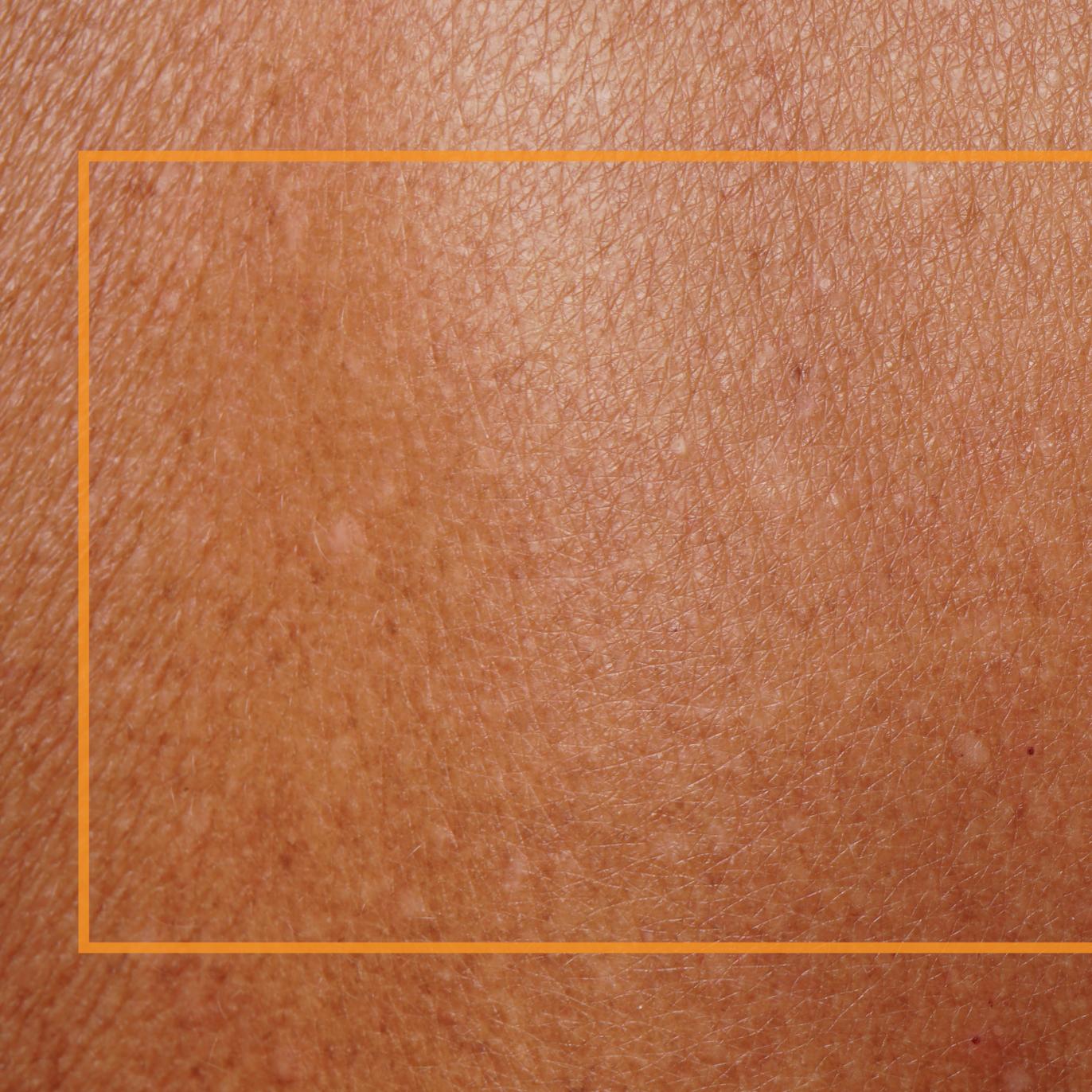




*La guida per conoscere e prevenire*  
**I DANNI DEL SOLE**



MILANO | ITALY



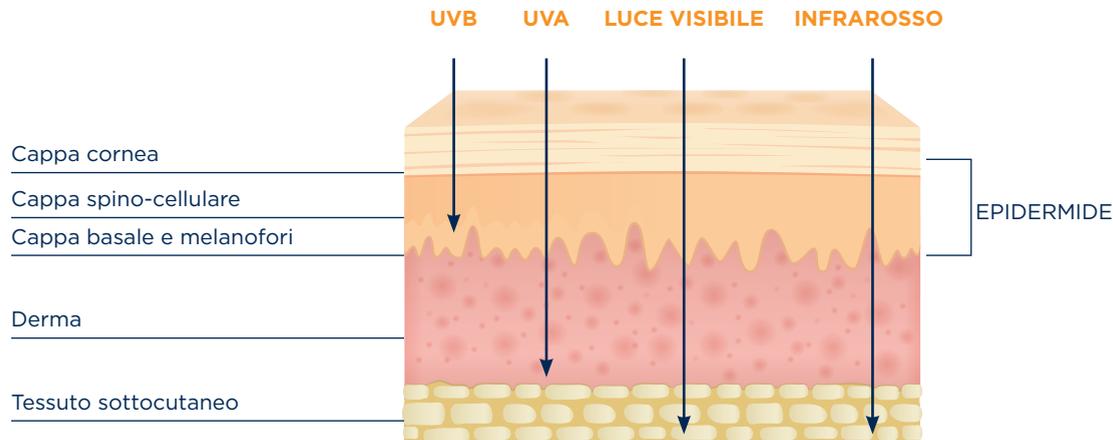
<b>LA RADIAZIONE SOLARE</b>	<i>p.4</i>
<b>GLI EFFETTI NEGATIVI DEL SOLE</b>	<i>p.6</i>
<b>SIAMO A RISCHIO?</b>	<i>p.11</i>
<b>LA PROPOSTA RILASTIL</b>	<i>p.15</i>



**RILASTIL**  
LABORATORIO DERMATOLOGICO

# La radiazione solare

## I RAGGI SOLARI PENETRANO PROFONDAMENTE NELLA PELLE



## LE BUONE ABITUDINI



Non rimanere esposti al sole troppo a lungo ed evitare le ore centrali della giornata.



Non esporre i neonati e i bambini piccoli alla luce solare diretta e far indossare loro indumenti ed occhiali protettivi.



Applicare una crema con un indice di protezione UV alto, resistente all'acqua e fotostabile.



Applicare frequentemente e in quantità adeguata (almeno 2 mg per cm<sup>2</sup>) in particolare in caso di esposizione prolungata, di intensa sudorazione e dopo essersi bagnati o asciugati.

## I DIFFERENTI RAGGI SOLARI

Le radiazioni solari, soprattutto i raggi **UVA** e **UVB** possono causare scottature, invecchiamento **cutaneo** e danni cellulari

Gli **UVB** arrivano alle cellule dello strato superficiale della pelle (epidermide) regalandoci l'abbronzatura. Non dimentichiamoci però che possono essere responsabili dei colpi di sole e di lesioni al nostro DNA

Gli **UVA** possono arrivare negli strati più profondi del derma generando stress ossidativo a causa della formazione di radicali liberi, molecole che a loro volta aggravano le lesioni del DNA

La **radiazione visibile** ci consente di vedere i colori, ma genera anche radicali liberi

Gli **Infrarossi** veicolano il calore e possono provocare vasodilatazione e colpi di sole, oltre a generare radicali liberi



# *Gli effetti negativi del sole*

## TUMORI CUTANEI MALIGNI: QUALI SONO I PRINCIPALI?

I tumori cutanei maligni si possono classificare in due gruppi principali: il **melanoma** e i **tumori non-melanoma**. Il melanoma ha un'incidenza in aumento e rappresenta circa il **5% dei tumori cutanei**.

I tumori non-melanoma sono rappresentati principalmente dal **carcinoma basocellulare** e dal **carcinoma squamocellulare**.

Il **carcinoma basocellulare** è il tumore cutaneo più frequente (80% circa dei tumori cutanei), ha una tendenza all'aggressività e all'invasività locale, con un basso potere metastatico.

Il **carcinoma squamocellulare** rappresenta fino al 20% dei tumori cutanei e ha una maggior capacità di diffusione a distanza rispetto al carcinoma basocellulare.



## QUALI SONO I PRINCIPALI FATTORI DI RISCHIO DEL MELANOMA?

I principali fattori di rischio del melanoma comprendono **elementi ambientali** e **individuali**. Tra i fattori ambientali rientrano l'esposizione solare intensa e intermittente, le ustioni solari pregresse e l'uso di sorgenti artificiali (es. lampade abbronzanti).

I fattori individuali includono l'alto numero di nevi, la diagnosi di nevi atipici, il fototipo chiaro e la pregressa diagnosi di tumori cutanei. Infine, presentano un rischio aumentato i pazienti con **storia familiare di melanoma**.

## ESPOSIZIONE SOLARE: SÌ, MA NEL MODO GIUSTO.

L'esposizione solare ha effetti positivi sull'organismo, tra cui l'induzione della produzione della **vitamina D** e la regolazione positiva del tono dell'umore. Tuttavia, è ormai nota l'associazione tra il **foto-invecchiamento** e lo sviluppo di **tumori cutanei**.

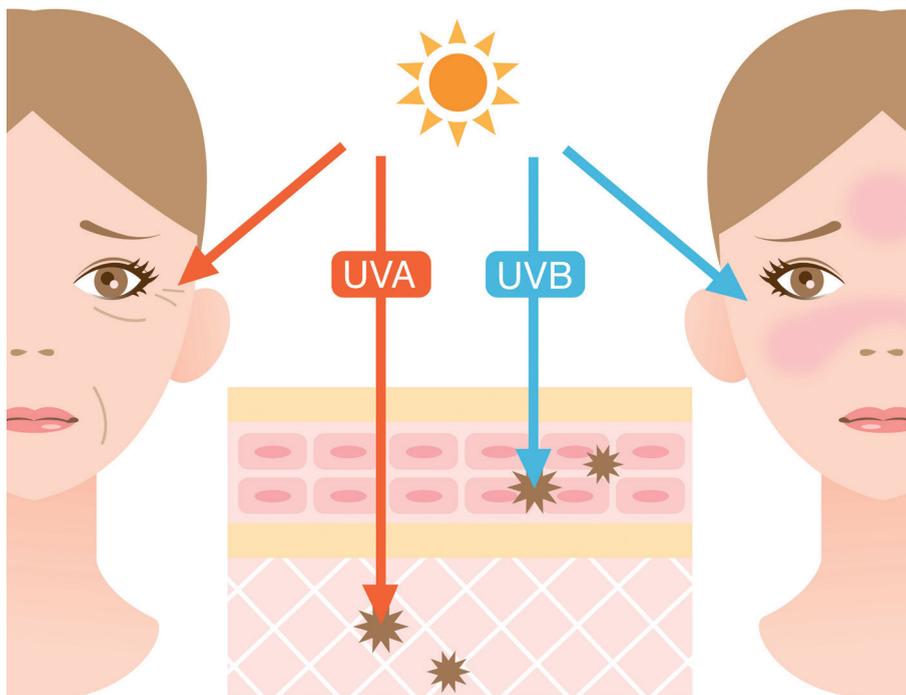


Una scorretta esposizione solare, sia cronica cumulativa che acuta ed intermittente, determina un danno cutaneo. È dunque necessaria una giusta **esposizione solare**, evitando le scottature e le ore centrali della giornata, utilizzando **filtri solari** da riapplicare regolarmente, indumenti fotoprotettivi o presidi schermanti.

## IL SOLE E IL DANNO CUTANEO

I raggi UV determinano la produzione di radicali liberi e un danno al DNA. L'esposizione solare acuta di elevata intensità può indurre la comparsa di eritema cutaneo diffuso, ma nei casi più severi anche di vescicole o bolle e febbre ("colpo di calore").

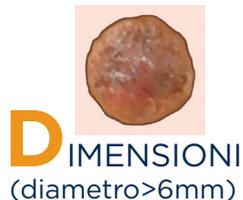
L'esposizione solare cronica è connessa con il foto-invecchiamento, che si manifesta con comparsa di **rughe, lentigo solari, perdita di elasticità della cute, assottigliamento del derma**, ma anche con l'eventuale comparsa di lesioni pre-cancerose e tumori cutanei.



## QUALI SONO LE CARATTERISTICHE CHE CI POSSONO AIUTARE NELLA CORRETTA AUTO-OSSERVAZIONE?

Il melanoma si presenta generalmente come una **macula di colore brunoastro**, ma nelle fasi avanzate può evolvere a **nodulo**, talvolta ulcerato. In alcuni casi può essere privo di pigmento, di colore rosato come la cute circostante (“**melanoma amelanotico**”).

L'**AUTO-OSSERVAZIONE** regolare da parte del paziente è un elemento fondamentale per osservare eventuali lesioni cutanee “sospette”. La regola dell'**ABCDE** è utile per guidare tale pratica.



## ESISTONO LESIONI CUTANEE CHE POSSONO FAVORIRE L'INSORGENZA DI TUMORI CUTANEI?

Il melanoma può insorgere “**de novo**” su cute apparentemente normale oppure su un **nevo pre-esistente** per una degenerazione maligna.

Altre lesioni che possono evolvere in tumori cutanei comprendono, ad esempio, le **cheratosi attiniche**. Le cheratosi attiniche sono lesioni pre-cancerose che insorgono su cute con **foto-danneggiamento cronico** (viso, mani, orecchie e dorso superiore) e che hanno un rischio potenziale di evoluzione a **carcinoma squamocellulare**.

Un ulteriore campanello d'allarme è la presenza del cosiddetto “**brutto anatroccolo**”, cioè la presenza di un **nevo di aspetto differente** rispetto agli altri presenti sulla cute.



# Siamo a rischio?

## FACCIAMO L'AUTOESAME DELLA NOSTRA PELLE

Esaminare i nei è indispensabile per l'**individuazione precoce dei melanomi**, possiamo farlo da soli allo specchio o con l'aiuto di un familiare

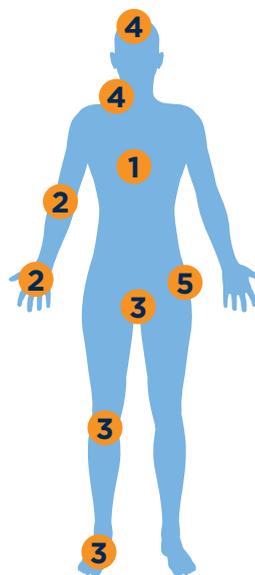
**1** Il busto, di fronte, di schiena e di lato davanti allo specchio

**2** Gli avambracci, le braccia sotto e sopra, il palmo delle mani

**3** Il retro delle gambe, gli spazi tra le dita dei piedi, la pianta dei piedi e le zone genitali.

**4** La parte posteriore del collo e con l'aiuto di uno specchio, osservare il cuoio capelluto, riga per riga

**5** La parte bassa della schiena e le natiche



### UN NEO SOSPETTO?

Consultate rapidamente un medico

## IL FOTOTIPO

Conoscere il proprio fototipo aiuta a proteggere la salute della pelle.

Occhi, incarnato e capelli definiscono il nostro fototipo e la nostra sensibilità cutanea al sole.



*“Ricorda di sottoporerti periodicamente ad una visita dermatologica di mappatura e controllo dei nei.”*



### FOTOTIPO 1

Capelli biondo-rossi, occhi chiari, carnagione chiara con lentiggini, estremamente sensibile al sole, si scotta sempre, non si abbronzava mai



### FOTOTIPO 2

Capelli biondi o castano chiaro, occhi chiari, carnagione chiara, spesso presenza di lentiggini, sensibile al sole, cioè si scotta con facilità e si abbronzava con difficoltà



### FOTOTIPO 3

Capelli castani, occhi marroni o chiari, carnagione moderatamente scura, può scottarsi, ma si abbronzava

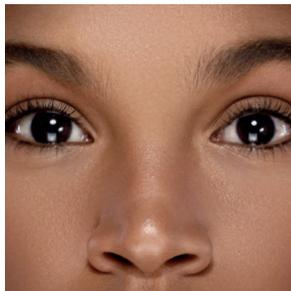
#### **FOTOTIPO 4**

Capelli castano scuro o neri, occhi scuri, carnagione olivastra, si scotta di rado, si abbronzava con facilità



#### **FOTOTIPO 5**

Capelli neri, occhi scuri, carnagione bruno olivastra, si abbronzava intensamente



#### **FOTOTIPO 6**

Capelli neri, occhi neri, carnagione molto scura, non si scotta mai



## **SITUAZIONI A RISCHIO**

Alcune attività espongono ad un rischio maggiore di sviluppare tumori cutanei: **agricoltori, muratori, marinai, camionisti** e coloro che praticano **sport all'aperto**.

Pazienti già con **cheratosi attinica, sistema immunitario indebolito** (malattie, trattamenti farmacologici, trapianto di organi), **storie familiari di tumori della pelle, malattie rare legate ai tumori cutanei** (albinismo, sindrome di Gorlin...).

## RICORDIAMOCI CHE ALCUNI FARMACI POSSONO ESSERE FOTOSENSIBILIZZANTI

Chiediamo sempre maggiori informazioni al Medico o alla Farmacia di fiducia

GRUPPO TERAPEUTICO	FARMACI	REAZIONE FOTOTOSSICA	REAZIONE FOTOALLERGICA
CONTRACCETTIVI ORALI	es: etinilestradiolo + gestodene, etinilestradiolo + desogestrel	X	✓
FARMACI CARDIOVASCOLARI	Diltiazem	✓	X
	Amiodarone	✓	X
DIURETICI	Furosemide	✓	X
	Idroclorotiazide	✓	✓
FANS	Ketoprofene	✓	✓
	Naproxene	✓	X
	Celecoxib	X	✓
	Salicilati	X	✓
NEUROLETTICI	Imipramina	✓	X
	Fenotiazine	✓	✓
ANTIMICROBICI	Tetraciclina	✓	X
	Chinolonici	✓	✓
	Sulfonamide	✓	X
ANTIFUNGINI	Voriconazolo	✓	X
	Ketoconazolo	✓	✓
	Itraconazolo	✓	✓
	Griseofulvina	✓	✓
IPOGLICEMIZZANTI ORALI	Sulfoniluree (glipizide)	✓	✓
RETINOIDI	Isotretinoina	✓	X



Tabella esemplificativa di farmaci che possono dare problemi in caso di esposizione al sole. Lista non esaustiva.

Dati → <https://www.farmacovigilanza.eu/node/914>

# La Proposta Rilastil

## AK-REPAIR 100



PROTEZIONE MOLTO ALTA  
RESISTENTE ALL'ACQUA

CON FILTRI SOLARI  
SPF UVB 131 - UVA 53

**PROTEZIONE DELLA CUTE ESPOSTA AI RISCHI DA FATTORI AMBIENTALI (INQUINAMENTO E ANCHE IN PRESENZA DI DANNO ATTINICO), MACCHIE ED ERITEMI**

Emulsione fluida indicata per l'idratazione e per la protezione della cute esposta a rischi determinati da fattori ambientali\*\*\* (inquinamento e anche in presenza di danno attinico). Adatta anche alle pelli più sensibili e delicate, predisposte ad eritemi e alla formazione di macchie cutanee.

**MODO D'USO:** agitare il flacone e applicare sulle aree da trattare in modo uniforme. Riapplicare frequentemente in caso di intensa sudorazione e dopo essersi bagnati e asciugati. La presenza di filtri solari può macchiare gli indumenti.

**0%** COLORANTI,  
PROFUMO  
E DERIVATI DEL GRANO



\*Ognuno inferiore a una parte per milione. Piccole quantità possono essere responsabili di sensibilizzazione cutanea \*\*Prodotto formulato per ridurre al minimo il rischio di allergie \*\*\*Test in vitro

*Il primo brand italiano\*  
specializzato nella fotoprotezione  
che propone soluzioni dedicate a chi ricerca  
un prodotto che combini **protezione efficace,**  
**gradevolezza cosmetica e ingredienti attivi.***

WWW.RILASTIL.COM



In collaborazione con Fondazione ANT Italia ONLUS -  
Assistenza medico-specialistica domiciliare ai malati  
di tumore e prevenzione oncologica gratuite.



Istituto Ganassini S.p.A. di Ricerche Biochimiche - Via P. Gaggia 16 - 20139 Milano

\*fonte IQVIA, categoria 83F - PRODOTTI SOLARI, canale farmacia, dati a valore anno 2020 Mat Settembre