

INFO PARA PERIODISTAS

Del 14 al 18 Noviembre de 2016

23° CAMPAÑA NACIONAL DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL



ANEXO: Buen uso de protectores solares

- ✓ Aplique el protector solar (que proteja contra UVB-UVA), con FPS (factor de protección solar) 30 o mayor, que le haya recomendado su dermatólogo. El FPS menor de 15 no protege. Cubra toda la piel expuesta (es decir no cubierta por ropa o accesorios). Dicha aplicación debe ser previa de la exposición (alrededor de 30 minutos antes) y renovarla cada 2 horas, según la actividad desarrollada. Habitualmente se utiliza entre un tercio y la mitad de la cantidad necesaria de protector solar para cumplir con el nivel de protección que indica el envase. Por eso es muy importante utilizar una cantidad abundante de producto.
- ✓ NO olvide aplicar sobre: dorso de manos y pies, cuello, orejas, y, en calvos, el cuero cabelludo que ha perdido la protección natural.
- ✓ Si le recomendaron protegerse por la presencia de lunares, no sirve cubrir sólo el lunar: la protección debe ser en toda la piel. Use el mismo nivel de protección en todo el cuerpo, y no lo disminuya con el paso de los días.
- ✓ NO exponga al sol, sea en forma directa o indirecta, a los niños menores de 1 año. Ante exposiciones ocasionales, a partir de los 6 meses de vida se pueden emplear protectores solares. En los menores de 2 años sólo es conveniente utilizar protector solar en pequeñas áreas. En el resto del cuerpo hay que preferir la utilización de ropa y/o sombra.
- ✓ En personas deportistas, niños, aquellos que realizan actividades acuáticas, donde la excesiva transpiración, contacto con el agua, roce, etc., pueden barrer más rápidamente el protector. Su efecto desaparece al pasarse la toalla, al frotarse o después de la mitad del tiempo que en condiciones normales. Se recomienda reaplicarlo más frecuentemente que lo indicado y usar productos que tengan el rótulo de resistente al agua (mantienen entre 40 y 80 minutos la eficacia del protector siempre que uno no se toque la piel).

1



PARA MAS INFO DE PRENSA

S.D.I.

4761.4792 / 155.751.6037

info@lazos-sdi.com.ar

INFO PARA PERIODISTAS

- ✓ Intente elegir, de acuerdo a lo aconsejado por su médico, aquel que le sea más cómodo para aplicar, que no le haga decir parezco un “fantasma” y lo lleve a abandonar su uso. Hágase “amigo” del protector que lo ayudará a disminuir el enrojecimiento de la piel y el fotoenvejecimiento progresivo por la acumulación del daño solar. Por suerte hoy existe una amplia gama de protectores solares que se adaptan a los distintos tipos de pieles y hábitos de las personas sin descuidar su rol fotoprotector.
- ✓ Emplee marcas reconocidas y constate la fecha de vencimiento del producto.
- ✓ Proteja los envases: no los deje abiertos o expuestos a altas temperaturas.
- ✓ Debe ser siempre el FPS necesario acorde a su tipo de piel (aconsejado por el dermatólogo). Mantenga su aplicación en forma constante a lo largo del tiempo de exposición.

Fuente: Comité de expertos de la Campaña Nacional de Prevención de Cáncer de Piel (Sociedad Argentina de Dermatología).

Más anexos temáticos disponibles: El sol y el deporte – Introducción a la temática – Estadísticas – Tips para proteger tu piel – Autoexamen – Buen uso de los protectores solares – Camas solares – El sol y las embarazadas – El sol y los niños – Fototipos: factores de riesgo – Preguntas para consultorio – Protectores solares – Qué es quemarte – Radiaciones Solares – Tipos de cáncer de piel – Los 10 mandamientos para cuidar tu piel – Mitos y verdades sobre la exposición al sol.