

¿POR QUÉ CUIDAR LA PIEL DEL sol?

Son los principales responsables de las quemaduras, ampollas enrojecimiento, decoloración manchas y cáncer de piel. Aun así la exposición a la radiación UVB puede no obstante ayudar a la producción de vitamina D3, que desempeña un papel importante al igual que el calcio para garantizar la salud ósea y muscular, esto se puede sustituir con una buena alimentación alta en vitamina D3 y el uso del protector solar.

Debemos tener en cuenta que las cámaras bronceadoras también emiten radiación ultravioleta. Por esto es importante el uso del protector solar porque no solamente ocasiona el envejecimiento prematuro si no también al deterioro del ADN de las células de la piel, lo que puede acarrear defectos genéticos o mutaciones que inciden en el cáncer de piel. Estos rayos también pueden afectar los ojos, generar cataratas y cáncer de párpados. Tanto los rayos UVA y UVB son responsables del deterioro de la piel.

COMPRENDER EL CONCEPTO SPF

Significa (factor de protección solar), sabias que ningún protector solar te protege en un 100% se estima que nos protege en un 94%.

Sin embargo, es vital que cualquiera que sea el protector solar seleccionado, este sea de amplio espectro, es decir, que nos proteja tanto de los rayos UVB como los UVA.