

Sole artificiale

Molte ricerche lanciano l'allarme: provocano tumori e invecchiamento della pelle. I dermatologi sono più cauti

Ma invitano a seguire i consigli degli specialisti. Ecco quali

Lampade & lettini quell'abbronzatura che può far male

CLAUDIA BORTOLATO

Per i *tan addicted* — i maniaci dell'abbronzatura — è una abitudine. Per gli amanti della tintarella una tentazione, soprattutto in questa stagione. Oggetto del desiderio: lettini e docce solari. Un'abbronzatura express che i dermatologi tendono a disapprovare e gli scienziati a condannare. «L'Agenda internazionale per la ricerca sul cancro, in uno studio pubblicato a luglio 2009 su *Lancet Oncology*, ha incluso le lampade abbronzanti nei "cancerogeni di gruppo 1", paragonandoli per i possibili effetti all'amianto e al fumo. E ha evidenziato che il rischio di sviluppare un melanoma cutaneo aumenta del 75% se l'uso delle lampade inizia prima dei 30 anni», ricorda il dermatologo Giovanni Leone, responsabile del Servizio di fotodermatologia dell'Istituto dermatologico San Gallicano, Irccs, di Roma. E a proposito di giovane età: una ricerca pubblicata a fine febbraio su *Pigment Cell & Melanoma Research* ha scoperto che l'incidenza del melanoma è maggiore nelle giovani donne con pelle chiara, probabilmente proprio per il maggior uso dei lettini solari delle donne rispetto ai maschi.

Già da tempo sono state poste rigide regole in materia, disposto controlli a tappeto sui centri abilitati e, soprattutto, vietato ai minorenni la "tintarella artificiale", come raccomandato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. In questa direzione si stanno muovendo, a passi più o meno spediti, Francia, Germania e altri Paesi dell'Unione, Italia compresa dove, tra l'altro, a fine gennaio è stata presentata alla Camera una proposta di legge per vietare "lettini" e "cabine" agli under 18.

Lampade abbronzanti, dunque, osservate speciali? Sembra proprio di sì. «Quelle ad alta pressione, le più diffuse, emettono radiazioni Uva anche sette o otto volte superiori rispetto a quelle che si possono assorbire in una giornata di sole alle nostre latitudini. E, come noto, è ormai accertato che gli Uva sono molto dannosi per la cute, soprattutto per effetto cumulativo, perché favoriscono danni cellulari che predispongono ai tumori cutanei, oltre ad essere responsabili dell'invecchia-

mento precoce della pelle. Oltretutto, quella indotta artificialmente non è un'abbronzatura fotoprotettiva, a differenza di quella solare che, invece, è un fenomeno progressivo», spiega la dermatologa Marcella Ribuffo, dell'Istituto dermatologico dell'Immacolata di Roma.

Ma è possibile fare un uso il meno lesivo possibile di lettini e docce solari? Spiega leone: «Oltre ad affidarsi a centri estetici qualificati, a garanzia di una maggiore sicurezza anche delle attrezzature, prima di iniziare un ciclo di sedute è fondamentale consultare un dermatologo per informarsi su quanto esporsi, in base anche al proprio fototipo. Non va dimenticato, infatti, che i raggi Uv sono pericolosi soprattutto per chi appartiene al fototipo uno (pelle e occhi chiari, presenza di lentiggini e capelli rossi e facilità a scottarsi al sole) e fototipo 2 (pelle chiara, occhi chiari e capelli biondi)». Consigli? «In ogni caso, fare al massimo 8-10 lettini l'anno, facendo passare almeno 48 ore tra una seduta e l'altra. E durante le sedute, usare gli appositi occhiali: anche gli occhi possono subire danni rilevanti, come una degenerazione retinica», conclude Ribuffo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

