

LE 7 REGOLE PER UN'ABBRONZATURA SICURA

L'abbronzatura indoor consente di raggiungere gli stessi benefici dell'esposizione al sole. L'esposizione ai raggi ultravioletti, se fatta in modo corretto, è benefica per l'organismo. Inoltre, le apparecchiature per l'abbronzatura di nuova generazione, rispondenti alle nuove direttive europee sono più sicure e affidabili. Tra i principali benefici che si ottengono, grazie all'esposizione ai raggi ultravioletti, rientra l'acquisizione della vitamina D. La vitamina D è capace di esercitare effetti benefici su tutto l'organismo, influenzando in modo importante le risposte del sistema immunitario e le difese cellulari. La vitamina D è prodotta dall'organismo mediante una reazione chimica che si scatena nella pelle quando è esposta ai raggi ultravioletti. Esporsi a una lampada consente, in una seduta di 10-15 minuti di acquisire un quantitativo di vitamina D pari a quella che si acquisirebbe esponendosi al sole 4-5 ore. Non bisogna dimenticare che a causa dell'assottigliamento della fascia di ozono, la quantità dei raggi UVB è maggiore che in passato. Nell'abbronzatura indoor invece, la percentuale di raggi UVB può essere predeterminata.

Quindi l'esposizione ai raggi UVA e UVB fa bene purchè sia fatto in modo corretto. Molto recentemente un gruppo di ricercatori americani, australiani e canadesi fra cui il dr. Frank Gruijl del dipartimento di dermatologia presso la "Liden University Medical Center" in olanda, hanno pubblicato che non sono i raggi UV la causa dei melanomi ma la predisposizione genetica e hanno definito questo allarme eccessivo e ingiustificato!!!! Si aggiungano a tutto ciò i risultati di uno studio del dottor Simone Mocellin, ricercatore del Dipartimento di Scienze Oncologiche e Chirurgiche dell'Università di Padova, pubblicato sulla rivista "Cancer" di cui riportiamo uno stralcio: il fattore ambientale per lo sviluppo del melanoma resta la scottatura solare. Ma poichè l'esposizione ai raggi UV attiva la vitamina D, se questa avviene senza scottature, risulta addirittura protettiva nei confronti del melanoma.

COME ABBRONZARSI INDOOR EVITANDO LE SCOTTATURE

- 1 Conoscere il proprio Fototipo
- 2 Rispettare i tempi di Esposizione relativi al proprio fototipo
- 3 Accertarsi di non aver assunto sostanze fotosensibilizzanti come da cartella esposta in cabina
- 4 Non sovraesporre alla lampada l'esposizione al sole
- 5 Indossare gli occhialini
- 6 Liberare la pelle da cosmetici e profumi
- 7 Mantenere la giusta distanza dagli emettitori



MOREA



LULU'



SCIROCCO

MILLENNIUM
SOLE E BENESSERE



MILLENNIUM
SOLE E BENESSERE

LAMPADE
ABBRONZANTI
COME
UTILIZZARLE
CORRETTAMENTE

MILLENNIUM
SOLE E BENESSERE

Via Caselle, 17 · 25081 Bedizzole (BS) · Telefono e Fax 030.6871777

info@millenniumbenessere.com
www.millenniumbenessere.com

LEGGI QUESTO OPUSCOLO
PER SAPERNE DI PIÙ