

Datos sobre el cáncer de piel y su correcta prevención

Madrid, 11 de mayo.-

- En España se dan cada año 4.000 nuevos casos de melanoma.
- La tasa de algunos tipos de cáncer de piel se han duplicado o triplicado en España.
- En Europa, el número de casos supera los 3,5 millones, más de 22.000 europeos mueren de melanoma cada año.
- Se estima que un 80 % del cáncer de piel podría reducirse con hábitos saludables de fotoprotección desde la infancia.
- La ropa es una excelente medida fotoprotectora, el futuro de la fotoprotección está en la ropa.
- El uso de sombreros o gorras debería implantarse en todos los ámbitos: laboral, recreativo y escolar.
- Las cremas solares no deben de utilizarse en niños menores de seis meses.
- Los niños reciben 3 veces más radiación ultravioleta que los adultos. El 80% de la radiación solar que llega a nuestra piel se recibe antes de los 18 años.
- La finalidad del fotoprotector no debe ser nunca la prolongación del tiempo de exposición.
- Si la crema de protección solar ha estado expuesta al sol o a altas temperaturas, su estabilidad se pierde antes. La mayoría de protectores solares no aguantan de un año para otro.
- En España, se recomienda una protección solar de 30 durante todo el año y de 50 en verano.
- El número de horas expuestos al sol en invierno, otoño y primavera es mayor que el tiempo que se pasa al sol durante los días de vacaciones en verano.
- Hay que evitar estar expuesto al sol en las horas centrales durante los días de verano.
- Tener una piel muy blanca, más de 50 lunares, antecedentes personales o familiares de cáncer de piel o estar inmunodeprimido son factores de riesgo para desarrollar un cáncer de piel.
- El daño producido por la exposición al sol es acumulativo, si se quiere llegar a una vejez sin manchas y con menos arrugas, hay que protegerse del sol.

-La fotoprotección oral, productos a base de vitaminas y extractos vegetales, refuerza la capacidad antioxidante del organismo paliando los efectos negativos de las radiaciones solares, sobre todo las UVA.

-La fotoprotección oral es útil, como apoyo a los hábitos solares saludables dentro de los cuales está el uso de las cremas solares. Sobre todo, en personas que pasan más horas expuestas al sol como ciertos deportistas: tenistas, golfistas...

-Las frutas y vegetales rojos, como los vegetales verdes, ricos en vitamina C, son estupendos antioxidantes y ayudan a paliar los efectos negativos del sol.

-La recomendación para las personas que han tenido un melanoma es que no se expongan al sol y, cuando lo hagan, que extremen las medidas de protección.

Durante los días 10,11,12 y 13 de mayo se celebra en Madrid el 45 Congreso Nacional de Dermatología y Venereología, donde hay programadas un centenar de sesiones con la intervención de 341 ponentes que, como expertos en cada tema, difunden, reflexionan y comparten con los académicos los últimos avances en todas las áreas de esta especialidad.

Para más información:

Departamento de comunicación de la AEDV:

Ángeles López
913 898 585
angeles.lopez@aedv.es