

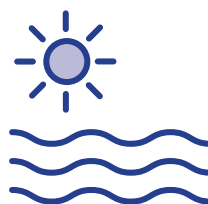
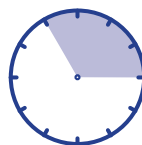
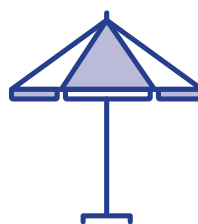
## Consigli per la protezione solare della mamma che allatta

I componenti delle creme solari possono passare nel latte materno. Questo volantino spiega come proteggersi dal sole durante l'allattamento materno.

### Priorità delle misure di protezione solare:

#### 1. Ombra

- Innanzitutto, evitare il sole.
- Soprattutto il sole di mezzogiorno.
- Attenzione ai raggi solari indiretti, vicino all'acqua (piscina, lago, mare) o sulla neve.
- Anche quando è nuvoloso, i raggi ultravioletti passano. La pelle ha quindi bisogno di protezione.



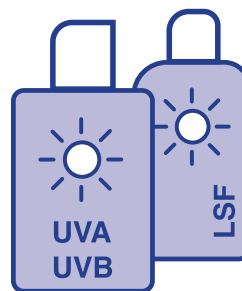
## 2. Abbigliamento

- Se non è possibile evitare il sole, è consigliato coprire il corpo con degli abiti.



## 3. Prodotti per la protezione solare

- I prodotti per la protezione solare devono essere utilizzati solo se non è possibile stare all'ombra o coprirsi con vestiti. E' preferibile l'uso di creme solari minerali.
- Applicare la crema sulle parti del corpo scoperte.
- Un fattore di protezione solare alto è sempre meglio per la pelle.
- Durante il periodo dell'allattamento è opportuno utilizzare creme solari minerali.  
Per ulteriori consigli rivolgetevi al vostro farmacista.



Fonti:

**Opuscolo Protezione solare della Lega contro il cancro**

<https://shop.legacancro.ch/files/kl/webshop/PDFs/italiano/protezione-solare-opuscolo-033320011111.pdf>

**Endocrine Active UV Filters: Developmental Toxicity and Exposure Through Breast Milk**

Schlumpf M., Kypke K., Vökt C., Birchler M., Durrer S., Faass O., Ehnes C., Fuetsch M., Gaille C., Henseler M., Hofkampe L., Maerker K., Reolon S., Zenker A., Timms B., Tresguerres J.A.F., Lichtensteiger W., CHIMIA 2008, 62, No. 5  
[www.snf.ch/SiteCollectionDocuments/nfp/nfp50/nfp50\\_article\\_chimia\\_2008\\_345.pdf](http://www.snf.ch/SiteCollectionDocuments/nfp/nfp50/nfp50_article_chimia_2008_345.pdf)

**Informazioni sul sito web dell'Ufficio federale delle sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV)**

<https://www.blv.admin.ch/blv/it/home/gebrauchsgegenstaende/kosmetika-schmuck/kosmetika/sonnenschutzmittel.html>



Stillförderung Schweiz  
Promotion allaitement maternel Suisse  
Promozione allattamento al seno Svizzera