

Prevención del Daño Solar

Hoy es bien conocido que la radiación solar a pesar de sus beneficios, provoca daño a nivel de la piel (Fig.). Aún no se ha

desarrollado real conciencia que se debe iniciar «la cultura de la fotoprotección». La población pediátrica es y deberá ser el

centro para la educación y la implementación de medidas de fotoprotección.

El daño solar sobreviene en cada exposición al sol y se acumula a lo largo de toda la vida. La noción de capital solar

ilustra el riesgo acumulativo, es en la edad pediátrica donde el ser humano presenta el máximo de exposición solar, recordando

que antes de los 18 años ya se han recibido el 70% de la RUV de toda la vida.

Se debe conocer que la respuesta de la piel a la exposición solar depende del llamado fototipo, determinado por la

cantidad de melanina presente en la piel (Tabla).

RECOMENDACIONES:

Todos los niños deben recibir fotoprotección.

Merecen especial atención: Niños con fototipo cutáneo I , II y III , con patologías agravadas por la luz solar (colagenopatías,

algunas genodermatosis, enfermedades virales etc.), pacientes con patologías dispigmentarias (lesiones hipocrómicas,

determinados nevos melanocíticos etc), así como niños con antecedentes familiares de melanoma.

Se deberá evitar exponerse al sol entre las 10 y las 16 horas.

¿Cómo proteger al niño?

Tres elementos participan en la fotoprotección: la EDUCACIÓN que abarca a la familia, escuelas, centros deportivos y

recreativos, el USO DE ROPAS que protejan del sol (tejidos de trama apretada, sombreros de ala ancha, lentes adecuados) y

el uso de FOTOPROTECCIÓN MEDICAMENTOSA tópica y sistémica en casos puntuales.

Fotoprotectores Tópicos: Son productos que asocian moléculas químicas, físicas y otras que absorben, reflejan y dispersan la

RUV evitando su penetración cutánea.

- Se utilizarán en mayores de 6 meses. En cuanto a los menores de 6 meses, la Academia Americana de Pediatría

recomienda evitar la exposición solar y vestir al bebé con ropa ligera que cubra la mayor parte de la piel, no obstante

si no se dispone de ropa adecuada ni sombra, los padres pueden aplicar una cantidad mínima de protector en cara y

dorso de manos.

- El producto elegido deberá absorber las radiaciones UVB y UVA (ya que estas últimas también provocan daño).

- El factor de protección solar recomendado para niños no debe ser superior a 30 (recomendado por la FDA), factores

mayores aumentan el riesgo de efectos secundarios sin mejorar la eficacia. Factores menores de 15 no brindan

protección.

- Para que la protección sea óptima se deberá aplicar 30 minutos antes de la exposición al sol. Debe ser resistente al

agua, y se debe reaplicar cada 2-4 horas.

- Existen productos libres de filtros químicos que contienen óxido de zinc y dióxido de titanio recomendados para los niños que son sensibles al sol o presenten patologías que se agraven con el sol.

Dra. Marina Salmenton