

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

I legnanesi non sanno esporsi al sole: in aumento i melanomi

Gea Somazzi · Tuesday, July 22nd, 2014

(g.somazzi) – I legnanesi non si difendono abbastanza dai raggi solari nocivi, tanto che,  l'azienda ospedaliera di Legnano ha registrato un numero maggiore di persone colpite da melanomi.

E' la ragione per cui i medici **Elisabetta Saporiti** primario della Chirurgia plastica e **Giuseppe Trabucchi** primario del reparto di Oculistica sono "scesi in campo" per allertare i cittadini e consigliare come farsi "amico" il sole.

Con la bella stagione è necessario imparare a gestire la luce solare, soprattutto al mare e in montagna. Anzitutto, bisogna evitare i periodi a rischio, ossia dalle 10 alle 16, e utilizzare sempre creme protettive *«accorgimenti da adottare in particolar modo per i bambini – spiega Saporiti - . Infatti, sono le bruciature nell'età infantile che possono incrementare patologie tumorali in età adulta».*

È poi importante tener ben presente la differenza tra raggi Uvb e Uva: i primi sono i "colpevoli" delle scottature, mentre i secondi sono decisamente più pericolosi. Quest'ultimi, infatti, arrivano a penetrare il derma in profondità e alterano la struttura cutanea, causando forme cancerogene, come il melanoma e il carcinoma cutaneo a cellule basali. Sono i principali responsabili dell'invecchiamento prematuro della pelle: procurano rughe, macchie solari, perdita di elasticità e secchezza.

 *«I tanto chiacchierati lettini solari sono dannosi – ha commentato la dottoressa Saporiti – in quanto vengono irradiati i pericolosi raggi Uva. L'abbronzatura è la manifestazione di un processo di autodifesa del nostro corpo contro l'azione aggressiva di raggi solari e la melanina è un naturale filtro protettivo. Tenete ben presente che le creme autoabbronzanti non portano alla produzione di melanina e quindi non proteggono dai raggi Uvb».*

Conoscere il proprio fototipo è importante per scegliere le adeguate misure di protezione: *«Le creme protettive non precludono la tanto ambita “tintarella” – ha ricordato il medico -. Bisogna ricordarsi che questo genere di prodotto, se la confezione rimane aperta dopo l'estate, non si può utilizzare la stagione successiva in quanto le sue proprietà non sono più attive».*

Non solo la pelle del nostro corpo, ma anche gli occhi possono essere danneggiati dall'esposizione ai raggi Uva e Uvb: *«Stare all'ombra non basta a proteggere gli occhi, perché i raggi UV vengono riflessi dal mare – ha spiegato il dr. Trabucchi – , dalla sabbia e da altre superfici. Per questo gli occhiali da sole sono fondamentali, purché abbiano determinati requisiti.*

Proprio come le creme solari, anche gli occhiali devono avere un filtro per gli UV. Inoltre, le lenti tendenti al rosso e marrone sono indicate per i miopi, mentre quelle di colore verde scuro sono per gli ipermetrici. In ogni caso, è bene evitare l'esposizione diretta ai raggi solari». Trabucchi ha poi aggiunto «Importante è mantenere una dieta corretta e ricca di vitamine: è utile sia per la salute della pelle che degli occhi assumere cibi di color arancioni e mirtilli».

This entry was posted on Tuesday, July 22nd, 2014 at 6:38 pm and is filed under [Legnano](#), [Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.