

Tutti al mare

40%

La percentuale delle lozioni solari più vendute negli Usa che non rispettano tre criteri di salute Non raggiungono un fattore di protezione SFP 30, non garantiscono la schermatura dei raggi UVA e non hanno alcuna resistenza agli agenti esterni

» BARBARA CATALDI

Il 40% delle creme solari più vendute negli Usa non rispetta i 3 fondamentali criteri stabiliti dalle linee guida dell'associazione dei dermatologi americani (American academy of dermatology). Lo rivela uno studio appena pubblicato sulla rivista scientifica *JAMA Dermatology*. I ricercatori per analizzare i comportamenti dei consumatori hanno messo sotto la lente i 65 prodotti più acquistati e meglio recensiti su *amazon.com*: 4 su 10 non raggiungono un fattore di protezione solare SFP 30, non garantiscono la schermatura dei raggi UVA e non hanno alcun tipo di resistenza all'acqua e al sudore, anche quando la promettono in etichetta.

In Italia creme e lozioni solari non vengono comprate abitualmente *on line*, come accade al di là dell'Atlantico, ma di sicuro spesso vengono scelte e utilizzate commettendo gli stessi sbagli.

Secondo un'indagine condotta presso il Centro Medico Sant'Agostino di Milano, per esempio, una persona su 5 usa un filtro troppo basso per il suo fototipo, cioè per il suo tipo di pelle, una su 4 smette di spalmare la crema dopo i primi giorni di esposizione e una su 8 la applica solo una volta al giorno. Tutti errori imperdonabili.

EPPURE le creme solari d'estate sono un alleato fondamentale per prevenire i tumori della pelle. Il melanoma, per esempio, è in preoccupante ascesa soprattutto tra i più giovani. Negli ultimi 10 anni il numero di chi si è ammalato è raddoppiato. Nel 2015 si sono registrati circa 11.300 nuovi casi, il 40% riguarda under 40. Le cause principali sono legate a cattive abitudini: esposizione al sole per troppe ore, in momenti sbagliati o senza protezione. Le lampade abbronzanti e il fumo di sigaretta, poi, aumentano il rischio di circa il 75%.

Ma come si sceglie una buona crema solare? E come si u-



Creme solari, le nostre colpe e le troppe bugie del mercato

Spesso si sbagliano dosi e modi d'uso, ma molti prodotti non sono propriamente a norma

tilizza per ridurre al massimo il pericolo di una tintarella spregiudicata? La prima considerazione da fare è che non esiste un prodotto capace di garantire una protezione totale, tanto che sulle confezioni dei cosmetici sono vietate le diciture "schermo totale", "sunblock" o "instant protection". In etichetta troviamo riportata la sigla SPF (*solar protection factor*) associata a un numero che serve a indicare la capacità di filtrare le radiazioni UVB. Vengono utilizzati 8 numeri relativi a quattro categorie: protezione bassa (6, 8 e 10); protezione media (15 e 20); protezione alta (30 e 50); protezione molto alta (50+). Per essere sicuri che la crema ci protegga davvero, deve essere presente anche il simbolo che indica la capacità di filtrare i raggi ultravioletti A, più pericolosi perché capaci di penetrare più a fondo nella pelle: un cerchio con all'interno la scritta UVA. "Per assicu-



INUMERI

11.300

Il numero di nuovi casi registrati nel 2015, il 40% riguarda under 40

75%

La percentuale di aumento del rischio con lampade abbronzanti e il fumo di sigaretta

20%

Una persona su 5 usa un filtro troppo basso per il suo fototipo, una su 4 smette di spalmare la crema dopo i primi giorni di esposizione e una su 8 la applica solo una volta al giorno

rarci il livello di protezione indicato in etichetta, però, andrebbero utilizzate le stesse dosi usate nei test di laboratorio", spiega al *Fatto* la professoressa Carla Scesa, docente di Cosmetologia presso l'Università di Siena, "2 mg per ogni centimetro quadrato di pelle. Nel caso di un adulto a ogni esposizione dovremmo svuotare il flacone". Anche se, naturalmente, versarsi addosso un'intera confezione di solare ogni giorno non è fattibile, dobbiamo sforzarci di essere molto generosi quando spalmiamo la crema protettiva. E soprattutto dobbiamo ricordare di ripetere l'applicazione più volte durante il giorno. Soprattutto dopo aver fatto un lungo bagno in mare. La capacità del cosmetico di resistere all'acqua, infatti, non è ancora misurata attraverso standard tecnologici condivisi all'interno dell'Unione europea. "Infine, visto che per proteggerci dagli effetti nega-

SANITÀKO Negli ambienti chiusi

C'è un inquinamento ancora "segreto"

» CHIARA DAINA

Impossibile sapere se l'aria che respiriamo in ufficio o tra le mura di casa è troppo, poco o per niente cattiva. Perché in Italia manca ancora una legge sull'inquinamento indoor. Esistono le linee guida dell'Oms e un documento (molto recente, del 2015) dell'Istituto superiore di sanità che riporta gli inquinanti chimici e biologici di cui tener conto nel monitoraggio dell'aria negli ambienti chiusi. Ma quali siano i valori limite di concentrazione di questi, specialmente per le abitazioni che si affacciano su aree industriali o terreni trattati con pesticidi, gli uffici dentro le fabbriche o ancora gli spazi all'interno degli aeroporti, non si sa. Impossibile dunque tenerli sotto controllo. Secondo uno studio condotto dall'Household air pollution Commission e uscito su *Lancet* nel 2014, l'inquinamento domestico causerebbe 4 milioni di morti l'anno e oltre 600 milioni di casi di malattie respiratorie nel mondo (asma, polmonite, tumore al polmone). Alcune delle fonti di inquinamento più comuni sono il fumo di tabacco, i processi di combustione (per la cottura dei cibi o il riscaldamento), i prodotti per la pulizia della casa, gli antiparassiti, colle, vernici, adesivi e solventi.



tivi dei raggi solari, pericolosissimi tra le 12 e le 16, siamo costretti a cospargerci di unguenti a base di filtri fisici e chimici di varia natura" aggiunge Scesa, "è bene ricordare a fine giornata di lavarci bene per eliminare qualunque residuo indesiderato". E conclude: "Fino ai due anni di età i bambini non dovrebbero proprio essere esposti al sole nelle ore più calde, neppure con la protezione".

LA PERICOLOSITÀ dei raggi del sole cambia a seconda della località e dell'ora. Per questo l'Organizzazione mondiale della sanità l'ha classificata con una scala internazionale che correla il livello di radiazione Uv con il grado di rischio: quando l'indice è supe-

riore a 3, occorre mettere in atto delle misure preventive. Quando va da 8 a 11 è meglio non esporsi al sole, magari stare in spiaggia ma sotto l'ombrellone, coperti e con gli occhiali da sole.

La capacità del cosmetico di resistere all'acqua non è misurata con standard tecnologici

Esiste un modo per conoscere questo dato in anticipo, un po' come si fa con il meteo. Molti siti dedicano una pagina proprio all'aggiornamento ora per ora di temperatura e indice Uv. A Viareggio, per esempio, oggi, il sole raggiunge pericolosità elevata dalle 12 alle 14, l'indice Uv in questa fascia oraria oscilla tra 8 e 9. Un'ora prima e due ore dopo si stabilizza sull'indice 7, elevato e quindi da affrontare con un'ottima crema solare.

» RIPRODUZIONE RISERVATA

MICRO & MACRO Le casse previdenziali sono disponibili ad accollarsi, con Atlante, una montagna di crediti deteriorati

» BEPPE SCIENZA

Chi metterebbe spontaneamente i propri risparmi nel Fondo Atlante, lo strumento di salvataggio di Banca Popolare di Vicenza e Veneto Banca? Ovviamente nessuno. Analogo discorso per un ipotetico Atlante 2, destinato ad accollarsi crediti deteriorati di banche pericolanti. S'è invece detto disponibile a convogliarvi soldi il presidente dell'associazione delle casse previdenziali (Alberto Olivetti dell'Adepp), cioè degli enti per la pensione di base, non integrativa, dei lavoratori autonomi. Ma sì, tanto non sono soldi suoi. Sconcertanti poi le condizioni poste, come per esempio l'attribuzione di natura privata alle casse previdenziali, richiesta che non c'entra nulla con la convenienza dell'investimento. Ma anche da parte di fondi pensioni, in particolare

La malsana idea di usare i fondi pensione per soccorrere le banche

chiusi, c'è disponibilità a dare una mano per salvare istituti di credito, come pure per finanziarie infrastrutture e imprese private, tramite dubbi veicoli finanziari. Perché allora non riportare semplicemente nelle aziende il TFR sequestrato da Prodi nel 2006 col fondo di tesoreria dell'Inps? Perché ciò non permetterebbe di raschiare via soldi con consulenze, provvigioni, intermediazioni e qualche ruberia bella e buona. Non per nulla si parla di Nuove Banche per fondi e casse previdenziali, con dirigenti desiderosi di fornire stampelle a chi non si regge sulle proprie gambe. Stampelle finanziate coi soldi desti-

nati alle pensioni, integrative o di base.

Siamo alle solite: i gestori di denaro altrui perseguono in prima istanza interessi slegati da quelli di clienti, aderenti, iscritti ecc. Di questi si preoccupano solo in ultima istanza. Come può allora un lavoratore proteggere i propri accantonamenti previdenziali? Come sempre i risparmi si difendono innanzi tutto non affidandoli ad altri. Evitare quindi qualsiasi fondo pensione, piano individuale previdenziale o polizza. Ma ciò non vale per le casse di previdenza dei lavoratori autonomi: professionisti, artigiani, agenti di commercio ecc., con una massa (mal) gestita

per altro sui 70 miliardi di euro. Qui la difesa è possibile solo tramite scelte collettive e non individuali. I contributi versati nelle casse sono in grandissima misura obbligatori, per cui il singolo lavoratore non può fare nessuna scelta. Ma gli iscritti alle casse eleggono i loro rappresentanti in tali strutture. E qui parecchie storture andrebbe corretta. Prendiamo per esempio Inarcassa, l'ente degli ingegneri e architetti. Contro i cambiamenti congiurano non solo posizioni incrostate, ma anche una bassa partecipazione al voto, per giunta con alcune stranezze. Già di per sé stupisce che al nord sia del 25% e al sud invece del 46%. Per di più viene segnalato l'inquietante fenomeno di candidati che raccolgono pacchetti di raccomandate di voto. Sarà anche lecito, ma come non pensare a voti di scambio?

@beppescienza