

#meafarma

# STOP ALLE MACCHIE SOLARI!

CAUSE, SINTOMI  
E RIMEDI



@MEAFARMA.IT

# MACCHIE SOLARI: COSA SONO E COME PROTEGGERE LA TUA PELLE

Quante volte ti sei ritrovata con quelle fastidiose **macchie scure sul viso o sul corpo** dopo un'esposizione al sole?

Sappiamo quanto tieni al tuo aspetto e alla salute della tua pelle, per questo Meafarma ha creato questa guida semplice e pratica per aiutarti a **capire, prevenire e trattare le macchie solari.**

Vediamo insieme cosa sono e come puoi proteggere la tua pelle con i migliori prodotti.



## **UN PICCOLO PROMEMORIA PER LA TUA SICUREZZA:**

Le informazioni e i consigli presenti in questa guida sono forniti a puro scopo informativo e non intendono sostituire il parere, la diagnosi o il trattamento medico professionale.

Per qualsiasi dubbio o condizione specifica relativa alla tua salute o alla tua pelle, è sempre consigliabile consultare il tuo medico curante o uno specialista.



# COSA SONO LE MACCHIE SOLARI?

Le macchie solari, scientificamente note come **discromie cutanee**, sono alterazioni del colorito della pelle.

Appaiono come aree più scure rispetto al resto dell'epidermide e sono causate principalmente dall'**eccessiva esposizione ai raggi ultravioletti (UV) del sole**.

Sono il risultato di una produzione anomala di melanina, il pigmento che dà colore alla nostra pelle.

Fonte img:  
mbamutua.org



# COME SI FORMANO LE MACCHIE SOLARI?

La formazione delle macchie solari è un processo abbastanza semplice.

Quando la nostra pelle è esposta al sole, le cellule chiamate **melanociti** producono melanina per proteggerci dai danni dei raggi UV.

A volte, a causa di un'esposizione prolungata o non protetta, i melanociti possono "impazzire" e produrre melanina in modo non uniforme, creando accumuli che si manifestano come macchie scure.



# TIPOLOGIE DI MACCHIE SOLARI

Esistono diverse tipologie di macchie solari, ma le più comuni sono:

**Lentiggini Solari:** Sono piccole macchie piane, di colore marrone chiaro o scuro, che compaiono soprattutto sulle aree più esposte al sole come viso, mani, braccia e décolleté. Spesso sono confuse con le comuni lentiggini, ma a differenza di queste ultime, le lentiggini solari tendono a comparire in età più avanzata e non sbiadiscono d'inverno.



Fonte img: [spicaeorsini.it](http://spicaeorsini.it)



**Melasma:** Questo tipo di macchia è caratterizzato da chiazze più grandi e irregolari, di colore marrone chiaro o grigio-marrone.

Si manifestano prevalentemente sul viso (fronte, guance, labbro superiore) e sono spesso legate a fattori ormonali, come la gravidanza ("maschera gravidica") o l'uso di contraccettivi orali, in combinazione con l'esposizione solare.



Fonte img: [affderm.com](https://affderm.com)



**Cheratosi Attiniche:** Sebbene non siano propriamente "macchie" nel senso estetico del termine, sono lesioni precancerose della pelle causate da anni di esposizione al sole.

Appaiono come aree ruvide, squamose e rossastre, e **richiedono l'attenzione di un dermatologo.**



Fonte img: [grupposandonato.it](http://grupposandonato.it)



# COME CONTRASTARE LE MACCHIE SOLARI



Una volta che le macchie solari sono comparse, non tutto è perduto!

Esistono diverse strategie per attenuarle e migliorare l'aspetto della pelle.

I trattamenti si concentrano sulla **riduzione della melanina in eccesso** e sulla promozione del **ricambio cellulare**.

Ecco alcuni approcci efficaci:



## Prodotti Depigmentanti:

Sono creme o sieri che contengono ingredienti attivi come la **vitamina C**, la **niacinamide** (vitamina B3), l'**acido azelaico**, l'**acido cogico** o l'**acido glicolico**. Questi ingredienti agiscono inibendo la produzione di melanina o favorendo l'esfoliazione degli strati superficiali della pelle.



### **BIONIKE DEFENCE** **B-LUCENT**

Questo roll-on è pratico da applicare direttamente sulle macchie e agisce in modo intensivo per schiarirle e uniformare il tono della pelle.



## **EUCERIN ANTI-PIGMENT DUAL SERUM**



Una formula innovativa che combina due sieri per un'azione potenziata contro le macchie e per prevenire la loro ricomparsa.

### **Esfoliazione:**

L'esfoliazione regolare, sia chimica (con acidi delicati) che fisica (con scrub delicati), può aiutare a rimuovere le cellule cutanee superficiali pigmentate, rendendo le macchie meno visibili.

Vediamone un paio davvero efficaci:





## **BIONIKE DEFENCE** **B LUCENT DAY PEEL**

Detergente viso cremoso e delicato, ideale per la detersione quotidiana della pelle spenta o con discromie.



## **RILASTIL DAILY CARE** **CREMA VISO ESFOLIANTE**

Un trattamento esfoliante e restitutivo con polveri di semi di albicocca, glucomannano ed esteri di jojoba. Elimina le cellule morte, purifica i pori e stimola il naturale turnover cellulare.



# COME PREVENIRLE: LA CHIAVE PER UNA PELLE SENZA MACCHIE

La **prevenzione** è la strategia più sicura ed efficace per mantenere una pelle sana e priva di macchie solari. È un gesto quotidiano facile da integrare nella tua routine di bellezza.

## Protezione Solare Quotidiana:

Non è solo per l'estate!

Usa una crema solare con un fattore di protezione solare (SPF) di **almeno 30**, tutti i giorni dell'anno, anche quando è nuvoloso.

Applicala generosamente e riapplicala ogni **due ore** se sei all'aperto o dopo aver sudato/nuotato.

Ecco quali ti consigliamo:





## **LA ROCHE-POSAY** **MELA B3 CREMA**

Questa crema non solo protegge dai raggi UV, ma contiene anche ingredienti attivi che aiutano a prevenire la formazione di nuove macchie e a correggere quelle esistenti.

**Tipo di pelle:** Sensibile

**Protezione:** SPF30 Anti-macchie



## **DUCRAY MELASCREEN** **CREMA SOLARE** **LEVIGANTE**

Offre una protezione molto alta ideale per le pelli più sensibili e per chi desidera prevenire attivamente la comparsa di discromie.

**Protezione:** SPF50



# COME PREVENIRLE: LA CHIAVE PER UNA PELLE SENZA MACCHIE

## Evitare le ore di punta:

Tra le 10:00 e le 16:00, i raggi UV sono più intensi. Cerca di limitare l'esposizione al sole in queste ore.



## Indumenti Protettivi:

Cappelli a falda larga, occhiali da sole e abiti che coprono le braccia e le gambe possono offrire una protezione extra.



# IL CONSIGLIO DELL'ESPERTO

**Dott. Gennaro Franzese**  
Farmacista Meafarma



Le macchie solari non sono solo un problema estetico, ma possono anche essere un segnale che la nostra pelle è stata **danneggiata**.

**La prevenzione è fondamentale:** l'uso costante di una buona protezione solare, anche in inverno e nelle giornate nuvolose, è il tuo miglior alleato.

Non dimenticare di **idratare la pelle** e di scegliere prodotti specifici che contengano ingredienti attivi per contrastare la melanina.

In caso di macchie persistenti o che cambiano aspetto, **consulta sempre un dermatologo**.

La tua sicurezza è la nostra priorità.



# LE TUE DOMANDE, LE NOSTRE RISPOSTE RAPIDE

## Le macchie solari possono scomparire da sole?

**In rari casi**, alcune macchie molto lievi possono schiarirsi leggermente, ma nella maggior parte dei casi richiedono un trattamento specifico per essere attenuate o eliminate.

## Posso usare il make-up per coprire le macchie solari?

**Sì!** il make-up è un ottimo strumento per coprire le macchie, ma non dimenticare di applicare sempre una protezione solare sotto il fondotinta.

## I prodotti naturali sono efficaci contro le macchie solari?

Alcuni ingredienti naturali come il succo di limone o l'aloè vera sono spesso citati, ma la loro efficacia è limitata e possono persino irritare la pelle. È sicuro affidarsi a prodotti formulati scientificamente.



# PRONTA A SPLENDERE AL SOLE?



Su [Meafarma.it](https://www.meafarma.it) trovi tutti i prodotti di cui hai bisogno per la tua abbronzatura **sana e sicura**: dai solari viso e corpo per ogni tipo di pelle, agli integratori, ai doposole e agli esfolianti delicati.

Siamo qui per consigliarti nella scelta più adatta alle tue esigenze.

[SCOPRI DI PIÙ](#)

# meafarma

La tua farmacia online

Puoi scriverci su:

