

Het zonnetje in huis

BY MARLOES

Posted on 2 juni 2014 in MARLOES

Een kloddertje bruiningscrème hier, een spuitje bruiningspray daar en een half uurtje onder de zonnebank. Wanhopig grijpen we naar alle middeltjes om deze zomer weer op te scheppen over onze mooie bronze teint. Maar voortdurend zonnen voor een lekkere kleurtje kan zelfs lijden tot 'tanorexia, het is maar wat je lekker noemt.'

Cosmetica deskundige Jetske Ultee legt eventjes haarfijn uit waar al die heisa vandaan komt. Een bronze kleur was voorheen namelijk slechts weggelegd voor de arme hard werkende arbeiders. Om rijkdom uit te stralen was een roomkleurige huid een vereiste. Niet zo gek dus dat de dametjes met een parasolletje over straat gingen. Met de komst van Coco Chanel in de jaren 20 (ja daar is ze weer) werd een gezonde bruine kleur een trend. Tegenwoordig zijn we niet meer weg te slaan uit de zonnebankstudio of bij het rek met de bruiningscrèmes.

'Het heeft te maken met de trend van het gezonde bruine kleurtje,' zegt Jetske Ultee. 'Als iedereen om je heen zo'n bruin kleurtje heeft moet je sterk in je schoenen staan wil je hier nee tegen zeggen.'

En wanneer je besluit aan je kleurtje te werken kun je het beste kiezen voor een zelfbruinende crème en moet je die zonnebank toch echt een keer de deur uitdoen. 'Wanneer je onder de zonnebank gaat, dringen er UV stralen door de huid en huidkanker krijg je door UV straling. De meest gevaarlijke vorm van huidkanker is een melanoom. Welk wetenschappelijk artikel je ook leest, de conclusie is overal hetzelfde: de blootstelling aan UV lampen van een zonnebank verhoogt de kans op het krijgen van melanoom. Eén keer per maand naar de zonnebank verhoogt de kans al met 55 procent, weten we uit Scandinavisch onderzoek van 2003. In een nieuwsbericht van juli 2009 stond: 'de onderzoekers stellen dat de kans op het vormen van huidkanker met 75% toeneemt bij mensen die voor hun dertigste met enige regelmaat naar de zonnebank gaan'. Ook een review onderzoek uit 2007 laat het verband duidelijk zien; 19 verschillende onderzoeken bevestigen dat het gebruik van een zonnebank, ook al was dit maar een keer, al wordt geassocieerd met een melanoom. Ongelofelijk toch?'

Niet meer doen dus. Een crème is veel verstandiger omdat deze slechts de bovenste huidlaag bruint. Doordat de huidcellen langzamerhand van de huid vallen richt het geen schade aan. 'Toch moet er een kanttekening gemaakt worden bij het ingrediënt DHA,' aldus Jetske. 'Bij het gebruik hiervan komen extra vrije radicalen vrij, hierdoor verouderd de huid juist! Maar DHA is een ingrediënt wat al lange tijd wordt gebruikt. Onderzoeken hebben geen nadelige gevolgen aangetoond van dit ingrediënt en het is een prima alternatief voor de zongebruinde huid. Waar nog niet veel onderzoek naar is gedaan is de sprayvorm, een vorm waarbij je het product vaak ook inademt. Om het zekere voor het onzekere te nemen raad ik aan om te kiezen voor de smeerbare variant.' Een lekkere plakkerige zomer dus. Oh en Jetske raad ook aan om je iedere dag in te smeren met minimaal factor vijftien. Have a happy summer!

