

MEDIO	FECHA	CONCEPTO	PRODUCTO	DESCRIPCIÓN
TRIBUNA TERMAL	01/08/2013	PRENSA ESCRITA	CLINICA DERMATOLOGICA INTERNACIONAL	Informe Agosto
PÁGINA	DIFUSIÓN	CATEGORÍA	EDICIÓN	PERIODICIDAD
42 a 45	22.400	INTERNET	NACIONAL	DIARIA

Y no ignoremos que se debe utilizar la cantidad suficiente de protector... sin olvidar las zonas más sensibles como son las orejas, los labios, los empeines, etc.

Es interesante tener en cuenta que en los mejores centros de estética, los spas más avanzados y en las clínicas especializadas ya cuentan con aparatología que mide con razonable exactitud los estragos que el sol ha dejado en la piel. Tras conocerse el diagnóstico se diseña un programa especializado para tratar la piel antes y después de la exposición solar, permitiendo que el envejecimiento cutáneo sea mucho menor.

Evitar los melanomas

El dermatólogo Ángel Pizarro afirma que *"la mejor manera de reducir la mortalidad por melanoma (que en nuestro país se cobra una media de 60 vidas cada año) es el diagnóstico muy precoz del tumor, cuando tiene poco espesor y aún no ha adquirido capacidad de formar metástasis"*. El médico insiste en que se debe concienciar sin alarmar, y que se debe tener en cuenta que muchos tumores vienen condicionados por factores genéticos. Si se tiene la piel clara, con pecas, se es rubio o pelirrojo y se tienen los ojos claros habrá más riesgo, por eso en esos casos se debe evitar con mayor insistencia la exposición solar excesiva.

Proteger el pelo

El cabello también merece unos cuidados extra ante la exposición al sol, ya que los rayos UV son una de las principales causas de la pérdida de color del cabello y de la degradación de la fibra capilar. Además, la sal del mar, la arena de la playa... o el cloro de la piscina afectan al cabello a nivel interno ya que alteran la estructura de la queratina. Cuando esto ocurre el pelo se debilita y deshidrata, perdiendo brillo, enredándose con mayor facilidad y alterando el color. Incluso el cuero cabelludo puede reaccionar, apareciendo irritaciones en el mismo.

La línea Solar Care de Montibel.lo protege el pelo de la exposición solar, o repara el cabello y el cuero cabelludo que ya ha estado expuesto al sol. Con aloe vera.

Treatment Spray Pre-sun (125 ml: 13,90 €).

Bain Shampoo (300 ml: 10,90 €).

Balsam Conditioner (150 ml: 10, 90 €).

Instant Mask (200 ml: 13,90 €).



Para ayudar a los pacientes a detectar un posible melanoma, recomienda comprobar las reglas ABCDE:

A) Asimetría del lunar. Los lunares suelen ser redondeados y simétricos, mientras que los melanomas suelen ser asimétricos.

B) Bordes Irregulares. Los lunares tienen los bordes regulares y en la mayoría de melanomas son irregu-

lares.

C) Coloración. Suele ser homogénea en los lunares, mientras que en los melanomas suelen observarse diferentes colores y tonalidades.

D) Diámetro de los lunares. No suelen rebasar los 6 mm, mientras que los melanomas suelen tener un tamaño mayor.

E) Evolución. La mayoría de los lunares benignos son estables o cambian sin que varíen sus características. Los melanomas suelen ser inestables y según crecen y cambian van adquiriendo caracteres más atípicos (mayor asimetría, más irregularidad en bordes y coloración).

Cuando se cumplen todas estas reglas es aconsejable acudir al médico para un diagnóstico correcto.

Pero el doctor insiste en que, siempre que no haya alteraciones visibles, *"una exposición solar de unos 10 a 20 minutos sin protección o con poca protección, a media mañana o a media tarde, probablemente tiene más beneficios que perjuicios"* ■



Más información:

* Ribe Clinic. Paseo de Gracia, 91. 3º 2ª

* Doctor Ángel Pizarro. Clínica Dermatológica Internacional

* www.thedoctors.es