# IL CATAMARANO DELLA SALUTE 2013

# DERMATOLOGI A BORDO PER UNA PROTEZIONE SOLARE INTELLIGENTE

Un percorso
di ricerca e prevenzione dermatologica lungo le spiagge delle località turistiche
più affascinanti della costa tirrenica meridionale

In navigazione dal 6 al 20 Luglio

Campagna sociale per una corretta esposizione al sole e sulle problematiche della pelle in ambiente marino



Circoli Nautici più prestigiosi delle Regioni Campania e Lazio

◆ DERMING

Con il contributo incondizionato di:



Somatoline Cosmetic™

Con il patrocinio di:











### Il Catamarano della Salute 2013: dermatologi a bordo per una protezione solare intelligente

Il Catamarano della Salute è una campagna sociale nata nel 2011 e promossa dall' Istituto di Ricerca Dermatologica Derming di Monza con l'intento di sensibilizzare la popolazione italiana sull'importanza di una corretta esposizione ai raggi solari e sulle problematiche della pelle in ambiente marino. Sole, salsedine e vento, sottopongono la pelle a particolari condizioni in grado di alterarne l'aspetto e la salute, con danni sia a breve che a lungo termine, purtroppo anche di natura irreversibile. Nonostante i continui sforzi da parte di esperti, autorità e media nel promuovere un'adeguata protezione, ancor oggi è riscontrabile una scarsa conoscenza e attenzione al problema da parte della popolazione. Da qui l'idea di lanciare una campagna sociale del tutto originale con la speranza di raggiungere, in maniera efficace, ma al contempo piacevole, sempre più persone. Quale modo migliore per coinvolgere il target se non d'estate, navigando per le acque della penisola? Il catamarano, un' imbarcazione trasformata per l'occasione in un vero e proprio laboratorio galleggiante, nel periodo di massima affluenza turistica sosterà in alcuni porti e famose località balneari italiane sostenendo la necessità di una fotoprotezione intelligente.

Incoraggiati dal successo della prima edizione e dalla necessità di informare un pubblico sempre più ampio in merito ad un tema così importante e non sottovalutabile per la salute della pelle, **dal 6 al 20 Luglio** 2013 il Catamarano riperenderà a navigare per le acque del Mediterraneo, raggiungendo numerose località turistiche

Quest'anno verrà coinvolto un nuovo e specifico target: i velisti. L'idea di avvicinarsi al mondo della vela, nasce propriamente dalla necessità di informare coloro che per motivi professionali, sportivi e/o di leisure sono più esposti ai danni solari, in un ambiente particolare, quale quello marino. Cuore dell' iniziativa saranno gli incontri presso alcuni dei più famosi **circoli nautici** delle regioni Campania e Lazio, in cui saranno previsti momenti di informazione e divulgazione con un taglio dedicato al mondo della vela e più in generale agli sport acquatici. Si prevede una grande affluenza, circa 750 ospiti e 170 sportivi. Si discuterà delle precauzioni da adottare prima e durante l'esposizione al sole, dell'importanza di una protezione solare che sia personalizzata secondo il proprio fototipo cutaneo e le caratteristiche della propria pelle, di come prevenire i danni a breve (eritema, fotodermatiti) e a lungo termine (invecchiamento precoce e cancro cutaneo). Grazie al consulto degli esperti si scoprirà come beneficiare dei raggi del sole in tutta sicurezza, senza mettere

a rischio la propria salute.

L'iniziativa è resa possibile grazie al contributo incondizionato di *Bilboa* e *Somatoline Cosmetic* e si svolge con il patrocinio di Isplad, DDI (Donne Dermatologhe Italia) e AISP (Associazione Interdisciplinare per lo Studio della Psoriasi).











# RISULTATI CATAMARANO DELLA SALUTE 2013 – SECONDA EDIZIONE: DERMATOLOGI A BORDO PER UNA PROTEZIONE SOLARE INTELLIGENTE

L' edizione 2013 del Catamarano della Salute si è svolta dal 6 al 20 Luglio. L'evento, anche quest'anno è stato seguito da numerosi simpatizzanti. 14 giorni di navigazione nel Tirreno, 7 incontri divulgativi presso circoli nautici ed eventi in piazza, centinaia di partecipanti. Calorosa l' accoglienza da parte delle autorità locali, dei circoli ospitanti l'iniziativa, curiosità e partecipazione da parte dei cittadini delle località raggiunte, buoni riscontri dalla stampa nazionale e locale.

## Il nostro campione

Durante gli incontri nelle località campane e laziali raggiunte sono stati distribuiti i questionari da noi elaborati con l'obiettivo di indagare le abitudini al sole degli italiani. 212 persone hanno risposto alle nostre domande, di cui circa due terzi donne.

Grande partecipazione agli incontri divulgativi da parte della popolazione adulta: quasi un terzo riportava difatti un'età superiore ai 36 anni (73,56% dei rispondenti). In particolare, le persone che più hanno aderito all'iniziativa sono coloro con età compresa dai 46 ai 55 anni. Purtroppo, si riscontra una bassa partecipazione da parte dei giovani: a riportare un' età inferiore ai 25 anni è solo il 15,38%.

#### Le abitudini al sole

Gli italiani amano il sole, ma non sono ancora sufficientemente attenti alla protezione. Malgrado una maggioranza virtuosa, ancora una cifra considerevole di connazionali non si protegge: ben il 22,75% dei rispondenti dichiara difatti di non far alcun uso di prodotti solari. Ciò che preoccupa, è la totale mancanza di protezione nonostante la presenza riportata di danni solari, patologie dermatologiche pregresse anche rilevanti, lesioni precancerose cutanee ed addirittura carcinomi e melanoma. Ciò lascia supporre, per tali soggetti, una mancata o insufficiente informazione da parte del dermatologo e/o medico curante, il quale dovrebbe al contrario rivestire un ruolo decisivo nell'informazione preventiva, fondamentale per suggerire prodotti e comportamenti più corretti.

La scelta del fattore di protezione solare (FPS) dovrebbe dipendere non solo dalle condizioni di esposizione, ma, in particolar modo, dal proprio fototipo cutaneo: tra i più prudenti, solo il 37,74 % ricorda la marca utilizzata del solare e, cosa ben più scoraggiante, solo il 26,42% il fattore di protezione; cifre indicative della scarsa attenzione posta all'etichetta prima dell'acquisto e della

scarsa conoscenza dell'importanza di una fotoprotezione che sia personalizzata, secondo le proprie caratteristiche cutanee. Stando ai dati raccolti, il fototipo più frequente, valutato secondo la classificazione di Cesarini, è quello di tipo 4, al quale appartengono le persone con pelle chiara/scura, capelli castani, occhi scuri/verdastri, che al sole si ustionano leggermente e si abbronzano gradualmente (più di un terzo delle persone rispondenti a tale item, 77, ossia il 38,89%). Ricorrente anche il fototipo 5, tipico delle persone con pelle scura, capelli castano scuro, occhi scuri, che al sole si abbronzano sempre bene e si ustionano raramente, indicato da 54 persone (27,27% dei rispondenti). A seguire: il 3 (soggetti con pelle chiara, capelli biondi/castani, occhi grigi/azzurri, che al sole si ustionano facilmente e si abbronzano con difficolità), il 6 (soggetti con pelle scura, capelli ed occhi scuri, che al sole si ustionano molto raramente e si abbronzano molto facilmente) ed il 2 (soggetti con pelle lattea, capelli rossi/biondi, occhi chiari, che al sole si ustionano sempre facilmente e si abbronzano con difficoltà). Una sola persona appartiene al fototipo 7, nessuno a quello di tipo 1. La maggior ricorrenza del fototipo 4 è evidentemente legata alla provenienza delle persone, centro e sud Italia.

Il solare ideale? Per il nostro campione, dovrebbe essere efficace, permettere una sana abbronzatura ed essere facilmente assorbibile. Pochissimi desiderano che non faccia abbronzare la pelle. L'utilizzo del solare, se adatto al proprio fototipo, consente alla pelle di abbronzarsi in maniera graduale ed uniforme, senza pregiudicare affatto il raggiungimento e la qualità della tintarella: dai nostri risultati, il luogo comune "maggiore protezione, minore abbronzatura" sembrerebbe finalmente sfatato! La formulazione preferita è decisamente quella in crema e spray, quelle gel e stick le meno apprezzate.

Le persone dai 46 ai 55 anni, sono quelle che più badano alla protezione, sia in maniera costante che saltuaria. L'uso dei solari cresce progressivamente dai 18 anni fino a tale fascia, dopodiché inizia a calare: l'uso meno ricorrente si registra difatti per le persone dai 75 anni in poi. I giovanissimi al di sotto dei 18 anni li utilizzano più che i ragazzi nella fascia 18- 25, ma meno che i giovani adulti della fascia 26-35.

Gli italiani sembrano aver una buona attitudine alla protezione della pelle quando sono in vacanza, l' uso più frequente è difatti riportato in estate, quando al sole si trascorrono almeno due settimane. C'è però bisogno di favorire la cultura del sole in sicurezza in qualsiasi circostanza e luogo della quotidianità: molti rinunciano difatti all'applicazione dei filtri solari quando trascorrono del tempo libero all'aria aperta.

Il 42,65% non utilizza prodotti dopo-sole e ancor meno ricorrente è l'uso di integratori per conferire alla pelle anche una protezione solare intrinseca: solo il 22, 7% degli intervistati ne fa uso, specialmente tra i 46 ed i 55 anni. Come è comprensibile, l'uso meno diffuso di tali prodotti si

registra infatti tra i soggetti con età inferiore ai 18 anni e superiore ai 75.

Una protezione solare insufficiente predispone a danni acuti ma anche cronici e di questo bisogna tenerne conto fin dalla tenera età, in quanto il danno solare che riceviamo lungo l'arco della vita si accumula. I danni solari maggiormente riscontrati sono la comparsa di macchie scure, segnalato in tutte le fasce d'età adulta, seguito dalla comparsa di rughe, sostanzialmente a partire dai 26 anni, e macchie chiare, problema segnalato anche tra i più giovani al di sotto dei 18 anni.

Ulteriori iniziative divulgative sono pertanto necessarie non solo nell'informare sulla dannosità delle radiazioni solari e i rischi per la pelle, ma nell'esporre in maniera chiara come proteggersi, indipendentemente dal fototipo e dal luogo di esposizione, mare o città che sia. In questo, il contributo dei dermatologi potrà rivelarsi sempre più fondamentale.