

CUIDADO DE LA PIEL

Si bien el **sol es necesario** para el normal funcionamiento del cuerpo humano (participa en la formación de vitamina D, indispensable para evitar el raquitismo y la osteoporosis) el **exceso de exposición solar** puede generar problemas serios en la salud especialmente alguna enfermedad de la piel. Según las mas importantes organizaciones sanitarias, como por ejemplo la **O.M.S.** u Organización Mundial de la Salud , la incidencia de **cáncer de piel** derivada a una excesiva exposición solar se ha triplicado en los últimos 50 años. Asimismo se ha calculado que **1/3 de los todos los cáncer en el mundo es un cáncer de piel.**

Consejos para evitar la aparición de enfermedades de la piel de mayor gravedad que incluyen tumores de cáncer de piel

- Empezar la tomar sol con un **FPS (Factor de Protección Solar)** alto durante la primera semana de exposición.
- Colocar el producto con **FPS** antes de exponerse **sobre la piel bien seca**, aproximadamente unos 30 minutos previos al baño solar.
- **Usarlo en forma generosa**, cubrir todas las zonas del cuerpo sin olvidar regiones como las orejas, párpados, nariz y boca.
- Controlar que el producto se encuentre **correctamente colocado** en el cuerpo y reponerlo inmediatamente si entra en contacto con agua o se retira involuntariamente.
- Evitar la exposición solar durante los horarios comprendidos entre las 11 hs y 16 hs (dependiendo de la ubicación geográfica el horario puede variar).
- En **niños menores** se debe prestar **especial cuidado** utilizando productos específicos según las edades. La piel de los miembros es mas sensible y debe ser cuidada como tal.

ELSA GONZALEZ & ASOCIADOS

*Contribuyendo con tu salud
... Tu mejor elección!!*