

# Qué protectores solares usar en niños y adultos, para evitar daños en la piel y reducir el riesgo de cáncer

18 noviembre, 2022



**La dermatóloga Florencia Scherli brindó valiosa información a tener en cuenta.**

El clima de primavera desapareció bajo una ola de calor que creció en la zona central y norte del país. Estos días, la temperatura máxima ha superado los 30 grados causando sensaciones agobiantes en la comunidad.

Ante dicho escenario, muchos ya han optado por descansar al aire libre, pasar momentos cerca de algún río o arroyo, o buscar la sombra.

Pero ante las altas temperaturas, la dermatóloga Florencia Scherli del Hospital Tagarelli, **recomienda cuidar la piel del**

## **sol para evitar daños en la salud.**

La especialista comenzó destacando que “la fotoprotección es muy importante porque el sol daña nuestra piel, el ADN y predispone el cáncer de piel que es el cáncer más frecuente del ser humano”.

Por tal motivo, no deberíamos olvidarnos de levantarnos y ponernos un protector solar. **“Sería bueno escoger uno con un factor que tenga 30 o más. Yo recomiendo si puede ser 50 mejor.** No hay mucha diferencia entre los que van del 30 al 50 igual pero **mientras más factor tenga mejor.** Lo que sí, es importante aplicarlo media hora antes de la exposición al sol y renovarlo cada dos horas si vamos a estar al aire libre. **Lo bueno no sería comprar en las líneas de cosméticos sino buscar en farmacias”.**

Por otro lado, Florencia Scherli destacó que aunque estamos constantemente expuesto al sol, sería bueno **evitar “exponerse entre las 10 y las 16 horas.** En esos momentos hay que buscar sombra. Además, hay que protegerse de otras formas usando sombreros y lentes de sol”.

En tanto, **“los niños menores de un año no deben exponerse al sol y los mayores a seis meses ya pueden usar protector solar por si hay exposición en la calle.** El factor que se recomienda es el 50 o + 50. Además, se recomienda que usen ropa con protección UV”.

Finalmente, la profesional detalló que “es necesario hacerse un chequeo, es decir hacer un control anual con un dermatólogo o dermatóloga con el objetivo de prevenir cualquier enfermedad”.

**[Leer también: ¡Atención! Cómo cuidar la salud cuando realizamos actividades al sol](#)**