

NOTA DE PRENSA

Madrid, 5 de julio de 2011



Carretas, 14 8º F 28012 Madrid Tel. 915 221 313
Fax 914 354 888 sefac@sefac.org www.sefac.org

Considerar el bronceado como sinónimo de salud y belleza es un error que puede descuidar la protección solar y facilitar la aparición de cáncer de piel

- Con la llegada del verano crece la cifra de ciudadanos que desean tener una piel bronceada, asumiendo en muchos casos erróneas estrategias de exposición al sol. Estos malos hábitos propician que los casos de melanoma sigan aumentando en España a un ritmo del 7% anual.
- Tanto las administraciones como los profesionales sanitarios llevan a cabo una importante labor de prevención y concienciación en este campo. Pese a ello, siguen existiendo falsos y peligrosos mitos sobre protección solar, como pensar que los autobronceadores protegen del sol o que debajo de una sombrilla o dentro del agua no es necesario aplicarse fotoprotector.
- SEFAC dedica la entrega de julio de su campaña *Recomendaciones SEFAC a la población* a ofrecer consejos desde la farmacia comunitaria para la correcta protección solar con los que frenar el aumento del cáncer de piel en nuestro país, atendiendo a las necesidades de cada colectivo.

A pesar de la efectiva labor de prevención y concienciación ciudadana que llevan a cabo tanto las administraciones como profesionales sanitarios, **los casos de melanoma (un cáncer de piel ligado a la exposición solar excesiva o inadecuada) aumentan en España en torno al 7% anual.** Gran parte de ellos se producen en verano, ya que muchos ciudadanos buscan en esta época estival el bronceado de su piel como sinónimo de salud, belleza y estatus social. Ello propicia que asuman inadecuadas estrategias en su exposición al sol que, precisamente, acaban jugando en contra de su salud. **Con el objetivo de fomentar los correctos hábitos a seguir en el campo de la fotoprotección,** o afianzarlos en aquellos ciudadanos que saben que el sol puede ser malo para su piel, la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC), con el patrocinio de Laboratorios Avène, dedica la entrega correspondiente a julio de su campaña sanitaria *Recomendaciones SEFAC a la población* a **ofrecer consejos para una adecuada protección solar.**

El **objetivo principal** con esta nueva ficha es frenar, a través del asesoramiento desde la farmacia comunitaria, el aumento del cáncer de piel en España. Para ello, conviene empezar desterrando los falsos mitos existentes en el campo del bronceado y la fotoprotección. Así, esta ficha recuerda que **el bronceado no es un síntoma de salud, sino una reacción defensiva de la piel** ante la agresión de la radiación solar. Aquellos que deseen tomar el sol con la finalidad de broncear su piel, deben hacerlo de forma progresiva y aplicándose protectores desde el primer día hasta el último, ya que otro de los principales errores es creer que una mayor exposición al sol durante los primeros días y sin protección acelera el proceso de bronceado.

En verdad, dicha estrategia facilita el enrojecimiento cutáneo y la aparición de quemaduras solares. También es erróneo considerar que los autobronceadores protegen del sol y que no hace falta protegerse al estar debajo de una sombrilla o en el agua, ya que, en este caso, el agua produce un efecto lupa que aumenta la radiación recibida por la piel.

El momento y la forma de exposición al sol se revela fundamental para evitar problemas de salud. **Hay que evitar las radiaciones solares en las horas centrales del día (de 12 a 16 horas) y no recibirlas tumbado o sentado**, optando por tomar el sol en movimiento. En todos estos casos, la protección física de determinadas partes del cuerpo con objetos tales como gorros, gafas homologadas y camisetas actuará de barrera para las radiaciones.

En determinados colectivos, las anteriores recomendaciones deben complementarse con más precauciones. **Ancianos, niños o embarazadas deben evitar en todo lo posible la exposición al sol.** La especial sensibilidad de su piel obliga a la aplicación de cremas protectoras incluso en aquellas zonas del cuerpo que vayan protegidas por ropa.

El farmacéutico comunitario está **capacitado para ofrecer consejos adaptados a cada una de estas situaciones** y recomendar el protector solar adecuado para cada persona en función de su tipo de piel, de factores estacionales, del tiempo y lugar de exposición, y de cualquier otra circunstancia. Por norma general, estos productos deben aplicarse 30 minutos antes de la exposición, de forma abundante (repetiendo la aplicación cada dos horas) y no conviene utilizarlos de un año para otro. Además de consultar al farmacéutico sobre el producto adecuado, también es importante que conozca los medicamentos que esté tomando el paciente, ya que algunos de ellos pueden producir fotosensibilidad y hacerle más vulnerable a las radiaciones.

Esta ficha no sólo ofrece consejos para evitar la aparición del melanoma. **También recuerda posibles signos de alerta de este problema de salud**, como sería advertir que una peca o lunar cambia de forma, tamaño o color. Si ello ocurre, se recomienda la pronta visita al dermatólogo.

Esta nueva entrega de la campaña *Recomendaciones SEFAC a la población*, reconocida de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, se une a las más de treinta fichas difundidas por SEFAC desde junio de 2008. Las últimas entregas se han dedicado a tabaquismo, insomnio, cicatrización, regeneración de la piel, cefaleas y picaduras de insectos, y **están todas disponibles para su descarga en PDF en www.sefac.org, con objeto de que los medios de comunicación hagan de ella y/o su contenido la difusión que estimen conveniente.**

Sobre SEFAC

Constituida en marzo de 2001, la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC) es una asociación científica y profesional de ámbito nacional con más de 1.600 asociados y siete delegaciones autonómicas, que tiene como objetivo prioritario profundizar en la cartera de servicios asistenciales de la farmacia comunitaria y convertirse en un interlocutor científico de referencia del farmacéutico comunitario con las distintas administraciones y con el resto de las profesiones sanitarias. Más información en www.sefac.org.

Para más información, contactar con Alberto Cornejo en acornejo@sefac.org o en el teléfono 91 522 13 13.