Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)

Aumentan pacientes con daños por exposición solar

Recomiendan usar sombrero, gafas y protector UV para reducir riesgos de irritación

Después de la Semana de Pascua alrededor de 70% de los pacientes que acuden al área de Dermatología del Hospital Civil “Fray Antonio Alcalde” presentan daños provocados por exposición solar, afirmó la doctora Marisol Ramírez Padilla, coordinadora de la especialidad en dicho nosocomio.

Los casos más frecuentes son irritaciones provocadas por lociones, cosméticos y aceites que se utilizan para exponerse al sol; quemaduras provocadas por asolearse sin tomar las precauciones debidas, así como el dolor y la comezón que provocan la descamación y casos severos con quemaduras de primer grado, ampollas y ulceraciones. La especialista advirtió que los cítricos, al entrar en contacto con la piel y bajo los efectos de los rayos solares, pueden provocar manchas.

Ramírez Padilla señaló que las mujeres jóvenes y los niños se irritan con mayor frecuencia. Las primeras, porque está de moda tener un bronceado que se vea agradable y llamativo y los segundos, porque tienen la piel más sensible y se exponen demasiado tiempo en la alberca o jugando en la arena sin la protección adecuada.

Indicó que las personas que viajen a la playa durante estas vacaciones deberán utilizar un protector solar superior a 30, de preferencia de 50 y aplicarlo cada cuatro horas, tiempo que dura el efecto. Y utilizar, además, lentes de sol, con protección ultravioleta (UV) y gorra o sombrero, así como ropa especial para playa.

La especialista detalló que los rayos solares pueden provocar irritación, así como daños crónicos en la retina y agravar las infecciones en los ojos. “En la playa los rayos solares se reflejan en la arena. Si una persona no trae lentes de sol es mucho más intensa la luz que reciben sus ojos”.

En cuanto al cuero cabelludo, a pesar del pelo, los rayos del sol lo pueden irritar, provocando una quemadura o irritación crónica. De ahí la importancia de utilizar sombrero. Dijo que lo ideal es asolearse en el transcurso de la mañana, antes de las once o por la tarde, después de las 16 horasy tomar todas las precauciones pertinentes, como evitar el uso de bronceadores caseros o comerciales.

“Si las personas quieren adquirir un poco de color mediante la exposición al sol, lo que pueden hacer es utilizar protectores solares de 30 y asolearse durante 30 minutos diarios. Así, la exposición es gradual. Si la persona está realizando actividades acuáticas, puede estar, mientras las realiza, expuesta al sol durante un par de horas”.

A T E N TA M E N T E
“Piensa y Trabaja”
“Año del Centenario de la Escuela Preparatoria de Jalisco”
Guadalajara, Jal., 15 de abril de 2014

Texto: Martha Eva Loera
Fotografía: Internet

Etiquetas:

exposición solar [1]
hcg [2]
Marisol Ramírez Padilla [3]

URL Fuente: https://comsoc.udg.mx/noticia/aumentan-pacientes-con-danos-por-exposicion-solar

Links
[1] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/exposicion-solar
[2] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/hcg
[3] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/marisol-ramirez-padilla