

Estas son algunas de las afecciones a la piel más comunes en el verano

La exposición prolongada a los rayos UV puede desencadenar una serie de afectaciones sobre todo a las mujeres.

Ignacio Arriagada M.

Muchas de las enfermedades y afecciones que pueden padecer las mujeres a nivel dermatológico se producen por la alta exposición hacia la radiación solar, cuyos índices incrementan durante el verano. Por ello es fundamental tener claridad sobre cuáles son las patologías que se pueden desarrollar y cómo prevenirlas.

Los lentigos solares son una de las afecciones que más se producen en la temporada estival. Son manchas que aparecen principalmente en las zonas más expuestas a la radiación solar, como el rostro y en el dorso de las manos.

"Se pueden desarrollar debido a una incorrecta protección contra los rayos UV (...) Una vez teniendo esta acumulación solar en la piel se pueden aplicar cremas para disminuir la coloración

“
Los rayos UV pueden producir quemaduras que dañan o destruyen las células de la piel.

PILAR DE LA SOTTA
DERMATÓLOGA

oscura en los lugares afectados. Lamentablemente, estas tinciones suelen ser rebeldes y en muchos casos el único tratamiento es el láser Q-Switch, especializado en este tipo de manchas", explica a este medio el dermatólogo Jorge Burgos.

Otro de los trastornos a la piel que comúnmente afecta a las mujeres dada la exposición al sol es el melasma. "Se da en mujeres jóvenes y consiste en manchas oscuras que aparecen en la cara, precisamente en zonas como las sienes, las mejillas, la frente, la nariz o el mentón", dice el

también académico de la carrera de Medicina de la UNAB.

Para tratarlo o prevenirlo, indica el experto, es "fundamental utilizar protector solar e ir reaplicando al menos tres veces durante el día".

El calor estival sumado al potente sol pueden desencadenar o empeorar la rosácea, "que es una enfermedad cutánea que causa enrojecimiento en la piel, pequeñas líneas rojas en el rostro y protuberancias llenas de pus", dice Burgos.

En cuanto a su tratamiento, el dermatólogo recomienda "evitar la luz solar, aplicar ciertas cremas y tomar algunos fármacos. Todo lo anterior previa indicación y análisis".

ALTA EXPOSICIÓN

La piel utiliza la luz solar para ayudar a fabricar la vitamina D, la cual es importante para la formación normal de los huesos. Sin embargo, una exposición prolongada aumenta los potenciales

efectos negativos en el organismo de las mujeres.

"Produce una quemadura que daña o destruye las células de la piel; genera una disminución en la producción de colágeno y/o aumenta su destrucción; altera las fibras elásticas, lo que se traduce en formación de arrugas; aumenta la pigmentación que genera manchas; y daña el material genético de las células de la piel, favoreciendo el desarrollo de distintos tipos de cáncer de piel con el daño acumulativo", advierte la

doctora Pilar de la Sotta, dermatóloga de la Clínica Universidad de los Andes.

PREVENCIÓN

Para prevenir estos daños existen sencillas medidas, las que pueden ser tanto físicas como químicas. "Las físicas consisten en ponernos gorros, ojales de ala ancha, y ropa que cubra el mayor porcentaje de piel posible (...) En cuanto a las cosas químicas, están los protectores solares. Hay algunos que vienen con color y que generan una ma-

yor protección de la piel, dado que el color pasa a ser un filtro físico", explica la doctora Carolina Gómez, dermatóloga de Clínica Las Condes.

En cuanto a los protectores solares convencionales, la experta sugiere fijarse en "que las cuiden para la radiación UVB, UVA, pero también contra la luz azul, puesto que provoca manchas o puede afectar la apariencia de la piel".

Finalmente, Gómez aconseja a las personas a transitar por zonas con sombra.



Los lentigos solares son manchas cutáneas de color café.