



Fototypy skóry - dobór ochrony przeciwsłonecznej (UVB, UVA)

Dla właściwego doboru produktu kosmetycznego z filtrem promieniochronnym należy wiedzieć jaki mamy fototyp skóry. W doborze właściwego SPF do danej karnacji skóry pomocna może być kwalifikacja na fototypy jakiej w 1975 r. dokonał Thomas Fitzpatrick.

Fototyp skóry	Cechy charakterystyczne	Reakcja na opalenie / typ opalenizny	Oznaczenie kategorii zalecanej ochrony skala ochrony % przed UVB	Oznaczenie współczynnika ochrony	Pomiar współczynnika ochrony przeciwsłonecznej (SPF)	Zalecany minimalny współczynnik ochrony przed promieniowaniem UVA (PPD, IPD)
I Cieltycki	Karnacja bardzo jasna, biała karnacja, liczne piegry na twarzy i ciele (włosy - jasny blond lub rude, oczy – jasno-niebieskie, jasno zielone)	Rumień po krótkim pobycie na słońcu / nie występuje (brak pigmentacji)	„Bardzo wysoka ochrona” (sun blocker) 98,5 – 99 %	„50+”	>= 60	1/3 współczynnika ochrony przeciwsłonecznej (UVB) podanego na etykiecie
II Północno- europejski	Karnacja jasna, jasna karnacja, możliwe piegry (włosy - jasny i ciemny blond, ciemny rudy, oczy – szare, niebieskie, zielone)	Duża skłonność do oparzeń słonecznych / niewielka opalenizna	„Wysoka ochrona” 96 – 98 %	„30”	30 – 49,9	
				„50”	50 – 59,9	
III Środkowo- europejski	Karnacja lekko śniada (cera oliwkowa) rzadko piegry, (włosy – ciemny blond, brązowe, oczy – brązowe, piwne, szare, niebieskie)	Umiarkowana skłonność do oparzeń słonecznych / wyraźna opalenizna	„Średnia ochrona” 93 – 96 %	„15”	15 – 19,9	
				„20”	20 – 24,9	
				„25”	25 – 29,9	
IV Południowo- europejski	Karnacja śniada/ oliwkowa możliwe pieprzyki, (włosy – bardzo ciemny blond, brązowe, czarne, oczy – ciemnobrązowe oraz czarne)	Rzadka skłonność do oparzeń słonecznych / mocna opalenizna	„Niska ochrona” 50 – 85 %	„6”	6 – 9,9	
				„10”	10 – 14,9	
V Występujący u rasy żółtej, rdzennych Amerykanów i Arabów	Karnacja brązowa i żółta (włosy ciemny brąz)	Nie ma skłonności do oparzeń słonecznych / stała, umiarkowana pigmentacja	„Bardzo niska ochrona” około 50 %	„6”	6 – 9,9	wg Zaleceń Komisji Europejskiej z dnia 22.09.2006 r. w sprawie skuteczności produktów ochrony przeciwsłonecznej i odnoszących się do nich oświadczeń
VI Typowy dla krajów afrykańskich, (rasy regionu Pacyfiku, rdzenni Australijczycy)	Karnacja ciemno brązowa, czarna (włosy czarne)	Nigdy nie ulega oparzeniom/ stała, głęboka pigmentacja	„Bardzo niska ochrona” około 50 %	„6”	6 – 9,9	

Warto też wiedzieć, że żaden filtr, ani skóra o fototypie V i VI nie zapewni całkowitej (100%) odporności na poparzenie słoneczne.