BENESSERE

Con la crema protettiva davanti al pc. L'esperto: «La luce blu invecchia la pelle e favorisce i radicali liberi»

Michela Proietti

23 aprile 2020 - 11:23

Marco Iera, chirurgo estetico, avverte sui rischi provocati dalla eccessiva esposizione ai device: «Si chiama digital aging ed è l'invecchiamento causato

2/7

La luce blu

Continuamente esposti a device tecnologici, smartphone, pc e apparecchi a Led, siamo bombardati dalla HEV, acronimo di High Energy Visible, detta anche «luce blu», che recenti studi indicano come causa importante di danneggiamento cutaneo superiore addirittura ai raggi UV. Emessa dal sole, ma soprattutto dai dispositivi digitali, sta diventando uno degli argomenti più dibattuti in ambito skin care perché numerosi e recenti studi dimostrano la sua pericolosità per la pelle, causa di precoce invecchiamento cutaneo e di maculopatie oculari, poiché penetra in profondità nel derma causando un grande sviluppo di radicali liberi.

3/7

Lo stress ossidativo

Uno studio commissionato da Accel ha messo in luce che ciascuno mediamente trascorre sei ore al giorno davanti a schermi con luci Led, per un tempo complessivo calcolato in tre mesi consecutivi all'anno. Inoltre , i millenials, controllano i loro telefoni per una media di 150 volte al giorno. «Questa sovraesposizione causa stress ossidativo alle strutture cellulari, come evidenziato da una maggiore prevalenza di radicali liberi e può danneggiare le funzioni protettive della pelle - spiegail chirurgo estetico milanese Marco Iera -. La luce blu, infatti, può penetrare fino al nostro derma e colpire collagene ed elastina, con relativi danni come rughe, cedimenti cutanei e iperpigmentazione».

5/7

L'uso di creme protettive

Per proteggersi in questi giorni di iperconnessione, ore passate davanti al in call, altre in compagnia di un e-reader o a fissare l'ultima serie tv, stanno nascendo una serie di proposte specifiche.. Nelle ore diurne infatti la funzione barriera della pelle è massima, necessaria per contrastare gli stress esterni come UV, blue light, microorganismi, inquinamento: ecco la proposta Ambadué, la Daylight cream dedicata alla esposizione alla luce blu.