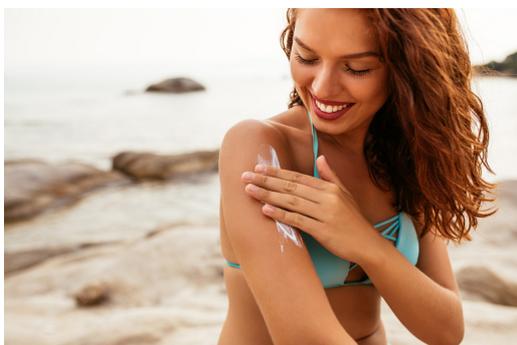


miércoles - agosto 14, 2019

Pieles blancas, hasta tres veces más vulnerables a sufrir quemaduras

Mientras que una piel morena sufre una lesión tras 60 minutos de exposición al sol, 20 minutos son suficientes para que una tez blanca tenga este tipo de problema, incluso hasta presentar una quemadura de 1° o 2° grado superficial.



- Los mexicanos debemos extremar precauciones entre marzo y octubre, ya que en ese periodo se recibe 77% de la radiación solar.

Aunque el bronceado se ha considerado un símbolo de belleza y salud, exponerse en exceso a los rayos solares daña la piel e incluso puede ocasionar quemaduras. De hecho, las quemaduras solares son las lesiones cutáneas más comunes originadas por la exposición excesiva a la radiación UV.

“Quienes tienen pieles blancas deben tomar mayores precauciones que las personas de piel morena, ya que, mientras las primeras presentan quemaduras solares a los 20 minutos de exposición, el tiempo para que las segundas desarrollen quemaduras solares puede sobrepasar 60 minutos de exposición en primavera y/o verano”, comentó el **Dr. Víctor Mundo**, Director Médico de la División Consumer Health de Bayer de México y experto en medicamentos de venta sin receta u OTC.

En particular, nuestro país enfrenta 8 meses críticos durante los cuales la Radiación Ultra Violeta, es extrema. El 77% de la radiación solar se recibe de marzo a octubre lo que quiere decir que particularmente en ese periodo nuestra piel está más expuesta al sol y, por lo tanto, la probabilidad de sufrir una quemadura solar es alta.

Las **quemaduras solares** se caracterizan principalmente por inflamación y enrojecimiento de la piel que aparece a las pocas horas de la exposición solar, alcanzando su máxima intensidad entre las 10 y las 24 horas posteriores. Otros síntomas son ardor y dolor en la zona afectada, así como enrojecimiento, el cual desaparece después de 2 o 5 días, cuando se presenta descamación de la piel dañada. En casos extremos, puede llegar a convertirse en una quemadura solar de 1º o 2º grado superficial, formando ampollas, advirtió el experto.

“Cuando se presenta una **quemadura solar**, ésta debe tratarse como una herida para impedir la extensión de la lesión, aliviar el dolor, prevenir las infecciones y la deshidratación. En casos así, es recomendable utilizar en la zona afectada pomadas con dexpanthenol, un precursor de la vitamina B5 que no solo alivia el ardor y la comezón, sino que, además, es una sustancia que reconstruye la piel irritada, agrietada o con quemaduras leves”, dijo el **Dr. Mundo**.



Cuando el dexpanthenol, sustancia activa de **Bepanthen** pomada regeneradora, entra en contacto con la piel se absorbe rápidamente y se convierte en ácido pantoténico (vitamina B5), elemento indispensable para la formación y regeneración de la piel. “El dexpanthenol acelera la cicatrización ya que estimula el número y la función de las células llamadas fibroblastos, las cuales elaboran y segregan proteínas de colágeno, el componente más abundante de la piel. Así, hay mayor proliferación celular, y aumento en la síntesis de colágeno de la piel”, explicó el médico.

Para evitar este tipo de daños, lo ideal es minimizar la exposición a las radiaciones solares, como parte del autocuidado diario siguiendo algunos consejos como no exponerse al sol, principalmente entre 10 a.m. y 4 p.m., ya que en este intervalo se recibe 83% de la dosis diaria de rayos UV. Además, se recomienda usar lentes oscuros, gorros o sombreros, ropa que proteja brazos, piernas y cuello, así como bloqueador solar.

“La piel es un órgano sumamente importante para mantenernos saludables, ya que siempre protege al organismo de agentes externos como bacterias (contiene secreciones que pueden destruirlas) y sustancias químicas, al tiempo que regula nuestra temperatura corporal, por eso, debemos mantenerla sana y ayudar a su reparación cuando sufra una lesión”, destacó el especialista.

Bepanthen® es marca registrada de Bayer Consumer Care AG.