

## Cosa fare se il bimbo si scotta sotto il sole

**Pubblicato:** Martedì 11 Agosto 2020



Cosa fare quando i bambini si scottano al sole? Lo abbiamo chiesto alla farmacista Daniela Baraldi, e la risposta è stata chiara: idratare! Idratare il più possibile, con attenzione a scegliere i prodotti giusti.

**“Quanto più il bambino è piccolo, tanto di più avrà bisogno di un’idratazione costante ed intensa sulla pelle scottata dal sole”**, spiega la farmacista. In questo caso le creme all’acqua non sono efficaci “perché rinfrescano molto ma idratano poco”, spiega.

### RIMEDIARE ALLA SCOTTATURA

**Bisogna quindi scegliere delle creme che risultino sì fresche e lenitive, ma che soprattutto siano in grado di trattenere l’umidità della pelle creando un effetto barriera.** “Tutte caratteristiche tipiche dell’**acido ialuronico** ad esempio che in questi casi è bene abbinare alla **vitamina E**, per la salute della pelle”, spiega la titolare della Farmacia di Bizzozero.

La crema scelta per idratare la pelle scottata del bambino deve avere anche un’altra caratteristica: essere lenitiva: “Se l’esposizione al sole è stata eccessiva la pelle sarà arrossata, molto secca e quindi pruriginosa – spiega la farmacista – In queste situazioni molecole come **azulene, bisabololo e allantoina** sono ottime nel dare sollievo”.

Se l’ustione dovesse essere di entità più grave si può anche ricorrere ad idrocortisone o antistaminici e, nei casi più gravi, richiedere la consulenza di un medico con una raccomandazione: **“In caso di ustioni solari importanti, il problema alla pelle potrebbe non essere il danno maggiore – avverte la farmacista – è bene in questo caso consultare il medico anche per evitare le possibili conseguenze di un colpo di calore”**.

## SCEGLIERE IL SOLARE GIUSTO

Ultimo consiglio: “Fare tesoro dell’esperienza, considerare quali sono stati gli errori che hanno portato alla scottatura ed evitare di ripeterli”. A cominciare dalla scelta del **solare che deve avere un mix di filtri chimici e fisici contro i raggi solari**. I filtri fisici sono essenzialmente polveri che proteggono grazie alla diffrazione dei raggi, come uno specchio impediscono che i raggi arrivino sulla pelle deviandoli – spiega la farmacista – I filtri chimici sono invece molecole che assorbono l’energia solare e la convertono, quindi non respingono ma assorbono e disattivano l’energia solare”. Creme del genere hanno **una protezione alta “+50 o +30, consigliate per tutti i bambini sino almeno ai 6 anni di età, anche se la vacanza è agli sgoccioli** – precisa – **da applicare ogni 2 o 3 ore** per idratare e perché i filtri chimici si esauriscono, mentre quelli fisici vengono facilmente asportati da acqua e sabbia”. E attenzione alla scadenza riportata sulla confezione: una volta aperta la crema solare non dura in eterno.

di [bambini@varesenews.it](mailto:bambini@varesenews.it)