




 **ligue suisse contre le cancer** pharmaSuisse 

**Protezione solare:
consulenza in farmacia**

 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

Contenuto

- Consigli su come proteggersi dal sole
- Requisiti dei prodotti solari
- Resistenza all'acqua
- Conservabilità una volta aperti
- Filtri fisici e chimici UV
- Quanto proteggono le creme solari?
- Quantità applicate nella pratica
- Reazioni fototossiche
- Nanoparticelle
- Come alleviare un colpo di sole?
- L'essenziale in breve

 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

Consigli su come proteggersi dal sole

- Evitare colpi di sole.
- Rimanere all'ombra tra le 11.00 e le 15.00.
- Portare un cappello, occhiali da sole e indumenti adeguati.
- Applicare abbondantemente prodotti per la protezione solare.
- Evitare l'uso del solarium.

Requisiti dei prodotti solari

- Dal 2009 esiste la raccomandazione Colipa (European Cosmetic, Toiletry and Perfumery Association) legalmente non vincolante, valida per i prodotti solari.
- Tutti i prodotti fotoprotettivi in commercio devono rispettare gli stessi standard qualitativi ed essere etichettati secondo criteri uniformi.
- Le definizioni quali «Sunblocker» (“schermo totale”) non devono essere utilizzate.
- Si raccomandano informazioni dettagliate sull'uso e avvertenze sui rischi.

Raccomandazione Colipa: indicazione IPS, SPF



Categoria indicata sull'etichetta	Fattore di protezione indicato sull'etichetta	Fattore di protezione solare misurato
Protezione bassa	6	6 - 9.9
	10	10 - 14.9
Protezione media	15	15 - 19.9
	20	20 - 24.9
	25	25 - 29.9
Protezione alta	30	30 - 49.9
	50	50 - 59.9
Protezione molto alta	50+	60≤

Fonte: www.colipa.com/publications


Protezione UVB: IPS, SPF

- Il fattore di protezione solare indica il rapporto numerico fra la quantità di raggi UV necessaria per provocare un arrossamento della pelle (eritema) quando la pelle è protetta rispetto a quando non lo è.
- Esempio: il tipo di pelle 2 ha un tempo di autodifesa di ca. 10 minuti
-> 10 (tempo di autodifesa) x 15 (fattore di protezione solare) = 150 minuti

-> il tempo di autodifesa si prolunga di 150 minuti. A titolo indicativo, la quantità di prodotto solare da applicare per tutto il corpo deve essere di 2mg/cm² (ca. 30ml)


 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

Protezione UVA





Per potere utilizzare il logo UVA è necessario che:

- la protezione UVA corrisponda perlomeno ad un terzo dell'IPS / SPF.
- Esempio: il prodotto solare IPS 30 (protezione UVB) deve presentare un fattore di protezione UVA minimo di 10 (a titolo indicativo, la quantità di prodotto solare da applicare deve essere di 2mg/cm²).

 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

Prodotti con un IPS, SPF molto alto

- Si prestano molto bene in caso di allergie, cicatrici, problemi pigmentari e durante l'assunzione di medicinali che aumentano la fotosensibilità.
- L'uso è consigliato alle persone che soffrono di affezioni cutanee e malattie sistemiche nelle quali la luce UV può provocare reazioni cutanee.
- In caso di irradiazione solare estrema (all'equatore, sui ghiacciai)

 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

Resistenza all'acqua

Regolamentato in modo uniforme da parte del COLIPA



- **Resistente all'acqua:** 2x20 minuti nell'acqua mossa: un prodotto è resistente all'acqua se la capacità protettiva permane perlomeno nella misura del 50% dopo avere fatto il bagno.
- **Molto resistente all'acqua:** 4x20 minuti nell'acqua mossa: un prodotto è molto resistente all'acqua se la capacità protettiva permane perlomeno nella misura del 50% dopo avere fatto il bagno.

 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

Conservabilità una volta aperti

- La validità di un prodotto viene indicata tramite un simbolo a forma di barattolo di crema aperto e l'indicazione del periodo di validità in mesi e/o in anni.
- Essa deve essere indicata su prodotti con una conservabilità superiore ai 30 mesi. Per i prodotti con una conservabilità inferiore ai 30 mesi deve essere indicata la durata minima di conservabilità (Exp./data di scadenza).
- I prodotti di protezione solare devono essere sempre richiusi bene e si deve fare attenzione a non scaldarli. Una volta decorsa la data di scadenza il prodotto non deve più essere utilizzato.





 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

Filtri fisici (minerali)

<p>Vantaggi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adatti per bambini piccoli • Adatti per donne incinte e che allattano • Alto grado di fotostabilità • Senza effetti tossicologici • Molto ben tollerati 	<p>Svantaggi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Per un IPS / SPF alto sono necessarie concentrazioni elevate • Un effetto poco estetico • Il tipico strato bianco sulla pelle
---	--

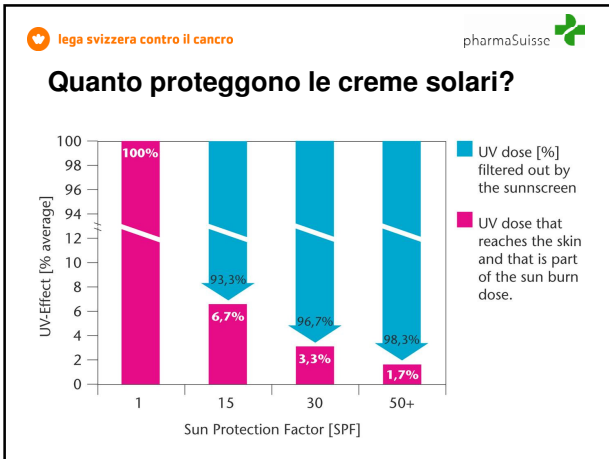
I filtri fisici riflettono i raggi UV.

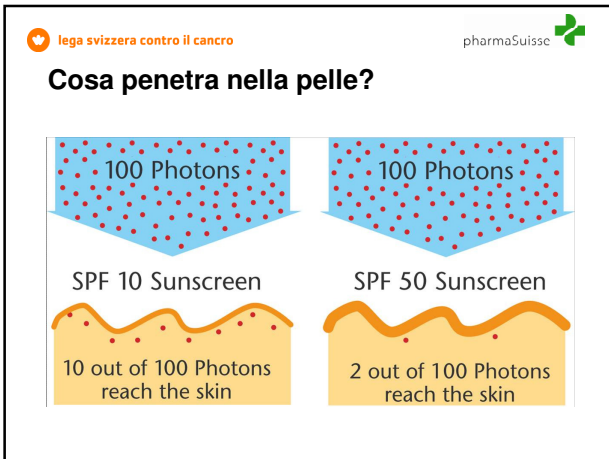
 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

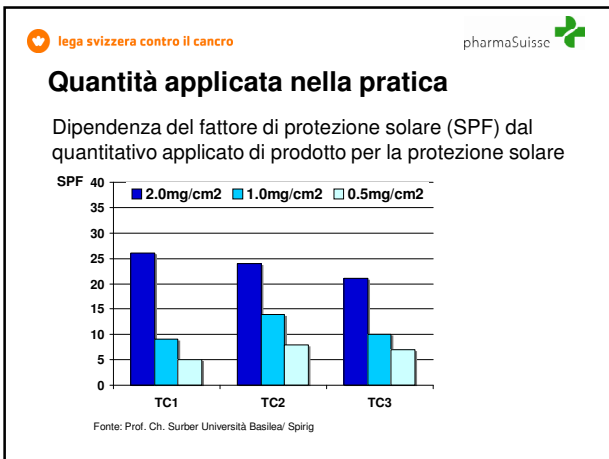
Filtri chimici



<p>Vantaggi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • I filtri più nuovi sono molto efficienti, vale a dire che per un SPF elevato necessitano di concentrazioni minori. • È possibile una somministrazione differenziata di farmaci galenici. 	<p>Svantaggi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Possibile fotoinstabilità • Maggiore rischio allergico • Non adatti per i bambini piccoli e per pelli molto sensibili • Non adatti per donne incinte e che allattano • Effetto simile a quello ormonale
---	--

I filtri chimici assorbono i raggi UV
-> tramite una trasformazione graduale dell'energia in calore, si ottiene di nuovo l'equilibrio base della molecola.










lega svizzera contro il cancro
pharmaSuisse 

Reazioni fotossiche

- Dipendono dalle dosi.
- Una dose UV che generalmente non provocherebbe reazioni cutanee causa una forte dermatite, simile ad una scottatura solare. Singoli fattori come l'assorbimento e il metabolismo della sostanza, nonché la penetrazione dei raggi UV attraverso la pelle rivestono un ruolo determinante.
- **Causa:** medicinali, allergie, contatto con piante
- **Sintomi:** eritemi, edemi, bruciori, ev. persino formazione di vesciche. Nelle persone che presentano una forte pigmentazione le reazioni fotossiche possono essere meno pronunciate dal punto di vista clinico.
- **Terapia:** evitare il sole, applicare impacchi umidi e raffreddanti. Applicazioni topiche di corticosteroidi, se necessario, somministrazione di antistaminici e, in caso di bisogno, corticosteroidi sistemici.


lega svizzera contro il cancro
pharmaSuisse 

Esempi: medicinali fotossici

- **Tetracicline:** Doxiciclina, Minociclina
- **Retinoide:** Isotretinoina



Per ulteriori informazioni vedasi pharManuel 2010


lega svizzera contro il cancro
pharmaSuisse 

I filtri chimici UV hanno effetti simili a quelli degli ormoni?



Negli esperimenti di laboratorio singoli filtri chimici UV hanno mostrato effetti simili a quelli degli ormoni (estrogeni). Oggi questi filtri non vengono praticamente più utilizzati. Secondo lo stato attuale delle conoscenze i vantaggi dei prodotti solari sono decisamente superiori agli eventuali rischi.

I dermatologi, l'Ufficio federale della sanità pubblica e la Lega contro il cancro continuano a raccomandare l'applicazione rigorosa dei prodotti solari per evitare scottature solari.


lega svizzera contro il cancro
pharmaSuisse 

Nanoparticelle



- I filtri fisici (minerali) contenuti nei prodotti solari hanno la dimensione di nanoparticelle (particelle aventi un diametro inferiore a 1/10'000mm). Secondo lo stato attuale delle conoscenze una penetrazione di nanoparticelle attraverso la pelle sana può essere esclusa in larga misura (presa di posizione degli istituti tossicologici dell'Unione europea e dell'Ufficio federale tedesco per la valutazione dei rischi - Bundesamt für Risikobewertung, BfR).
- Più piccole sono queste particelle, meno pronunciato è il tipico strato bianco sulla pelle dovuto al prodotto e più facile è applicarlo in modo regolare.


lega svizzera contro il cancro
pharmaSuisse 

Quale protezione solare raccomandate per i bambini piccoli e le donne incinte?



- Non esporre i bambini piccoli di età inferiore ad un anno ai raggi diretti del sole.
- Rimanere all'ombra e proteggersi con i vestiti.
- Le donne incinte dovrebbero esporsi in generale in modo moderato al sole e utilizzare il meno possibile i prodotti solari.

Ulteriori informazioni sono reperibili nel sito www.bag.admin.ch


lega svizzera contro il cancro
pharmaSuisse 



Che tipo di protezione solare raccomandate a chi ha una "pelle problematica"?

- Per chi ha la pelle grassa, impurità della pelle o acne: emulsioni olio in acqua, gel idratanti, creme povere di lipidi oppure lozioni.
- Per chi ha la pelle secca: emulsioni acqua in olio
- Per chi soffre di allergie solari: prodotti idratanti e senza emulsionanti con un alto fattore di protezione
- Per chi soffre di neurodermatite: prodotti ricchi di lipidi senza profumo e coloranti, alto fattore di protezione.

 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 



Come si può alleviare un colpo di sole?

- Evitare assolutamente di esporsi al sole.
- Raffreddamento e umidificazione della pelle con compresse
- Assunzione abbondante di liquidi
- Emulsioni olio in acqua e lozioni idratanti
- Antistaminici H1 oppure anestetici locali
- Idrocortisone locale
- Ev. antidolorifici orali in caso di forti dolori.


 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

L'essenziale in breve


- Evitare colpi di sole
- Rimanere all'ombra sul mezzogiorno
- Quando si è esposti al sole, indossare T-shirt e cappello
- Portare occhiali da sole
- Applicare abbondantemente prodotti solari prima di esporsi al sole
- Dopo avere nuotato è necessaria una nuova applicazione, anche nel caso di prodotti resistenti all'acqua
- Esaminare regolarmente la pelle per verificare l'eventuale presenza di mutazioni cutanee


 **lega svizzera contro il cancro** pharmaSuisse 

Con il gradito sostegno di
Pierre Fabre (Suisse) SA con Eau thermale Avène
e Spirig Pharma SA con Daylong



EAU THERMALE
Avène



 **Daylong**
Spirig Pharma

**Grazie mille
per la vostra attenzione**
