

CENTRO MEDICO OLYMPUS



Aut. sanitaria n. PG6592 del 01/03/04

# Abbronzatura: amica o nemica?

Il culto dell'immagine spinge molte persone a esposizioni prolungate al caldo e al sole a discapito della salute. Pier Luigi Fiorella, Direttore Sanitario del Centro Medico Olympus di Ravenna, illustra i rischi dell'abbronzatura: «Il sole e le lampade abbronzanti emettono radiazioni ultraviolette che possono essere nocive e causare tumori della pelle – spiega, – è dunque importante limitare l'esposizione soprattutto nelle ore più calde della giornata, quando l'intensità delle radiazioni ultraviolette è particolarmente elevata».

## Perché il sole può essere nocivo?

«Il sole, oltre alla luce, emette radiazioni infrarosse avvertite come calore e radiazioni ultraviolette che producono l'abbronzatura della pelle. Le radiazioni ultraviolette, responsabili di eritemi e scottature, comportano anche l'aumento del rischio di patologie della pelle».

## E le lampade abbronzanti?

«Le lampade abbronzanti emettono radiazioni ultraviolette di tipo A (UVA). L'uso è regolato da linee guida internazionali ed è opportuno consultare il proprio dermatologo».

## Quali sono gli effetti delle radiazioni ultraviolette?

«Il loro solo effetto benefico per la pelle è lo stimolo alla produzione di vitamina D, a seguito di modeste esposizioni. Gli effetti negativi a lungo termine possono essere tumori della pelle e invecchiamento

precoce della cute».

## Come limitare i rischi da radiazioni?

«Proteggere la pelle in modo efficace con tessuti a trama fitta. Per viso e collo è indispensabile un cappello a larghe falde. Quando la protezione con indumenti non è possibile (es. quando si nuota) si possono impiegare le creme solari con un fattore di protezione adeguato al tipo di pelle. I bambini vanno tenuti all'ombra, debitamente protetti anche dall'irradiazione riflessa, specie nelle ore più calde della giornata».

## Quali sono i tumori della pelle?

«Il 90% dei tumori della pelle è costituito dai carcinomi basocellulari e spinocellulari, facilmente curabili e di rado mortali. Frequentemente tali tumori si manifestano come noduli, a volte ulcerati. I carcinomi spinocellulari compaiono con maggiore frequenza in persone che restano molte ore all'aperto e sono sottoposte a esposizioni solari intense e prolungate. Il 10% dei tumori della pelle è rappresentato dal melanoma ossia da un tumore potenzialmente molto maligno che trae origine da cellule pigmentate della pelle e dell'occhio (melanociti)».

## Come si può riconoscere un neo a rischio?

«È opportuno controllare asimmetria (comparsa di irregolarità nella forma), bordi irregolari (comparsa di un alone arrossato, possibili sanguinamenti), colore (varia-

zione), dimensioni (in estensione), evoluzione e aumento di spessore rapidi, soprattutto dopo i 40 anni. Nel caso di nevi a rischio o dubbi è opportuno rivolgersi al medico di famiglia che valuterà l'opportunità di una visita specialistica dermatologica».

## È importante la prevenzione?

«La prevenzione è il miglior modo per combattere il melanoma poiché, se riconosciuto nella fase precoce di sviluppo, può essere curato in maniera definitiva. Grazie alla microscopia a epiluminescenza digitale è possibile valutare il tipo di lesione, seguirne l'evoluzione e, se necessario, intervenire per tempo».

## Quali sono i mezzi diagnostici a disposizione?

«Il Centro Medico Olympus utilizza una tecnica non invasiva: uno strumento dotato di un microscopio in epiluminescenza, appoggiato direttamente sulla cute, che consente la visione dello strato superficiale della pelle fino alla giunzione dermoepidermica. Si riconoscono così alcune caratteristiche che non sono visibili a occhio nudo ma che rappresentano la differenza tra lesioni benigne e lesioni maligne.



Nella foto il dottor Pier Luigi Fiorella.

## Pelle e capelli, l'importanza di tenerli d'occhio e di "mapparli"

L'esortazione viene dai dermatologi del Centro Medico Olympus di Ravenna. La pelle e i capelli (quelli della nuca) sono spesso fonte di preziose informazioni per il nostro benessere psicofisico. I nevi sono macchie di colore bruno più o meno intenso e uniforme, a superficie liscia o lievemente rilevata, rotondeggiante o lenticolare, del diametro di pochi millimetri. Possono essere presenti in ogni parte del corpo, a volte sono vissuti come attributo di bellezza, a volte come inestetismi. È importante osservarne l'evoluzione dato che il cambiamento del loro aspetto può essere il primo sintomo di una grave patologia: il melanoma. Un'efficace campagna di prevenzione, qualche tempo fa, aveva indicato e considerato fattori di rischio in ogni neo l'asimmetria della lesione, l'irregolarità dei bordi, le modificazioni del colore e le dimensioni. Queste semplici attenzioni sono sempre valide. Al Centro Medico Olympus è possibile fare l'esame dei nevi e la loro mappatura grazie a una tecnica non invasiva che prevede l'utilizzo di un microscopio in epiluminescenza appoggiato direttamente sulla cute, riuscendo così a riconoscere facilmente alcune caratteristiche, non visibili a occhio nudo, che rappresentano la differenza tra lesioni benigne e lesioni maligne. La dermatologia, negli ultimi anni, si è anche arricchita di nuove acquisizioni che considerano le malattie fisiche spesso

come la conseguenza di uno squilibrio emozionale. L'approccio terapeutico omeopatico, praticato al Centro Medico Olympus, richiede un grande ascolto del paziente e consente buoni risultati per eczema, orticaria, psoriasi, prurito e soprattutto per le allergie che, specie se in forma di rinite, congiuntivite e asma bronchiale, tendono a manifestarsi anche nell'età adulta. Nei disturbi psicosomatici (apprensione, lieve depressione, incapacità a concentrarsi, insonnia, mal di testa, vertigini, etc.), risulta molto utile anche l'esame Tma che analizza il contenuto dei minerali presenti nei capelli della nuca. Sottoporsi al Tma significa eseguire un controllo del funzionamento al livello cellulare dell'intero corpo umano e studiare anche la predisposizione ad ammalarsi di patologie specifiche così da poterle prevenire. Questo esame verifica anche la tolleranza allo stress cronico al livello cellulare ed è utile nella cura delle allergie alimentari, nel valutare la funzione surrenalica, nella cura della fragilità, assottigliamento e caduta di capelli e nell'ipersensibilità dentale al caldo e freddo e al tatto, nei bruciori linguali e della bocca e nel bruxismo (digrignare i denti).

**Centro Medico Olympus**  
via Lago di Como 25  
0544 456766  
www.olympus.ra.it