

Granada Hoy Granada Escudos contra el sol

## Escudos contra el sol

El incremento de los casos de cáncer está directamente relacionado con la tendencia al bronceado que, como símbolo de belleza, responde a una agresión solar directa a la piel y que se agrava en verano

CAROLINA PLATA/ GRANADA | ACTUALIZADO 10.07.2011 - 01:00

0 comentarios 0 votos

Durante el verano se incrementa la actividad al aire libre, lo que conlleva una mayor exposición al sol. Según estudios recientes, y aunque la concienciación acerca de los riesgos que los rayos ultravioletas causan en la piel está ya muy extendida, 6 de cada 10 españoles no se protege adecuadamente de los rayos solares. En la actualidad, la consideración social de que el bronceado de la piel es un símbolo de belleza, unido a las prácticas de tomar el sol en las horas centrales del día o broncearse con métodos artificiales como los rayos UVA, incrementa el riesgo de desarrollar cáncer de piel.

Los fotoprotectores, a los que se le suele dar una mala utilización, no deben ser el único método de defensa ante los rayos del sol. Para complementar dicha protección es recomendable utilizar sombreros o gorros que tapen la cabeza, así como aprovechar las sombras. Según explica a *Europa Press* el profesor titular de Dermatología de la Universidad de Granada, Augustin Buendía Eisman, otro de los aspectos a tener en cuenta es la elección adecuada de los fotoprotectores. "No debemos de fijarnos únicamente en el número de protección sino en la radiación de la que protege y de su forma de utilización", defiende. Buendía, que además es el coordinador del Grupo Español de Epidemiología y Promoción de la Salud en Dermatología de la Academia Española de Dermatología, asegura que las cremas de baja protección con valores inferiores a 15 son ineficientes, y que las adecuadas son aquellas que superan el factor 50.

Las mujeres en edad adulta, que dan un mayor uso a los fotoprotectores, buscan un bronceado de la piel más intenso que los hombres. Aunque esta tendencia está igualándose en la población más joven. Los niños y los adolescentes son los que más cuidados de la piel necesitan, ya que evitar que sufran quemaduras en estas edades puede reducir la aparición de cáncer en la edad adulta hasta un 70%. Como medidas de precaución, Buendía aconseja evitar el sol entre las 12:00 y las 17:00 horas, utilizar ropa que proteja del sol, usar gafas de sol, aprovechar la sombra y, como medida complementaria a todas éstas, utilizar abundante crema solar.

El sol aprieta fuerte durante el verano y la prioridad es proteger la piel de sus rayos ultravioleta, para ello lo importante es seguir los consejos de los expertos. Pese a que la aparición del cáncer de piel puede tener un origen genético es importante recordar que es el sol el principal causante de la aparición de esta enfermedad.

0 comentarios 0 votos

0 COMENTARIOS

[Ver todos los comentarios](#)

Su comentario

Nombre\*

Email (no se muestra) \*

Blog o web

 Publicar información


Introduce el código de la imagen

Normas de uso

Este periódico no se responsabiliza de las opiniones vertidas en esta sección y se reserva el derecho de no publicar los mensajes de contenido ofensivo o discriminatorio.



Blogs



EL BLOG DE MARÍA ESCUDERO



958 441 441  
grupocolon.com



fotocasa.es