

[← Hiperhidrosis: síntomas, tipos y tratamientos](#)[Todo lo que debes conocer sobre la testosterona: ¿Se debe potenciar? ¿Por qué desciende? →](#)

Cuidado con pasarte con las cremas de protección solar

Publicado el 17/06/2019

Por Luis Sánchez Parejo (El Mundo)

Fecha: 08/06/2019

*Después de leer esto, te lo vas a pensar dos veces antes de volver a embadurnarte de crema solar de los pies a la cabeza. Según un estudio realizado por expertos del Centro de Evaluación e Investigación de Fármacos de Silver Spring, Maryland (Estados Unidos), publicado el pasado 6 de mayo, cubrirte toda la piel con esa espesa armadura química blanquecina, además de protegerte de los efectos dañinos de los rayos solares, **puede tener efectos secundarios nocivos para la salud.***



Tras aplicar cuatro formulaciones de protector solar disponibles a la venta a 24 participantes sanos, en este ensayo clínico se pudo observar **la presencia de uno de sus ingredientes, avobenzona, en los análisis** de los sujetos de estudio. Con estos datos sobre la mesa, los autores del estudio llegaron a la conclusión de que la absorción sistémica de los ingredientes activos de protección solar pone de relieve la necesidad de realizar estudios adicionales que determinen la importancia clínica de estos hallazgos.

REVISTA DIGITAL



Publicaciones recientes

- [Todo lo que debes conocer sobre la testosterona: ¿Se debe potenciar? ¿Por qué desciende?](#)
- [Cuidado con pasarte con las cremas de protección solar](#)
- [Hiperhidrosis: síntomas, tipos y tratamientos](#)

BHEQM

- [BHEQM BLOG](#)
- [BHEQM FACEBOOK](#)
- [BHEQM WEBSITE](#)

La pregunta es: ¿cuánto son esos compuestos tan peligrosos que logran frenar nada más y nada menos que el impacto de los rayos del sol en nuestra piel? José Luis Ramírez Bellver, doctor de **Clínica Dermatológica Internacional** (Madrid), lo explica. "Existen distintos filtros solares que **protegen al reflejar, absorber o dispersar la radiación ultravioleta (UV)**. Se pueden clasificar en: orgánicos, como la avobenzona u la oxibenzona que nos escudan frente a los rayos ultravioleta tipo A (UVA); el octocrileno, que hace lo propio con la radiación ultravioleta tipo B (UVB); o el ecamsule, que nos resguarda frente a ambos; e inorgánicos, como son el óxido de zinc o el dióxido de titanio".

El doctor Ramírez Bellver aclara que "los filtros que se han analizado en el estudio y de los que se han obtenido los datos son los **químicos u orgánicos**. Hay fotoprotectores sin ellos, compuestos a base solo de minerales o inorgánicos, que suelen ser menos aceptables cosméticamente (dejan la piel con una apariencia demasiado blanquecina), aunque cada vez más hay marcas que ofrecen lociones más cómodas de aplicar y que apenas dejan residuos".

LÍMITE DE SEGURIDAD

¿Por qué resultan inquietantes los resultados obtenidos en esta nueva investigación? "Los cuatro componentes analizados se encontraron en concentraciones plasmáticas superiores a 0,5 ng/ml, que es **el límite establecido por la FDA como seguro**".

No obstante, Ramírez Bellver resalta un aspecto bastante tranquilizador: "Hay que recordar que el estudio se lleva a cabo en **condiciones ideales de utilización de los fotoprotectores** (usando más cantidad de la habitual y reaplicándolos con más frecuencia) por lo que es probable que, de la manera en la que nos los ponemos en la vida real, no alcancemos estas concentraciones".

¿Por qué pueden resultar estos ingredientes nocivos para la salud y en qué cantidades? «El problema es que todavía no se sabe a ciencia cierta qué efecto clínico pueden tener las concentraciones plasmáticas superiores a esta cantidad, por lo que se requiere una investigación más profunda al respecto», asegura este dermatólogo.

Las consecuencias que más se conocen hasta el momento son las de su posible acción como disruptores endocrinos. "Esto quiere decir que **podrían interferir con algunas funciones de las hormonas sexuales**".

ALOPECIA FRONTAL

Algunos estudios recientes también apuntan que este efecto podría estar implicado en la aparición de un tipo de calvicie llamada alopecia frontal fibrosante, que consiste «en la pérdida de pelo de delante hacia atrás, en forma de diadema, de manera que las personas que sufren esta patología van teniendo cada vez la frente más despejada», relata.

Sea como fuere, el doctor Ramírez Bellver destaca que "los propios autores

del estudio dicen como conclusión que **estos hallazgos no quieren decir que debamos dejar de usar fotoprotectores**".

En este caso, una vez más, ha de primar el sentido común. "Hay que evitar la exposición solar intensa en las horas centrales del día y tener en cuenta que los filtros solares no son la única manera de escudarnos frente al sol. Gorras, prendas protectoras frente a la radiación ultravioleta y gafas de sol no deben faltar nunca en nuestras maletas".

Porque si hay una cosa clara es que, aunque por el momento no sabemos qué consecuencias pueden tener estas sustancias -si es que tienen alguna-, "lo que sí que sabemos con certeza es que **el exceso de sol tiene un efecto nocivo en nuestra piel**", concluye el doctor.