



BLANCA GONZÁLEZ HERRERO VOCAL DE DERMOFARMACIA DEL COLEGIO PROVINCIAL

«Los fotoprotectores orales son un buen complemento y aumentan la resistencia de la piel a las quemaduras»

El mercado de los fotoprotectores es todo un mundo y por eso Blanca González Herrero siempre recomienda pedir consejo al farmacéutico de confianza. «La mejor crema es la que se usa y por eso hay que elegir la que mejor se adapte a cada caso y a la actividad que vamos a realizar, porque no es lo mismo elegir un fotoprotector para ir a la playa que para hacer deporte», apunta la titular de la farmacia Orillamar 54 de la ciudad herculina y vocal de Dermofarmacia en el Colegio de Farmacéuticos de la Provincia de A Coruña (COFC).

Esta boticaria cree que en los últimos años se ha avanzando mucho y «la gente ya está concienciada sobre la necesidad de protegerse cuando va a la playa», pero señala que eso no ocurre

cuando se va al parque, a la terraza de un bar o a dar un paseo al aire libre. «Habría que incorporar el uso de los fotoprotectores a la rutina del día a día, aunque no vayamos a la playa y sobre todo en verano, cuando aumenta la radiación ultravioleta», explica la farmacéutica.

Otro error que ha observado Blanca González es que las cremas no se aplican bien, «porque ni se echa la cantidad suficiente ni se replica cada dos horas». E independientemente del fototipo de la piel, siempre recomienda un factor de protección 50, para contrarrestar precisamente ese uso inadecuado en lo que respecta a la cantidad y frecuencia.

Además, la farmacéutica recuerda que a los bebés de menos de seis meses nunca se les



Blanca González Herrero. c. QUIÁN

debería exponer al sol —«porque su piel es inmadura y tampoco se les puede aplicar crema solar»— y recomienda utilizar fotoprotectores minerales en la etapa infantil. «No provocan alergias y, como dejan una páti-

na blanquecina, te sirven para saber si se te ha quedado algún recoveco de la piel sin aplicar la crema», apunta.

La farmacéutica también hace hincapié en la importancia de usar protección si se está tomando medicación fotosensible (como anticonceptivos, antiinflamatorios o antihistamínicos), lo que suele estar indicado en el prospecto del fármaco con el pictograma de un triángulo con un sol y una nube. Y destaca el aumento del uso de fotoprotectores en pastillas. «Son un buen complemento a las cremas, aunque no las sustituyen. Neutralizan los radicales libres que se producen con la exposición solar, son capaces de reparar el daño en el ADN y mejoran la resistencia de la piel a las quemaduras», dice.

La incidencia en España aumentó un 40 % en los últimos cuatro años

La salud de la piel fue la gran protagonista del 50 Congreso Nacional de Dermatología y Venerología, que se celebró entre los pasados días 10 y 13 de mayo en Santiago de Compostela. Además de servir de marco para la presentación de comunicaciones y la celebración de un taller de ecografía cutánea, el encuentro incluyó un simposio sobre oncología dermatológica en el que se hizo hincapié en el preocupante aumento de la incidencia del cáncer de piel en España, donde aumentó un 40 % en los últimos cuatro años. El carcinoma de piel en el territorio nacional tiene una tasa de incidencia de 47 casos por cada 100.000 habitantes, mientras que la del melanoma es de 12 casos por cada 100.000 habitantes.