



Skincare: in estate occhio agli ingredienti fotosensibilizzanti



A cura di Simona Lovati

Pubblicato il 10/06/2026 | Aggiornato il 10/06/2026

Sono high performance ma devono essere usati con cautela in presenza di "re sole". Acidi della frutta, retinolo &co. possono dare qualche fastidio a causa delle radiazioni UV. Ecco perché



Distendono i tratti del volto, levigano e uniformano la grana cutanea. A patto di essere usati con le dovute precauzioni e nel modo giusto, soprattutto durante i mesi estivi. Alcuni ingredienti cosmetici, se applicati prima di esporci direttamente ai raggi del sole possono "macchiare" la pelle favorendo la comparsa di **discromie**, oppure scatenare irritazioni, **rossori** e addirittura allergie. «Il motivo di questi inestetismi è legato a una reazione che si verifica tra la sostanza e la **radiazione ultravioletta**», spiega la dottoressa Mariuccia Bucci, dermatologo plastico a Sesto San Giovanni, alle porte di Milano.

IL SEGRETO PER UN USO A REGOLA D'ARTE È APPLICARE QUESTI PRINCIPI ATTIVI SOLO LA SERA E GRADUALMENTE, CIÒ SIGNIFICA CHE OCCORRE TESTARE LA RISPOSTA DELLA CUTE ED EVENTUALMENTE SOSPENDERNE L'USO SE NOTIAMO CHE LA NOSTRA PELLE NON LI TOLLERA BENE.

Due grandi famiglie

Tra gli attivi più fotosensibilizzanti ci sono gli **alfa-idrossiacidi** (gli acidi della frutta) ad alte concentrazioni, come l'acido glicolico, mandelico e salicilico. «A questi si aggiungono il retinolo e i suoi derivati che possono rendere la pelle più reattiva e fragile», **prosegue la specialista.**

Un po' di chiarezza

Attenzione alla **vitamina C** che non è fotosensibilizzante ma fotosensibile. Ciò significa che se lasciata a temperature elevate e con il vasetto non chiuso per bene, la vitamina si può deteriorare e perdere efficacia.

La pelle cambia pelle

Ricorda che in estate la cute modifica la sua texture per via di una maggiore sudorazione e conseguente produzione di sebo, così come per una maggiore perdita di acqua. «Questo è il cosiddetto paradosso estivo: la cute appare più lucida della norma, ma in realtà può essere più disidratata rispetto al resto dell'anno», **conclude la dermatologa.** Per questo via libera a skincare leggere e non occlusive come creme-gel, fluidi, sieri e spray, arricchiti da acido ialuronico, vitamina B3 e antiossidanti. La classica crema è meglio riservarla per la sera e sempre dalla composizione non troppo ricca. No agli opacizzanti che seccano ancora di più.