



COMUNICATO STAMPA

Contatto Luca Toneatti, Incaricato della comunicazione, media@legacancro.ch
Telefono (diretto) 031 389 93 31
Data Berna, 06. Agosto 2019

Miti sulla crema solare

Sempre più spesso – specie sui social media – si leggono affermazioni secondo cui la crema solare non serve a niente ed è un mero strumento di marketing dell'industria. Tutto ciò causa incertezza in molte persone. La Lega contro il cancro raccomanda l'uso della crema solare come misura di protezione in aggiunta all'ombra, al cappello, agli occhiali da sole e ai vestiti.

Gran parte delle persone è consapevole che dovrebbe evitare troppe radiazioni UV. Chi non lo fa, va presto incontro a dolorose scottature solari, aumentando così il rischio di contrarre un tumore della pelle. La pelle non dimentica: il corpo non riesce a riparare tutte le cellule danneggiate dai raggi UV. Esse possono degenerare, riprodursi in modo incontrollato e dunque provocare il cancro della pelle. Sul web si moltiplicano i contributi che mettono in guardia dai pericoli della crema solare. Si afferma addirittura che provochi il cancro della pelle. Ma è vero?

L'utilità della crema solare è provata scientificamente

Allo stato attuale delle conoscenze, i vantaggi dei prodotti di protezione solare sono maggiori dei potenziali rischi. I dermatologi, l'Ufficio federale della sanità pubblica e la Lega contro il cancro raccomandano un uso costante della protezione solare, in aggiunta allo stare all'ombra e ad indossare occhiali da sole, cappello e indumenti. Gli esperti della Lega contro il cancro raccolgono regolarmente i risultati delle ultime ricerche indipendenti, per essere in grado di elaborare le migliori raccomandazioni atte a prevenire il cancro della pelle.

Qui di seguito pubblichiamo tre affermazioni, in merito alle quali la Lega contro il cancro desidera fare chiarezza:

«Non ho mai usato la crema solare e finora non ho mai contratto il cancro della pelle».

Il cancro è una malattia legata all'invecchiamento. Solo un quarto delle persone colpite da tumore cutaneo ha meno di 50 anni al momento della diagnosi. È accertato che con ogni scottatura solare, e anche prima che essa si palesi, il materiale genetico delle cellule cutanee risulta danneggiato. Una certa quantità di queste cellule danneggiate può essere autoriparata dall'organismo, mentre altre permangono danneggiate. Esse possono degenerare, riprodursi in modo incontrollato e dunque provocare il cancro della pelle. Il rischio aumenta soprattutto nel caso di scottature solari in giovane età.



lega svizzera contro il cancro

«Se mi proteggo dal sole e uso la crema solare, il mio corpo non produce abbastanza vitamina D».

Per produrre la vitamina D non c'è bisogno dei raggi diretti del sole. In estate, il nostro corpo viene raggiunto da una quantità sufficiente di raggi UVB indiretti, in modo tale che esso possa produrre abbastanza vitamina D e non insorgano sintomi da carenza. Può verificarsi una carenza durante i mesi dell'anno meno soleggiati. In tal caso, si possono assumere degli integratori, ma bisognerebbe prima discuterne con uno specialista.

«Davvero strano. Che cosa faceva la gente 100, 200 anni fa, prima dell'arrivo delle creme solari? Erano tutti malati di cancro della pelle?»

Innanzitutto, l'aspettativa di vita media delle persone di 100 anni fa era di appena 45 anni. D'altra parte, si suppone che i fattori che contribuiscono all'aumento dei tumori della pelle siano molteplici: il cambiamento di abitudini in atto da anni, che porta a trascorrere il tempo libero sotto raggi UV ad alta intensità; le frequenti vacanze al sole e la frequentazione dei solarium. Un altro motivo potrebbe risiedere nell'ottima assistenza medica in Svizzera, che consente di rilevare il cancro in una fase precoce e di raccogliere i casi nel Registro dei tumori.

Per queste ragioni la Lega contro il cancro raccomanda:

- Restare all'ombra tra le ore 11 e 15, perché questa è la migliore protezione solare.
- Indossare cappello, occhiali da sole e vestiti.
- Applicare la crema solare come misura di complemento.
- Non frequentare il solarium.

Il contributo della Lega contro il cancro per la protezione solare

Gli opuscoli come «Protezione solare», «Protezione solare – L'essenziale in breve» e «Protezione solare per mio figlio» nonché numerose schede si possono scaricare o ordinare gratuitamente qui: www.legacancro.ch/protezioncsolare

La Lega contro il cancro offre consulenza e sostegno Le leghe cantonali e regionali operano sul territorio. In ogni parte della Svizzera offrono a tutte le persone colpite dal cancro e ai loro familiari una consulenza e un sostegno individuali e continui: http://www.legacancro.ch	Le consulenti specializzate della Linea cancro offrono aiuto Telefono 0800 11 88 11 E-mail helpline@legacancro.ch Chat legacancro.ch/cancerline Forum www.forumcancro.ch Skype lineacancro.ch
--	---