4 luglio 2001 0:00

SCIARE IN MONTAGNA D'ESTATE:

PERICOLOSISSIMI I RAGGI ULTRAVIOLETTI

Roma, 4 Luglio 2001. Sciare d'estate in montagna va di moda e dopo le recenti, anomale, nevicate questo sport e' stato rilanciato. Occorre far attenzione pero' alle radiazioni ultraviolette, che abbronzano ma che possono provocare danni alla nostra pelle. In montagna gli ultravioletti aumentano nel periodo estivo e con l'altitudine: 10% in piu' per ogni mille metri. La neve inoltre riflette una quantita' elevata di radiazioni ultraviolette, circa l'85%, la sabbia il 20% e l'acqua il 5-10%. E' necessario quindi adottare tutte le precauzioni possibili per evitare le scottature alla pelle e danni agli occhi. Ricordiamo -dichiara Primo Mastrantoni, segretario dell'Aduc- che il sole e' responsabile per il 70% dell'invecchiamento della nostra pelle; per averne la prova basta guardare il viso dei contadini e dei marinai. L'aumento delle persone affette da melanomi, e' anche il risultato della esposizione irrazionale ai raggi del sole. L'uso di creme solari e' indispensabile e a tal proposito rammentiamo che non esiste una crema che offre una protezione totale, che' rimarremmo bianchi-bianchi, ma esistono diversi gradi di protezione: d'estate in montagna dovremmo usare quelle a piu' alto indice.