Perché l’abbronzatura è considerata un segno di salute e bellezza?

Una pelle dorata viene spesso letta come il risultato visibile di una vacanza, di una vita attiva e di un periodo trascorso all’aria aperta. Il meccanismo che produce quel colore, però, appartiene a un piano diverso: è la risposta della pelle all’esposizione alle radiazioni ultraviolette. L’abbronzatura ha quindi due significati sovrapposti. Quello sociale evoca benessere e vitalità; quello biologico segnala una variazione della pigmentazione, non certifica lo stato di salute.

Quando il privilegio cambiò colore

L’associazione positiva con l’abbronzatura è relativamente recente e riguarda soprattutto la storia culturale europea e statunitense. Fino agli inizi del Novecento, la pelle chiara poteva indicare una posizione sociale elevata, perché suggeriva che una persona non fosse costretta a lavorare all’aperto. Ombrellini, cappelli e guanti non erano soltanto accessori: contribuivano a conservare una carnagione collegata, nell’immaginario dell’epoca, al privilegio.

Il criterio distintivo era dunque il rapporto con il lavoro. Chi trascorreva molte ore sotto il sole tendeva ad avere la pelle più scura; chi poteva evitarlo mostrava attraverso il pallore la propria distanza dalle occupazioni manuali all’aperto. In seguito, lo stesso colore assunse quasi il significato opposto.

Un passaggio intermedio fu l’ingresso della luce nel linguaggio della cura. Il Nobel per la medicina assegnato nel 1903 a Niels Finsen per la terapia della luce contribuì a rendere culturalmente plausibile un rapporto positivo fra luce

e salute. Non fu l’origine diretta della moda della tintarella, che negli anni Venti non era ancora uno standard dominante, ma aiutò a modificare il contesto simbolico nel quale il sole veniva percepito.

La trasformazione diventò più evidente nel periodo successivo alla Seconda guerra mondiale. Lo sviluppo economico e la maggiore accessibilità dei trasporti ampliarono le possibilità di viaggiare, andare in vacanza e trascorrere tempo al sole. Rispetto al passato, cambiò il termine del confronto: la pelle scura non rimandava più soltanto al lavoro all’aperto, ma poteva indicare tempo libero e disponibilità economica.

L’abbronzatura divenne così una sorta di traccia portatile della vacanza. Al colore furono attribuite per estensione le qualità desiderabili associate al soggiorno che sembrava averlo prodotto: riposo, movimento, svago e libertà dagli impegni quotidiani. Da questa concatenazione sociale deriva una parte consistente del legame fra tintarella, bellezza e benessere. Non si tratta tuttavia di una preferenza universale: culture e periodi diversi hanno valorizzato tonalità chiare, scure o naturali secondo criteri differenti.

Che cosa indica davvero la pigmentazione

Il significato biologico è più circoscritto di quello culturale. La luce solare comprende diverse componenti; le radiazioni UV sono quelle rilevanti per i danni qui considerati. L’abbronzatura è il cambiamento di pigmentazione con cui la pelle risponde all’esposizione. Il colore visibile informa quindi sul fatto che una risposta è avvenuta, ma non misura il benessere generale e non permette di escludere un danno.

Durante l’esposizione, infatti, gli UV possono danneggiare il DNA, provocare mutazioni e favorire lo sviluppo di tumori. Una

relazione dell’OMS del 2006, riportata da CORDIS, associava globalmente le radiazioni UV a circa 60.000 decessi ogni anno. La stessa relazione collegava l’esposizione al melanoma maligno cutaneo, ad altri tumori della pelle, agli eritemi, al fotoinvecchiamento e ad alcuni disturbi oculari.

Il fototipo modifica la risposta individuale e alcuni livelli di rischio. Una pelle naturalmente scura può offrire una protezione maggiore rispetto a una pelle molto chiara, ma non rende immuni dagli effetti degli UV. Anche una tintarella già sviluppata non costituisce una barriera assoluta. Due persone possono ottenere risultati estetici diversi dall’esposizione, senza che la tonalità raggiunta consenta di stabilire chi sia più sano.

La falsa equivalenza nasce proprio quando si confrontano elementi che rispondono a criteri differenti. La tonalità è un dato visivo; la salute dipende dalla dose ricevuta, dalle caratteristiche individuali e dagli effetti sui tessuti. Un aspetto socialmente apprezzato può quindi accompagnarsi a un’esposizione eccessiva.

Dal risultato estetico alla gestione dell’esposizione

Proteggersi non significa considerare sicura soltanto l’assenza assoluta di sole. Il rischio varia con la dose, il fototipo e altre condizioni individuali. Il criterio utile, però, non è ottenere più colore: è limitare l’esposizione eccessiva e adottare misure coerenti con la propria sensibilità.

Le indicazioni preventive dell’AUSL di Bologna comprendono un’esposizione graduale e, soprattutto per le pelli molto chiare, l’attenzione alla fascia fra le 11 e le 16. È raccomandato l’uso di una protezione con SPF 30 o superiore, da rinnovare ogni due ore, insieme alla protezione di occhi,

labbra, orecchie, collo e cuoio capelluto. Sono misure che riducono il rischio, non garanzie che consentono di prolungare senza limiti il tempo trascorso sotto gli UV.

Lo specchio può mostrare quanto la pelle sia diventata scura, ma non quanto sia stata protetta. Sostituire il colore come criterio di salute significa allora cambiare domanda: non quanto ci si è abbronzati, bensì in quali condizioni ci si è esposti e quali precauzioni sono state adottate. La tintarella può restare una preferenza estetica; è la protezione, non la tonalità, a offrire un criterio sensato di prevenzione.

L’articolo Perché l’abbronzatura è considerata un segno di salute e bellezza? proviene da Il Kim Magazine.

https://www.ilkim.it/perche-l-abbronzatura-e-considerata-un-segno-di-salute-e-bellezza/