



# sanitàforma

## QUELLE ANTIESTETICHE MACCHIE SULLA PELLE

**Al ritorno dalle vacanze, anziché mostrare soddisfatti l'abbronzatura faticosamente conquistata, può capitare di desiderare l'arrivo del brutto tempo per poter indossare abiti coprenti che nascondano la presenza di macchie sulla pelle che il sole ha reso ancora più evidenti. La loro comparsa può avere cause molto diverse e diverso sarà di conseguenza il modo di affrontare il problema.**

### LE MACCHIE SCURE

Localizzate principalmente al volto e alle mani, le macchie scure divengono più evidenti soprattutto alla fine dell'estate perché è proprio l'esposizione al sole che le accentua. Si tratta di aree di iperpigmentazione dovuta ad una disomogenea ed eccessiva produzione di melanina, la sostanza che viene prodotta nella pelle in seguito all'esposizione ai raggi ultravioletti e che serve a proteggerci dai danni delle radiazioni solari. In condizioni normali, il processo di ricambio dell'epidermide fa sì che la pelle che si è scurita tenda a tornare spontaneamente al suo colore naturale una volta cessato lo stimolo che ha indotto la produzione di melanina. A volte, però, per cause ancora da chiarire, in alcune zone la produzione di melanina è eccessiva e continua e la pelle non è in grado di ritornare alle condizioni iniziali: si formano così le macchie la cui comparsa si accentua in caso di esposizioni solari soprattutto se intense e discontinue.

Fra i fattori favorevoli l'insorgenza di macchie cutanee vi è innanzitutto l'avanzare dell'età: la pigmentazione della pelle tende con il tempo a diventare sempre più irregolare e compaiono così macchie scure (dette anche macchie senili), localizzate soprat-

tutto al dorso delle mani e al viso.

Le macchie inoltre possono essere favorite anche da trattamenti ormonali, come nel caso di impiego di contraccettivi orali o di terapia ormonale sostitutiva in menopausa, o da modificazioni ormonali fisiologiche come durante la gravidanza (cloasma gravidico). A differenza di queste ultime che in genere scompaiono dopo il parto, una volta che le macchie scure si sono formate, la loro eliminazione è difficile e richiede molta costanza.





### Cosa fare?

Solitamente si ricorre a prodotti cosmetici ad azione schiarente. Fra le sostanze che più spesso rientrano nella composizione di cosmetici schiarenti vi sono l'arbutina, l'acido cogico, la vitamina C, l'acido azelaico e altre sostanze, come gli alfaidrossiacidi, definite sostanze leviganti perché agiscono accelerando il ricambio cellulare della pelle inscurita. Favorendo l'eliminazione di cellule già pigmentate, rendono più omogeneo il colore e la superficie cutanea.

Non sempre, tuttavia, nonostante l'impiego di questi prodotti, si ottengono i risultati desiderati. La cosa migliore perciò è evitare che le macchie si formino, ponendo molta attenzione all'esposizione solare non solo durante l'estate, applicando creme solari con fattori di protezione elevati quando ci si espone continuamente, ma utilizzando tutto l'anno creme da giorno con filtro solare per proteggere quotidianamente le zone interessate dall'azione nociva dei raggi solari.

### LE MACCHIE BIANCHE

Quando le macchie sono bianche, isolate oppure multiple, rotondeggianti o ovalate (ma possono assumere anche forma irregolare per la confluenza di più macchie), l'ipotesi più probabile è che si tratti di *pitiriasi versicolor*, una micosi sostenuta da un fungo, *Malassezia furfur*. Viene definita a volte anche "fungo di mare" o "macchie di sole" proprio perché risulta particolarmente evidente al ritorno dalle vacanze quando il fungo, che normalmente vive sulla pelle, in alcuni soggetti si attiva e inizia a proliferare per la presenza di condizioni favorevoli (caldo umido, eccessiva sudorazione, eccessiva produzione di sebo), interferendo con la sintesi della melanina: l'area occupata dalle lesioni non si abbronzava e, di conseguenza, le lesioni appaiono più chiare rispetto alla cute circostante.

È una delle micosi più diffuse ma non è contagiosa; colpisce soprattutto il tronco e le braccia ma non risparmia viso e collo. Se la cute intorno alle lesioni non è pigmentata, allora le lesioni appaiono come chiazze rosate o color caffè latte.

### Cosa fare?

In prima battuta si può ricorrere a prodotti a base di *solfuro di selenio* (es. Selsun Blu, Dercos) applicati, quotidianamente per una settimana o a giorni alterni per 2 settimane, sulla superficie cutanea interessata con una spugnetta umida lasciandoli agire per una decina di minuti e poi sciacquati via, asciugando bene la pelle.

In alternativa, e soprattutto quando ad essere colpite sono solo piccole zone di pelle, possono essere impiegati farmaci antimicrobici.

cotici (es. *clotrimazolo*, *econazolo*) disponibili in crema, soluzione, lozione, schiuma o shampoo, applicati una o due volte al giorno a seconda del principio attivo, per almeno 2 settimane.

Il trattamento sopprime il fungo ma le macchie, che sono dovute alla mancanza di melanina, scompariranno solamente quando la melanina si riformerà, in genere nell'arco di 1-2 mesi. Se il problema si ripresenta si può ripetere il trattamento topico utilizzando un antimicotico diverso da quello impiegato in precedenza.

Nelle forme estese o che non rispondono al trattamento locale o che ritornano frequentemente è necessario consultare il medico.

Alcune elementari norme igieniche sono utili come misura preventiva:

- lavarsi preferibilmente con saponi acidi (es. Saugella, Triderm pH 3,5, Dermon)
- asciugarsi accuratamente dopo ogni la-

vaggio onde eliminare l'umidità residua;

- evitare indumenti che impediscono una regolare traspirazione.

Inoltre, se la micosi è presente:

- cambiare spesso i capi di biancheria a contatto con le aree interessate e lavarli a caldo;
- non condividere asciugamani e altro materiale da toeletta.

#### PER SAPERNE DI PIÙ

La comparsa di macchie bianche può essere dovuta anche alla vitiligine. In questo caso le macchie, di forma e dimensioni variabili, a volte anche piuttosto estese, compaiono in conseguenza della distruzione delle cellule che producono la melanina ma le cause non sono note. L'esposizione al sole accentua il contrasto fra la pelle normale che produce melanina e si scurisce e le aree vitiligineose che, per la mancanza di melanina, rimangono bianche e particolarmente sensibili alle radiazioni solari. Per evitare il rischio di ustioni, perciò, la soluzione migliore sarebbe quella di non esporsi al sole o di indossare indumenti protettivi. In alternativa occorre utilizzare creme solari ad alta protezione sia sulla cute sana che su quella depigmentata per proteggere le aree prive di melanina e per ridurre il contrasto fra aree abbronzate e quelle vitiligineose. La diagnosi e la cura della vitiligine sono di competenza del dermatologo. Nessun farmaco fra quelli attualmente disponibili è pienamente soddisfacente: il trattamento è a lungo termine, i risultati sono variabili e i farmaci utilizzati (es. corticosteroidi e psoraleni), a fronte di benefici incerti, comportano frequenti effetti indesiderati talora anche gravi. Il camuffamento estetico con un trucco coprente spesso rimane la soluzione migliore. Anche se a volte si ha una ripigmentazione parziale spontanea, la malattia è caratterizzata per lo più da una lenta e spesso irregolare progressione delle chiazze.

