

Το solarium, ή αλλιώς σολάριουμ, παραμένει για πολλούς συνδεδεμένο με μια εικόνα περιποιημένης, λαμπερής επιδερμίδας, ένα αισθητικό αποτέλεσμα που μοιάζει να χαρίζει άμεσα την όψη των διακοπών, ακόμη και στην καρδιά του χειμώνα. Σε μια πόλη όπως η Αθήνα, όπου η εμφάνιση, η αυτοφροντίδα και η κοινωνική εικόνα έχουν βαρύτητα, όροι όπως solarium Αθήνα, σολάριουμ Αθήνα, solarium κοντά μου ή studio solarium εμφανίζονται συχνά στις αναζητήσεις. Το ενδιαφέρον είναι υπαρκτό, σταθερό και συχνά πολύ πρακτικό. Ο κόσμος θέλει να ξέρει πού να πάει, πόσο κοστίζει, τι αποτέλεσμα να περιμένει.

Όμως το τεχνητό μαύρισμα δεν είναι απλώς μια ακόμη υπηρεσία ομορφιάς. Σε ευρωπαϊκό επίπεδο, αντιμετωπίζεται ρητά ως υπηρεσία synthetic sun tanning, δηλαδή ως τεχνητή έκθεση σε υπεριώδη ακτινοβολία για σκοπούς μαυρίσματος. Αυτή η διατύπωση έχει σημασία, γιατί μετακινεί τη συζήτηση από το αισθητικό αποτέλεσμα στον πραγματικό μηχανισμό της υπηρεσίας. Δεν πρόκειται για ένα ουδέτερο χρωματικό φινίρισμα του δέρματος. Πρόκειται για έκθεση σε UV ακτινοβολία.

Εδώ ακριβώς χρειάζεται καθαρή σκέψη, χωρίς υπεκφυγές και χωρίς ωραιοποίηση. Η χρήση σολάριουμ έχει συνδεθεί με αυξημένο κίνδυνο κακοήθους μελανώματος, ενώ έχει επίσης αναφερθεί πιθανή σύνδεση με οφθαλμικό μελάνωμα. Παράλληλα, η έκθεση σε sunbeds μπορεί να επιταχύνει τη γήρανση του δέρματος [solarium Αθήνα](#) και να αποδυναμώσει το ανοσοποιητικό σύστημα. Όταν κάποιος εξετάζει το solarium μαύρισμα ή το μαύρισμα solarium, αυτές οι πληροφορίες δεν είναι υποσημείωση. Είναι ο πυρήνας της απόφασης.

## Το πρώτο που αξίζει να ξεκαθαρίσουμε

Η ίδια η γλώσσα συχνά μαλακώνει την πραγματικότητα. Η λέξη σολάριουμ ακούγεται σχεδόν κομψή, σαν υπηρεσία ευεξίας. Η λέξη solarium θυμίζει χώρο υψηλής αισθητικής, λευκές επιφάνειες, ατμοσφαιρικό φωτισμό, διακριτική πολυτέλεια. Όμως το θέμα δεν είναι η ατμόσφαιρα του χώρου. Είναι η φύση της έκθεσης.

Όταν μιλάμε για τεχνητό μαύρισμα, μιλάμε για χρήση συσκευών που εκπέμπουν υπεριώδη ακτινοβολία. Και σε αντίθεση με ό,τι συχνά υπονοείται στην εμπορική γλώσσα της αγοράς, η έκθεση αυτή δεν θεωρείται ασφαλής μέσα σε κάποιο σταθερό, εγγυημένο όριο. Η ευρωπαϊκή επιστημονική προσέγγιση είναι ξεκάθαρη ως προς κάτι κρίσιμο, για τα δερματικά καρκινώματα δεν υπάρχει γνωστό κατώφλι που να εγγυάται προστασία. Αυτό σημαίνει ότι η συζήτηση δεν είναι αν υπάρχει ένα «σίγουρο» επίπεδο χρήσης. Δεν υπάρχει τέτοια βεβαιότητα.

Στην πράξη, πολλοί καταναλωτές ψάχνουν σολάριουμ κοντά μου ή κέντρο solarium πιστεύοντας ότι το βασικό ερώτημα είναι η [πηγαίνετε εδώ](#) ποιότητα της εγκατάστασης ή η ισχύς του μηχανήματος. Αυτά είναι μεν πρακτικά ζητήματα, αλλά δεν αναιρούν τον ουσιαστικό κίνδυνο που συνδέεται με την ίδια την υπηρεσία.

## Γιατί η αισθητική αξία δεν αρκεί ως επιχειρήμα

Υπάρχει μια γοητεία στο άμεσο αποτέλεσμα. Ένα ομοιόμορφο χρώμα στο δέρμα μπορεί να δείχνει προσεγμένο στις εμφανίσεις, στις φωτογραφίες, στα βραδινά appears to be like, στις εξόδους, στις κοινωνικές περιστάσεις όπου το σώμα λειτουργεί και ως μήνυμα φροντίδας. Δεν είναι δύσκολο να καταλάβει κανείς γιατί το σολάριουμ τιμές ή το solarium τιμές Αθήνα γίνονται αντικείμενο έρευνας πριν από γάμους, βαφτίσεις, καλοκαιρινά hobbies ή σύντομα ταξίδια.

Ωστόσο, η κομψότητα στην προσωπική φροντίδα δεν είναι μόνο θέμα εικόνας. Είναι και θέμα κρίσης. Έχω δει πολλές φορές ανθρώπους με εξαιρετικά εκλεπτυσμένο γούστο να είναι αμέλικτα απαιτητικοί στο ύφασμα ενός φορέματος, στην ποιότητα μιας θεραπείας προσώπου ή στην καθαρότητα ενός serum, αλλά πολύ πιο επιπόλαιοι όταν πρόκειται για υπηρεσίες τεχνητού μαυρίσματος. Ίσως επειδή το μαύρισμα προβάλλεται επί

δεκαετίες ως «καλλωπιστική λεπτομέρεια». Στην πραγματικότητα, δεν είναι λεπτομέρεια. Είναι απόφαση έκθεσης.

Η πολυτέλεια, όταν είναι αληθινή, δεν είναι επιδεικτική. Είναι ενημερωμένη. Δεν επιλέγει μόνο αυτό που φαίνεται ωραίο σήμερα, αλλά και αυτό που σέβεται το σώμα αύριο.

## Τι δείχνουν οι ευρωπαϊκές διαπιστώσεις για το σολάριουμ

Στην Ευρώπη, οι σχετικές επισημάνσεις δεν είναι ασαφείς. Η χρήση sunbeds για cosmetic applications έχει αξιολογηθεί υπό το πρίσμα των επιπτώσεων στην υγεία και οι βασικές ανησυχίες είναι σαφείς. Αυξημένος κίνδυνος κακοήθους μελανώματος, πιθανή σύνδεση με οφθαλμικό μελάνωμα, επιτάχυνση της γήρανσης του δέρματος, αποδυνάμωση του ανοσοποιητικού συστήματος.

Αξίζει να μείνουμε λίγο σε αυτό το τελευταίο ζήτημα της γήρανσης. Όσοι επενδύουν σοβαρά στην εικόνα τους ξοδεύουν συχνά χρόνο και χρήμα για να διατηρήσουν το δέρμα λείο, σφριγηλό και φωτεινό. Είναι σχεδόν παράδοξο να ακολουθεί κανείς μια απαιτητική ρουτίνα φροντίδας και ταυτόχρονα να θεωρεί αμελητέο έναν παράγοντα που μπορεί να επιταχύνει τη γήρανση του δέρματος. Το αισθητικό κέρδος ενός προσωρινού χρώματος δεν έχει την ίδια βαρύτητα με τη μακροχρόνια ποιότητα της επιδερμίδας.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας έχει επίσης επισημάνει ότι τα υγειονομικά ρίσκα των synthetic tanning units είναι μεγαλύτερα από τα τυχόν οφέλη. Αυτή είναι μια φράση που δύσκολα επιδέχεται παρερμηνεία. Δεν μιλάμε για μια πρακτική που συνοδεύεται από ένα ισορροπημένο ισοζύγιο κινδύνου και οφέλους. Μιλάμε για μια πρακτική της οποίας το βάρος γέρνει προς την πλευρά του κινδύνου.

## Η ελληνική πραγματικότητα, πιο σύνθετη απ' όσο φαίνεται

Στην Ελλάδα έχουν αναφερθεί περιορισμοί για την τεχνητή μαυρίλα, μεταξύ αυτών απαγόρευση χρήσης για άτομα κάτω των 18 ετών και απαγόρευση συγκεκριμένων τύπων sunbeds για synthetic tanning. Αυτό από μόνο του δείχνει ότι η υπηρεσία δεν αντιμετωπίζεται ως αθώα αισθητική επιλογή. Όταν μια πολιτεία θέτει ηλικιακούς και τεχνικούς περιορισμούς, αναγνωρίζει πως υπάρχει ουσιαστικό θέμα προστασίας.

Υπάρχει και ένα ακόμη στοιχείο που αξίζει προσοχής, ειδικά για όποιον εξετάζει αναζητήσεις όπως solarium Αθήνα, σολάριουμ Αθήνα ή solarium κοντά μου με καθαρά καταναλωτική λογική. Σε ευρωπαϊκή ανάλυση για την Ελλάδα σημειώθηκε ότι σε περίπου 60% των μετρημένων sunbeds η αποτελεσματική ακτινοβολία ξεπερνούσε το όριο των 300 mW/m<sup>2</sup> που ορίζει το σχετικό πρότυπο. Πρόκειται για εύρημα που δεν αφήνει περιθώριο εφησυχασμού.

Με απλά λόγια, δεν αρκεί να υποθέτει κανείς ότι μια υπηρεσία είναι σωστά ρυθμισμένη μόνο και μόνο επειδή προσφέρεται σε κανονικό εμπορικό πλαίσιο, σε έναν προσεγμένο χώρο ή σε μια ακριβή περιοχή. Η εικόνα ενός studio solarium μπορεί να είναι άψογη, αλλά η εικόνα δεν είναι μέτρο συμμόρφωσης.

## Η αναζήτηση «solarium τιμές» συχνά ξεκινά από λάθος σημείο

Είναι απολύτως φυσικό ο καταναλωτής να ψάχνει solarium τιμές, σολάριουμ τιμές, solarium τιμές Αθήνα ή σολάριουμ τιμές Αθήνα. Η τιμή είναι πάντα μέρος της επιλογής, ειδικά σε υπηρεσίες που επαναλαμβάνονται. Όμως εδώ η εμμονή με το κόστος μπορεί να θολώσει το ουσιώδες.

Μια χαμηλή τιμή δεν λέει τίποτα για την καταλληλότητα της υπηρεσίας. Μια υψηλή τιμή επίσης δεν αποτελεί εγγύηση ασφάλειας. Στην αγορά της αισθητικής, το top rate packaging συχνά δημιουργεί αίσθηση εμπιστοσύνης δυσανάλογη με την πραγματική ουσία της υπηρεσίας. Ο καταναλωτής πληρώνει το περιβάλλον,

την εμπειρία, το branding, τη γεωγραφική θέση, την αίσθηση exclusivity. Αυτά έχουν αξία σε πολλές περιπτώσεις. Εδώ όμως δεν μπορούν να λειτουργήσουν ως αντιστάθμισμα απέναντι στους γνωστούς κινδύνους της UV έκθεσης.

Το σωστό ερώτημα δεν είναι μόνο «πόσο κοστίζει;». Είναι «τι ακριβώς αγοράζω;» και ακόμη πιο σημαντικό, «ποιο ρίσκο αποδέχομαι για το αποτέλεσμα που ζητώ;».

## **Όταν ακούτε «ελεγχόμενη έκθεση», χρειάζεται προσοχή στη διατύπωση**

Ένα από τα πιο παραπλανητικά στοιχεία στην αγορά του τεχνητού μαυρίσματος είναι η ιδέα ότι το synthetic sun tanning μπορεί να γίνει «ελεγχόμενα» και άρα να αποκτήσει έναν αέρα ασφάλειας. Η λέξη ελεγχόμενα ακούγεται καθησυχαστική, σχεδόν επιστημονική. Μοιάζει να σημαίνει ότι ο κίνδυνος έχει τιθασευτεί.

Όμως η ύπαρξη χειρισμού, προγράμματος ή χρονομέτρου δεν συνεπάγεται εγγυημένη προστασία. Από τη στιγμή που δεν υπάρχει γνωστό κατώφλι που να θεωρείται ασφαλές για τα δερματικά καρκινώματα, ο όρος «ελεγχόμενη έκθεση» πρέπει να διαβάζεται με μεγάλη επιφύλαξη. Μπορεί να περιγράφει τεχνική διαχείριση μιας συνεδρίας, δεν ακυρώνει όμως τον βασικό βιολογικό κίνδυνο που συνδέεται με την υπεριώδη ακτινοβολία.

Αυτό έχει σημασία και για όσους πιστεύουν ότι ένα πιο «σοβαρό» κέντρο solarium είναι αυτόματα καλύτερη επιλογή. Ένας οργανωμένος χώρος μπορεί να εμπνέει περισσότερη τάξη, καθαριότητα ή ευγένεια στην εξυπηρέτηση. Αυτά είναι θετικά χαρακτηριστικά υπηρεσίας. Δεν μετατρέπουν όμως την UV έκθεση σε αβλαβή πρακτική.

## **Τι πρέπει να εξετάζει ένας ενημερωμένος πελάτης**

Αν κάποιος, παρά τα γνωστά δεδομένα, επιμένει να εξετάζει μια υπηρεσία σολάριουμ, οφείλει τουλάχιστον να το κάνει με πλήρη επίγνωση. Η υπεύθυνη στάση δεν ξεκινά από το layout του χώρου αλλά από τη διαφάνεια των πληροφοριών που δίνονται.

Οι πιο ουσιαστικές ερωτήσεις είναι λίγες και πολύ συγκεκριμένες:

- Υπάρχει σαφής ενημέρωση ότι η υπηρεσία αφορά έκθεση σε υπεριώδη ακτινοβολία και όχι απλώς ένα αισθητικό αποτέλεσμα;
- Τηρούνται οι ηλικιακοί περιορισμοί που ισχύουν για άτομα κάτω των 18 ετών;
- Δίνεται ειλικρινής ενημέρωση για τους κινδύνους, χωρίς ωραιοποίηση ή ασαφείς υποσχέσεις;
- Υπάρχει ξεκάθαρη εικόνα για τη συμμόρφωση του εξοπλισμού με τα σχετικά όρια και πρότυπα;
- Αποφεύγονται διατυπώσεις που υπονοούν ότι υπάρχει πλήρως ασφαλές επίπεδο χρήσης;

Αυτές οι ερωτήσεις δεν εξαλείφουν τον κίνδυνο. Βοηθούν όμως να ξεχωρίσει κανείς τη σοβαρότητα από το marketing.

## **Η πολυτέλεια της σωστής πληροφόρησης**

Στον χώρο της αισθητικής, η πραγματική πολυτέλεια δεν είναι να έχεις πρόσβαση σε κάθε διαθέσιμη υπηρεσία. Είναι να μπορείς να ξεχωρίζεις ποιες υπηρεσίες αξίζουν πράγματι μια θέση στη ρουτίνα σου και ποιες βασίζονται περισσότερο στην υπόσχεση παρά στη φροντίδα.

Το σολάριουμ έχει μια εμπορική γοητεία επειδή προσφέρει κάτι άμεσο. Δεν ζητά υπομονή. Δεν απαιτεί εβδομάδες αναμονής. Δεν εξαρτάται από εποχή ή πρόγραμμα διακοπών. Αυτή η αμεσότητα είναι και ο λόγος που παραμένει ελκυστικό σε όσους αναζητούν γρήγορη αναβάθμιση της εικόνας τους. Ειδικά σε μια μεγάλη αστική αγορά, όπως εκείνη του τεχνητού μαυρίσματος Αθήνα, η υπόσχεση της ταχύτητας έχει πάντα δύναμη.

Αλλά η ωριμότητα στην ομορφιά φαίνεται αλλού. Φαίνεται στη στιγμή που ο καταναλωτής αναγνωρίζει ότι δεν χρειάζεται να πει ναι σε κάθε λύση που προσφέρει άμεσο οπτικό κέρδος. Η εκλεπτυσμένη φροντίδα έχει μέτρο. Έχει επιλογή. Έχει και άρνηση.

## Τι να κρατήσετε αν σκέφτεστε να κάνετε μαύρισμα solarium

Αν πρέπει να συγκρατήσει κανείς τα απολύτως βασικά, είναι αυτά:



- Το solarium είναι έκθεση σε υπεριώδη ακτινοβολία για σκοπούς τεχνητού μαυρίσματος.
- Η χρήση του συνδέεται με αυξημένο κίνδυνο κακοήθους μελανώματος και πιθανώς με οφθαλμικό μελάνωμα.
- Η έκθεση μπορεί να επιταχύνει τη γήρανση του δέρματος και να αποδυναμώσει το ανοσοποιητικό σύστημα.
- Δεν υπάρχει γνωστό σταθερό κατώφλι έκθεσης που να εγγυάται ασφάλεια για τα δερματικά καρκινώματα.
- Στην Ελλάδα έχουν αναφερθεί περιορισμοί, ενώ σε σημαντικό ποσοστό μετρημένων sunbeds είχε καταγραφεί υπέρβαση του σχετικού ορίου ακτινοβολίας.

Μερικές φορές, η καλύτερη απόφαση δεν είναι η πιο δημοφιλής ούτε η πιο «instagrammable». Είναι εκείνη που λαμβάνεται με καθαρή γνώση.

## Η διαφορά ανάμεσα στην επιθυμία και στην απόφαση

Υπάρχει πάντα μια απόσταση ανάμεσα σε αυτό που θέλουμε να δείχνει όμορφο και σε αυτό που είναι πραγματικά συνετό να επιλέξουμε. Το τεχνητό μαύρισμα κάθεται ακριβώς πάνω σε αυτή τη λεπτή γραμμή. Η επιθυμία είναι απολύτως κατανοητή. Η απόφαση, όμως, χρειάζεται άλλο βάθος.

Αν ψάχνετε σολάριουμ κοντά μου ή solarium κοντά μου, αν συγκρίνετε σολάριουμ τιμές Αθήνα ή αν σκέφτεστε να εντάξετε ένα studio solarium στη ρουτίνα περιποίησής σας, αξίζει να κάνετε μια μικρή παύση πριν κλείσετε ραντεβού. Όχι από φόβο, αλλά από σεβασμό προς το σώμα σας. Η σωστή πολυτέλεια δεν είναι

να αποκτήσετε γρήγορα ένα συγκεκριμένο χρώμα. Είναι να προστατεύσετε την ποιότητα του δέρματος και την υγεία σας με τον ίδιο ζήλο που προστατεύετε το στιλ, τον χρόνο και τα χρήματά σας.

Σε τελική ανάλυση, το ζήτημα δεν είναι αν το solarium προσφέρει μαύρισμα. Το προσφέρει, γι' αυτό και συνεχίζει να ζητείται. Το ουσιαστικό ερώτημα είναι αν το αισθητικό αυτό αποτέλεσμα δικαιολογεί τους γνωστούς κινδύνους που το συνοδεύουν. Για πολλούς ενημερωμένους ανθρώπους, η απάντηση βρίσκεται ακριβώς εκεί όπου η κομψότητα συναντά την κρίση, στην ικανότητα να λένε όχι σε ό,τι φαίνεται πολυτελές, όταν η πραγματικότητα από πίσω δεν είναι.