

SALUD | CAMPANA 'TU PIEL TE HABLA'

M.G. / TOLEDO

El sol comienza a apretar en estos meses y las piscinas, el mar y el aire libre invitan a la ciudadanía a pasar largas horas disfrutando del verano, pero los riesgos para la piel cada vez son mayores y es necesario llevar a cabo una serie de recomendaciones para evitar quemaduras por exposición solar y cáncer de piel, una enfermedad «que amenaza con afectar al 40% de la población española a lo largo de su vida», según los datos recabados por la Clínica Dermatológica Internacional, un centro privado de referencia en el cuidado de la piel, considerado también el más avanzado en este ámbito.

«No hay que demonizar al sol», explica el dermatólogo José Luis Ramírez Bellver, pero es necesario asumir una serie de recomendaciones y medidas de prevención, entre las que se incluye, el uso de protectores solares, para evitar problemas y daños en la piel. En principio, el especialista observa que el mensaje va calando en la ciudadanía, aunque todavía se detecta mucho desconocimiento sobre la prevención y los efectos nocivos del sol.

«Uno de los falsos mitos en salud es considerar que puede existir un bronceado saludable». El doctor explica que no es cierto, que ponerse moreno se deriva «de una reacción del cuerpo como protección, ya que se sintetiza más melanina para proteger el ADN celular». Y los jóvenes son los más atrevidos con el sol «porque sigue estando de moda ponerse moreno».

A pesar de todo, la exposición solar es necesaria y beneficiosa para la vitamina D, por ejemplo, pero considera que es necesario protegerse, no exponerse en las horas centrales del día y cuidar la piel para evitar lesiones, quemaduras y distintas patologías de importancia.

El especialista es consciente de que el cáncer de piel «suena mal y drástico», pero insiste en que se puede prevenir y revertir las estadísticas. Explica que el melanoma es el tipo de cáncer más agresivo y peligroso, pero el de menor incidencia en el ámbito de la dermatología. A pesar de ser considerado uno de los más letales, ya que puede dar lugar a metástasis, también ofrece «una tasa de curación de casi el 99%».

Los datos recogidos por este centro dermatológico, en colaboración con la Asociación Española contra el Cáncer (AECC), indican que se diagnostican 3.600 casos de melanoma anuales en España. En concreto, en Castilla-La Mancha se registraron 229 en 2018 y en Toledo, la provincia de esta región con mayor incidencia en este tipo de tumor en los últimos cinco años, un total de 75 casos, la mayoría con edades comprendidas entre los 55 y los 75 años.

Sobre la prevalencia del melanoma en Toledo en comparación con el resto de provincia de la región, Ramírez cree que puede tener relación «con la exposición solar» que exigen algunos trabajos, como los ligados al campo, pero reconoce que sería necesario realizar un estudio a fondo para detallar con fiabilidad esta problemática.

Los dermatólogos alertan sobre «el falso mito de que existe un bronceado saludable»

La Clínica Dermatológica Internacional lanza una campaña de sensibilización para informar de los peligros de la exposición solar. Los especialistas recomiendan a la población una revisión al año



Los dermatólogos aconsejan acudir a la consulta una vez al año. / I.T.



El doctor José Luis Ramírez Bellver. / I.T.

El especialista dice que la exposición inadecuada al sol deriva en arrugas y envejecimiento

Por otra parte, el especialista insiste en que la piel sufre muchas agresiones derivadas de la exposición solar que derivan «en arrugas y en envejecimiento prematuro» a pesar de que estas consecuencias pasan más desapercibidas como posibles consecuencias que el cáncer.

RECOMENDACIONES. El dermatólogo considera necesario acudir una vez al año a la consulta de un especialista para revisar lunares, verrugas, lesiones en la piel, y estudiar las uñas, el cuero cabelludo y las mucosas, ya que ofrecen una buena lectura del estado de salud.

El uso de cremas protectoras es fundamental. A pesar de que hay una tendencia creciente a la utilización de fotoprotectores y productos cosméticos naturales, el especialista subraya que no pasan tantos controles sanitarios como los productos que se venden en farmacia.

CALENDARIO

150.000

CASOS DE CÁNCER DE PIEL. En nuestro país hay una importante incidencia anual de esta enfermedad. El número de casos aumenta un 10% cada año, según la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV).

75

MELANOMAS EN TOLEDO. En la provincia se diagnosticaron 75 casos de este peligroso tumor el año pasado. A pesar de ser uno de los tumores cutáneos más letales, el pronóstico de curación es de un 99% con un diagnóstico precoz. Cada vez hay más incidencia en la población juvenil por falta de prevención en la exposición solar. En España se diagnostican 3.600 melanomas al año, con mayor incidencia en las mujeres.

40%

PRONÓSTICO. Los especialistas calculan que 4 de cada diez personas van a padecer cáncer de piel a lo largo de su vida.

1000

PATOLOGÍAS. Los dermatólogos aseguran que a través de la piel, el pelo y las uñas se pueden llegar a diagnosticar más de mil enfermedades. La dermatología, según los expertos, «es la cara externa de la medicina interna», y permite realizar un fiel diagnóstico. La Clínica Dermatológica Internacional ha creado el primer protocolo específico para la detección temprana de enfermedades asociadas a la piel, el 'skin check'.