

E' dunque prudente partire con un indice più alto rispetto a quello calcolato in base alle variabili esposte sopra.

Spesso ci si trova disorientati di fronte all'ampia scelta di prodotti e ai diversi fattori di protezione. Come scegliere?

La protezione UVB

I raggi UVB (ultravioletti di tipo B) sono i maggiori responsabili della comparsa di eritemi, scottature e orticaria. Nei prodotti solari la capacità di proteggere la pelle dalle radiazioni UVB è indicata dall'IP (indice di protezione) o SPF (sun protective factor), con una numerazione che varia da 0 a 50-60. In termini pratici, questo numero indica quante volte è possibile moltiplicare il tempo di permanenza al sole prima che la pelle sulla quale si è applicato il foto protettivo si scotti. Spesso si trovano in commercio protettivi solari equivalenti ma che riportano differenti indici di protezione.

Secondo una direttiva dell'Unipro (Associazione Italiana Industrie Cosmetiche), che le aziende produttrici dovranno recepire entro la fine del 2005, i fotoprotettori dovranno essere classificati in 5 classi e riportare sulla confezione le seguenti diciture:

- § Protezione bassa: SPF/IP 2-6
- § Protezione moderata: SPF/IP 8-12
- § Protezione alta: SPF/IP 15-25
- § Protezione altissima: SPF/IP 30-50
- § Protezione ultra alta: SPF/IP 50+

La protezione UVA

Le radiazioni ultraviolette di tipo A (UVA) per molto tempo sono state considerate inoffensive, ma in realtà si è scoperto che sono in grado di danneggiare le strutture di sostegno (collagene ed elastina) della pelle e, per questo, sono ritenute le principali responsabili dell'invecchiamento cutaneo (comparsa o accentuazione delle rughe).

A differenza delle radiazioni UVB, non esiste una metodica standardizzata per il calcolo dell'indice di protezione nei confronti degli UVA, dal momento che gli UVA non sono in grado di provocare arrossamento cutaneo (parametro misurato nel calcolo dell'SPF), ed è perciò difficile stabilire l'efficacia protettiva del prodotto. La maggior parte dei protettivi solari non riporta un'indicazione della protezione nei confronti di questo tipo di radiazioni.

Se indicato l'indice di protezione nei confronti dei raggi UVA è espresso dalla sigla PPD o IPD. In genere un prodotto con un'alta protezione UVB avrà anche un'altra protezione UVA.

Come scegliere la giusta protezione?

In linea di massima per calcolare il livello di protezione nei confronti dei raggi UVB e UVA e orientarsi nella scelta de prodotto solare si può tenere presente quanto riportato nella tabella seguente

Protezione	UVB SPF o IP	UVA	
		PPD	IPD
Ultra Alta	>50	>15	>50
Altissima	>30	>8	>25
Alta	>15	>6	>15
Moderata	>8	>5	>12
Bassa	>2	>5	>12