

PROTECTOR SOLAR, SU ALIADO CONTRA EL CÁNCER DE PIEL

Conocer cómo es la interacción de los rayos solares con nuestra piel es fundamental para entender la causa de las casi 100 enfermedades que estos producen. Usar un protector solar adecuado es parte de la comprensión de las consecuencias que los diferentes tipos de luz ultravioleta solar traen a las células cutáneas.

El cáncer de piel es un problema epidemiológico creciente. En nuestro país, el número de pacientes con cáncer de piel es cada vez más frecuente, aunque se trate de una raza que está protegida, de alguna manera, por el color de su piel.

El sol no es malo, tiene muchas cosas positivas para nosotros, como la síntesis adecuada de la vitamina D y la regulación necesaria de los tiempos vigilia-sueño. Sin embargo, lo realmente peligroso es la constante y prolongada exposición al sol que tenemos a diario, y más cuando lo hacemos sin protección.

Además del sol, existen otras fuentes de radiación ultravioleta o radiación visible que afectan nuestra piel, como lámparas incandescentes de luz blanca, focos de luz blanca, luz de fotocopiadoras, cámaras de bronceado y computadoras. Todos estos aparatos nos

exponen igual que el sol, por lo que tenemos que estar siempre protegidos.

¿CÓMO PROTEGERME?

¿Qué factor de protección debo comprar? ¿Cuál es el adecuado para mi piel? Son algunas preguntas frecuentes. Debe tener en cuenta que hay dos tipos de protectores solares:

Filtros físicos: también llamados pantallas totales. Reflejan totalmente la radiación solar impidiendo que esta penetre en la piel y produzca enrojecimiento, quemaduras, etc. Hay que aplicarlos en capa gruesa.

Filtros químicos: actúan absorbiendo la radiación solar y transformándola en otro tipo de energía que no resulte nociva para la piel.

Los protectores solares más recientes también incluyen protección contra la radiación UVB y UVA. Es importante esta propiedad porque el 95% de la radiación ultravioleta solar llega a la tierra en forma de UVA y es la que, a la larga, produce cáncer de piel.

Si no hay sol y el día está nublado o está lloviendo, también nos debemos proteger porque de igual forma recibimos radiación UVA.



TOME EN CUENTA LAS RECOMENDACIONES

- 1** Aplique un FSP (factor solar de protección) de 50 pues este protege un 98%. No use menos de FPS 15.
- 2** Evite el sol cuando sus rayos son más fuertes (10:00 a.m. a 4:00 p.m.).
- 3** Utilice ropa protectora.
- 4** Use anteojos de sol con buena cobertura que le brinden protección contra los rayos UV.
- 5** Evite lámparas solares y camas de bronceado.
- 6** Revise su piel con regularidad para detectar cambios de tamaño, forma, color o textura en sus marcas de nacimiento, lunares y manchas.

Fuente: Dra. Karen Escalante, dermatóloga especialista en piel, pelo y uñas de niños y adultos - Tel.: 2235-7372 y 2235-7773.

LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

PARA MEJORAR LA VIDA DE LAS PIELS SENSIBLES.

ANTHELIOS
La más alta protección
UVA-UVB con texturas
adaptadas a tu tipo de piel.



LA ROCHE-POSAY. LA EXIGENCIA DERMATOLÓGICA.