DIPIÙ

Il medico spiega come curare le chiazze sulla pelle che si formano d'estate

MACCHIE CAUSATE DAL SOLE

Evitate di prendere la tintarella per due o tre giorni

«Il sole può causare macchie scure e arrossate sulla pelle delle persone predisposte che hanno preso la tintarella dopo essersi spruzzate del profumo oppure dopo avere assunto alcuni antibiotici, antinfiammatori o diuretici: per questo raccomando di evitare di esporsi al sole per due o tre giorni» • «In alcuni casi prescrivo pomate schiarenti oppure trattamenti esfolianti superficiali»

di **Roberta Pasero**

Milano, agosto

Macchie scure e arrossate, aloni irregolari che sembrano ombre sono l'incubo di tutti coloro che temono di trovarsi alla fine dell'estate con la pelle chiazzata. Esse possono apparire sul volto e sul corpo di chi è appena rientrato dalle vacanze ma anche di chi ha preso la tintarella restando in città ai bordi della piscina.

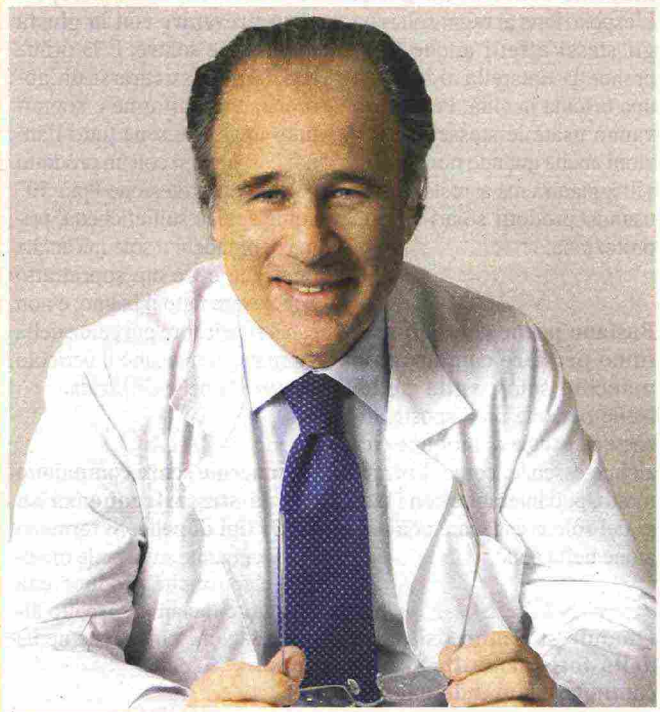
Da che cosa sono provocate queste macchie? Come si può fare per tornare ad avere una pelle sana, dal colorito uniforme? Ho rivolto queste e altre domande al professor Antonino Di Pietro, uno dei massimi esperti dermatologi italiani (*www.antoninodipietro.it*) presidente fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, e direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis, a Milano (*www.istitutodermoclinico.com*).

Professore, che cosa causa la formazione di queste macchie?

«Le cause sono molteplici. In particolare, la fotodermatite, cioè un'infiammazione della pelle indotta o aggravata dai raggi del sole che in determinate circostanze scatenano la reazione della pelle, oppure accumuli di melanina, cioè del pigmento responsabile dell'abbronzatura, che non è eliminato come dovrebbe».

Cominciamo dalla fotodermatite. Quali sono i sintomi?

«Compaiono sulla pelle alcune zone arrossate e pruriginose e, nei casi più seri, anche alcune piccole vescicole. Le macchie possono essere di colore bruno e le loro dimensioni possono variare da alcuni millimetri, cioè essere grandi come una lenticchia, fino a qualche centimetro, come una grossa moneta».



«NEI CASI PIU' SERI C'E' IL LASER» *Milano.* Il professor Antonino Di Pietro, direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis, a Milano, nel suo studio. «Le macchie scure provocate dalla esposizione al sole si possono schiarire o eliminare del tutto», dice il professor Di Pietro «ma, se esse sono resistenti, nei casi più seri consiglio di rimuoverle con trattamenti al laser».

Che cosa scatena la fotodermatite?

«Nelle persone predisposte una goccia di profumo e di alcune essenze, come quella al bergamotto, possono bastare a interagire con i raggi del sole e a scatenare una reazione della pelle. Altre volte, invece, possono essere alcuni farmaci ad aumentare la sensibilità della pelle alla luce solare, per esempio gli antibiotici, gli antinfiammatori in gel o in pomata, i diuretici, i medicinali per il cuore e antiacne o la pillola anticoncezionale».

Su quali parti del corpo compaiono con maggiore frequenza queste chiazze?

«Quelle provocate dai profumi di solito compaiono ai lati del collo e ai polsi dove generalmente sono spruzzate le essenze. Quelle provocate dai farmaci possono comparire in varie parti del corpo».

Che cosa consiglia quando si presentano i sintomi della fotodermatite?

«Prima di tutto raccomando di non esporsi al sole per due o tre giorni, sia a chi è in vacanza sia a chi è rimasto in città. Se la causa è un particolare farmaco suggerisco di evitare di prendere il sole almeno sino a quattro giorni dopo la fine della cura. Prescrivo anche farmaci antistaminici da

continua a pag. 70

VERO E FALSO SULLE MACCHIE CAUSATE DAL SOLE

Le macchie scure appaiono soprattutto sulla pelle delle donne • Anche il sole di città provoca le macchie • Le macchie dovute al sole non vanno confuse con le macchie scure da invecchiamento

VERO

Le macchie scure provocate da un eccesso di melanina appaiono soprattutto sulla pelle delle donne. Questo avviene perché possono essere causate da uno squilibrio ormonale dovuto a un aumento degli estrogeni, come capita, per esempio, alle donne durante la gravidanza, nel periodo della premenopausa o quando assumono la pillola anticoncezionale.

FALSO

Le chiazze scure compaiono sulla pelle in modo casuale. Dipende da che cosa sono state provocate: quelle causate dai profumi e dalle essenze di solito compaiono ai lati del collo e ai polsi dove generalmente sono spruzzate, quelle provocate dai farmaci possono comparire in varie parti del corpo, mentre le chiazze dovute a un accumulo di melanina causano delle macchie scure irregolari soprattutto sul labbro superiore, sugli zigomi, sulle guance, sulla fronte e sul collo.

VERO

Alcune macchie sulla pelle si formano esponendosi al sole dopo avere preso alcuni farmaci. Si tratta della fotodermatite, cioè un'infiammazione della pelle indotta o aggravata dai raggi del sole che scatenano la reazione della cute in determinate circostanze come l'assunzione di alcuni medicinali, in particolare gli antibiotici, gli antinfiammatori, i diuretici, i farmaci per il cuore, quelli antiacne e la pillola anticoncezionale.

FALSO

Truccarsi protegge la pelle dai raggi del sole evitando che si formino le macchie scure. Le pomate, gli smalti, i rossetti così come gli altri prodotti di bellezza possono contenere profumazioni e sostanze che interagiscono con i raggi del sole e scatenano una reazione della pelle, per questo motivo è opportuno pulirla sempre accuratamente prima di esporsi al sole.

VERO

Il succo di limone facilita la comparsa delle macchie solari. Quando è spalmato sulla pelle per abbronzarsi più velocemente può essere pericoloso perché interagisce con il sole e facilita la comparsa delle macchie scure.

FALSO

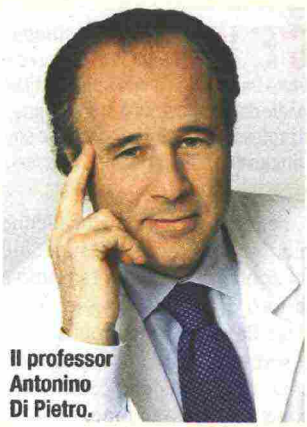
Il sole di città non provoca le macchie scure sulla pelle. L'esposizione ai raggi solari ha gli stessi effetti anche se si prende la tintarella ai bordi di una piscina in città. Per questo vanno usate le stesse precauzioni anche quando non si va in villeggiatura ma si resta a casa, usando prodotti solari ad alta protezione.

VERO

Bastano poche gocce di profumo per fare comparire le macchie scure sulla pelle. Nelle persone predisposte anche una goccia di profumo o di alcune essenze, come il bergamotto, può interagire con i raggi del sole e scatenare una reazione della pelle.

FALSO

Quando si hanno i sintomi della fotodermatite si può continuare a prendere il sole normalmente. La prima cosa da fare è evitare di esporsi al sole per due o tre giorni, sia se si è in vacanza sia se si è rimasti in città. Poi bisogna trovare la causa scatenante: per esempio, se è un particolare farmaco a provocare l'infiammazione della pelle esposta al sole è bene evitare completamente di prendere il sole almeno sino a quattro giorni dopo la fine della cura.



Il professor Antonino Di Pietro.

VERO

Le macchie scure causate da un eccesso di melanina si possono prevenire con la giusta protezione solare. È la prima regola per assicurarsi un'abbronzatura uniforme e soprattutto una pelle sana tutto l'anno: cospargersi con un prodotto solare con protezione "più 50" come appare sull'etichetta, prima di prendere il sole ma anche ogni due o tre ore soprattutto dopo avere fatto il bagno, e non esporsi nelle ore più calde della giornata allontanano il pericolo di avere la pelle chiazzata.

FALSO

Le macchie scure compaiono con la stessa frequenza su tutti i tipi di pelle. Si formano più facilmente sulla pelle olivastra e scura che produce una maggiore melanina rispetto alla carnagione chiara che ne ha meno.

VERO

Le macchie dovute al sole non vanno confuse con le macchie scure da invecchiamento. Queste ultime possono comparire dopo i quarantacinque anni e sono inestetismi permanenti, dovuti all'addensamento di cellule morte nei tessuti superficiali. Esse possono formare delle chiazze scure e ruvide, chiamate cheratosi, oppure delle macchioline diffuse e lisce, definite *lentigo senilis*, cioè lentiggini senili. Si possono eliminare con il trattamento laser.

continua da pag. 69

assumere per bocca o cortisonici da spalmare sulla pelle».

Le macchie scure provocate dalla esposizione al sole si possono schiarire o eliminare del tutto?

«Sì, per ridurre l'intensità delle macchie consiglio di applicare pomate schiarenti con derivati dell'idrochinone, glabridrina, rucinolo, acido cogico, ascorbile che è un derivato della vitamina C. Suggerisco anche trattamenti esfolianti superficiali all'acido glicolico. Invece, se il fenomeno persiste, consiglio di eliminare le macchie con trattamenti al laser. Se, però, l'infiammazione è stata molto intensa, le macchie brune, interessando tutto lo spessore della pelle, potrebbero restare per sempre».

Che cosa sono i trattamenti esfolianti superficiali all'acido glicolico?

«Sono trattamenti dermoestetici che, sfruttando l'azione di determinate sostanze acide, riescono a ridurre gli strati superficiali della pelle eliminando le cellule morte che sono sostituite da quelle nuove. In particolare l'acido glicolico svolge una potente azione esfoliante perché la sua molecola penetra nelle cellule della pelle irritandone lo strato superficiale che si desquama e si stacca, portando via anche la macchia superficiale. In genere per ottenere buoni risultati servono almeno cinque sedute, due volte alla settimana».

Come consiglia di prevenire la fotodermatite a chi non è ancora andato in vacanza?

«Suggerisco di pulire accuratamente la pelle prima di esporsi al sole per eliminare ogni traccia di profumo o di trucco, di leggere i foglietti illustrativi delle medicine che si stanno assumendo per verificare se nelle avvertenze sono indicate eventuali reazioni alla luce solare e, se così fosse, evitare di prendere il sole sino a quattro giorni dopo la somministrazione. Consiglio a tutti quelli che soffrono di fotodermatite di evitare l'esposizione al sole senza un'adeguata protezione solare».

continua a pag. 73

continua da pag. 70

Invece che cosa accade alla pelle quando c'è un accumulo di melanina?

«Si formano macchie scure irregolari soprattutto sul labbro superiore ma anche sugli zigomi, sulle guance, sulla fronte e sul collo, macchie che compaiono con maggiore facilità quando la pelle è olivastra e nelle donne specialmente fra i trenta e i quaranta anni».

Da che cosa è causato questo eccesso di melanina?

«Di solito l'eccesso di melanina è eliminato dal ricambio cellulare ma alcuni fattori bloccano questo sistema. Questi fattori sono l'invecchiamento della pelle oppure uno squilibrio ormonale dovuto a un aumento degli estrogeni, come capita, per esempio, in gravidanza, nel periodo della premenopausa o assumendo la pillola anticoncezionale».

Come consiglia di eliminare queste macchie?

«Suggerisco di applicare sieri o pomate a base di glucosamina e arbutina per fare riassorbire più velocemente la melanina in eccesso e per schiarire notevolmente la pelle».

Come consiglia di prevenire le macchie scure?

«Consiglio di proteggere bene la pelle, applicando ogni ora una crema solare ad alta protezione, e questo vale sia come prevenzione sia quando si hanno già i primi segni sulla pelle. In questo caso raccomando di difendere la pelle anche in città utilizzando prodotti cosmetici che contengono filtri protettivi. Consiglio di considerare il sole un elemento fondamentale della nostra vita al quale avvicinarsi con la dovuta misura, esponendoci sempre con la indispensabile protezione solare e nelle ore meno calde della giornata per ottenerne tutti i benefici senza mettere a repentaglio la pelle».

Roberta Pasero