



La polvera

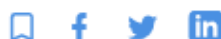
por Teresa de la Cierva

Inicio Sobre el autor Maquillaje Tratamientos Pelo Hombres Cosmética Más categorías ▾

¿Existe (realmente) la protección solar 100?



Teresa de la Cierva
el 20 ago, 2019



*No existe la protección total. Lo asegura el especialista en tumores cutáneos, el doctor Ángel Pizarro del la Clínica Dermatológica Internacional. "Hoy en día ya se utilizan cada vez menos las denominaciones SPF100 o pantalla total ya que son equivocadas. El grado de protección de **un fotoprotector 50+ se diferencia apenas en un 1% de la protección que puede dar un 100** por lo que en general no lo recomendamos, ya que encarece el precio y nada más", indica. "Y **las diferencias entre un índice de protección 30 y 50 también son mínimas. El IP 30 bloquea el 96,7%** mientras que el 50 bloquea el 98%".*

*Un dato importante es recalcar que el SPF no se refiere a la potencia de la protección sino a la duración de esta. Es decir, que un **IP de 50 nos indica que tardaremos 50 veces más tiempo en quemarnos** que si no lo tenemos.*

*¿El problema de los fotoprotectores? **Casi nadie se aplica la dosis apropiada (2 mg/cm2), ni repite la aplicación a las 2 horas.***

*“Imaginad que uno se quema en 10 minutos. Aplicando el fotoprotector de IP 50, tardaría ¡500 minutos! en quemarse, algo más de 7 horas. Pero la realidad es que una persona que quiera cubrir el 75% de su piel con el protector solar necesitaría en torno a 25 mL. Como los filtros químicos se van consumiendo según reciben y absorben luz solar, y como parte del producto se elimina con los baños, el secado con toallas, el sudor, etc., tendría que reaplicarlo cada 2 horas, para mantener el IP cercano al que marca el envase”, apunta este especialista. “Esto supone que, si está 4 horas en la playa, gastaría 50 mL. Y los envases suelen contener 200 mL, por lo que les duraría 2 días. ¿Conocen a alguien que lo haga así?”, pregunta Pizarro. “Por ello casi nadie alcanza en su piel el IP que marca el envase (en realidad, casi nadie necesita alcanzarlo, salvo en condiciones extremas), de ahí que la recomendación sea **usar siempre un SPF 30 o 50, ya que normalmente acabará en un 15’.**”*