

Del 14 al 18 Noviembre de 2016

23° CAMPAÑA NACIONAL DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL



ANEXO: EL SOL Y LAS EMBARAZADAS

La piel de las embarazadas sufre algunos cambios que se relacionan con las variaciones hormonales propias de la gestación. Es importante considerar que estos cambios son fisiológicos, es decir que no deben ser considerados enfermedades.

La hiperpigmentación (oscurecimiento de la piel) generalizada o localizada es uno de los cambios que se observa con mayor frecuencia, en aproximadamente el 90% de las embarazadas y sobre todo en las mujeres de piel más oscura.

La forma localizada muy frecuente que se puede observar es la pigmentación de una línea media entre el pubis y el ombligo. Fuera del embarazo es blanca y ya desde los primeros meses de la gestación se torna de un color marrón negrozco.

Otras zonas que se pigmentan son los pezones, las axilas y el cuello.

Muy frecuente en las embarazadas se ve el melasma o máscara del embarazo. Estas manchas se manifiestan como manchas parduscas y no uniformes, localizadas en la frente, sienes y zona central de la cara; también se observa en las mujeres que toman anticonceptivos orales.

Estos cambios estarían relacionados con las modificaciones hormonales y todos empeoran con la exposición solar. Mejoran y tienden a desaparecer con el parto o en un período cercano. En un 30% de las pacientes se extiende por más tiempo.

Debido a que durante la gestación no es aconsejable la utilización de cremas blanqueadoras y tratamientos despigmentantes, es muy importante extremar las medidas de fotoprotección tanto con relación a la exposición a la luz solar como a las distintas fuentes artificiales como lámparas o camas solares.

Además, durante el embarazo pueden aparecer o crecer pequeñas verruguitas en las axilas o bajo el pecho. También suelen verse puntos rojizos intensos con o sin relieve en el tronco. Los lunares pueden verse algo más voluminosos. Son todos cambios vinculados a las hormonas del embarazo y pueden no tener relevancia para la salud.

De todas maneras, las modificaciones respecto del color y tamaño de los lunares deben tomarse con la misma importancia que fuera del embarazo.

INFO PARA PERIODISTAS

Teniendo en cuenta lo referido, las mujeres embarazadas deben:

- Utilizar fotoprotectores de amplio espectro.
- Usar ropa adecuada, sombreros de ala ancha, anteojos con protección RUV.
- Reducir al mínimo la exposición a los RUV.
- Ante cualquier duda consultar al especialista.

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.