



PROTECCIÓN SOLAR

Uno de los problemas más frecuentes en el paciente oncológico es el de las pigmentaciones cutáneas. Gran parte de los quimioterápicos son fotosensibles (es decir, capaces de provocar reacciones cutáneas con el sol), de ahí la importancia de una adecuada protección frente al mismo.

Las medidas son similares a las ya conocidas y recomendadas durante la época estival tales como:

- Evita la exposición solar en las horas centrales del día (12:00 a 16:00 horas).
- Aplicar una crema de protección solar de factor 50+ unos 20 minutos antes exponernos al sol por la mañana y por la tarde.
- Utilizar prendas de protección del cuero cabelludo como gorras o sombreros.
- El uso de cremas despigmentantes debe consultarse con un dermatólogo, si bien es conveniente evitar las que contiene hidroquinona u otras sustancias irritantes como ácido glicólico.
- Recordar que las prendas de vestir (camisetas, neoprenos, etc) son el mejor fotoprotector.