

Muchas personas restan importancia a la protección de la piel contra el sol en Zulia

Con un sol inclemente con el que tienen que vivir día a día los zulianos, es de suponer que aplican muchos cuidados para proteger su piel. Sin embargo, nada parece más lejos de la realidad.

“Exponerse al sol es muy agradable”, expresó Nelson Navarrete, dermatólogo oncólogo y expresidente de la Sociedad Dermatológica de Chile. “Libera endorfinas y hace sentir muy bien a las personas, pero tiene un alto riesgo de generar tumores o de producir quemaduras. Cosméticamente, además, una piel muy soleada envejece más rápido y tiene más manchas”, agregó el especialista.

Para saber un poco más sobre si los residentes en el estado se cuidan o no del sol, el **Diario La Verdad** preguntó a varios ciudadanos sobre el tema, a propósito del asueto de Semana Santa, que muchos aprovechan para ir a la playa o a la piscina.

“No uso protector solar, mi hija me pelea mucho por eso, pero el dinero no me alcanza para ese gasto, y mi hija me recalca que es una necesidad y no un gasto”, mencionó Roxana Ronaldi, habitante del municipio San Francisco.

Por otra parte, Danelis Gutiérrez, de Maracaibo, señaló que no usa protección porque no lo ha visto nunca como algo primordial. “No me lo he propuesto, no lo veo como prioridad, aun sabiendo que es superimportante y más con este solazo”.

El marabino Edwin Arrieta comentó que él no se protege la piel por temor, ya que cuando era niño una crema le dio reacción alérgica. “De pequeño usé una crema protectora y me puso más oscuro, me dijeron que era alérgico, debería ir a un dermatólogo que me diga cuál es el que debo usar antes de ponerme a experimentar”.

De igual manera, Gustavo Pérez, considera que usar cremas es solo para mujeres. “Eso lo usan las mujeres para no quemarse la cara, no considero que uno deba usar eso”.

Sin embargo, la sanfranciscana Leidy Pereira afirma que usa protector “porque cuando agarro mucho sol me broto. Además, me quemo mucho, y sé que la piel envejece más rápido cuando uno

está tan expuesta al sol”.

La exposición frecuente y prolongada a los rayos ultravioleta durante muchos años puede causar cáncer de piel, situación que no puede tomarse a la ligera, por ello es tan relevante los cuidados de la piel.

La luz solar puede causar eritema solar (quemaduras), envejecimiento cutáneo prematuro, daño ocular, debilitamiento del sistema inmunitario, reacciones fotoalérgicas, fototóxicas y cáncer de piel.

El protector solar reduce la cantidad de rayos que penetran en la piel absorbiendo la radiación ultravioleta, mientras el bloqueador solar impide por completo que la radiación alcance la piel, ya que refleja los rayos UVA y UVB.

Sea cual sea la manera de protección para cuidarse del sol, las personas deben tomar en cuenta los riesgos a los que se enfrentan al no usar nada e ignorar los daños que pueden traer con el tiempo estas exposiciones y más aún viviendo en la “tierra del sol amada”.

Con información de La Verdad