

Cáncer de piel

Daños cutáneos que provocan los rayos UV

Estar atentos al crecimiento de lunares, manchas o verrugas siempre es importante para prevenir algunas enfermedades. Pero lo más importante es no exponerse prolongadamente al sol.

Por: **Germán Kreisel**

→ La piel es uno de los órganos más sensibles del organismo, y es el que está más expuesto a sufrir por agentes externos. Uno de ellos es el sol y su radiación que puede originar serias consecuencias si se expone periódicamente a ella. En ese sentido, los rayos ultravioletas o UV son extremadamente perjudiciales para la piel.

Mónica Valenzuela, directora de la Escuela de Enfermería de la **Universidad de Las Américas**, indica que estos rayos son una pequeña porción de la radiación solar. Específicamente son los rayos ultravioletas A y B los que pueden afectar a las personas.

"Estos rayos pueden afectar las células que componen la piel. Específicamente los rayos A envejecen las células y pueden dañar su ADN; mientras que los rayos B, también pueden alterar y dañar la genética", explica la especialista.

Pero ¿Qué significa que estos rayos alteren el ADN de las células? La respuesta es que puede desarrollarse un cáncer, es decir la multiplicación de las células defectuosas de manera anómala.

Por ello, Mónica Valenzuela recomienda periódicamente realizarse un autoexamen y observar todos los lugares de la piel donde pueda existir una anomalía. "Por ejemplo, la aparición de lunares y manchas que crecen; úlceras y heridas que sangran sin tener una causa conocida; alguna mancha áspera y roja que pueda conformar una costra; el crecimiento a algo parecido a una verruga, o un lunar



que sea nuevo y que cambie de tamaño y forma", sostiene la directora de la **UDLA**. Asimismo, en el caso de los lunares, es muy importante darse cuenta si han tenido algún crecimiento, si los bordes son irregulares y si tienen colores diferentes.

Distintas pieles

Eduardo Véjar Flores, docente de la Carrera Prevención de Riesgos de Duoc UC, sostiene que el daño cutáneo causado por la exposición prolongada a la luz solar se conoce como foto envejecimiento. "Arrugas finas y gruesas,

pigmentación irregular, grandes manchas en forma de pecas llamadas lentigos, tez amarillenta y una textura áspera y coriácea de la piel son algunos de estos daños", dice el Véjar. A su vez, el académico de Duoc UC indica que "aunque las personas de piel clara son mucho más vulnerables, cualquiera experimentará estos cambios con suficiente exposición".

Como medida preventiva recomienda siempre utilizar un bloqueador que señale en su etiqueta "espectro amplio". Estos bloquean las radiaciones UVA y UVB y aplíquelo de acuerdo a lo señalado por el fabricante.

“Estos rayos pueden afectar las células que componen la piel. Específicamente los rayos A envejecen las células y pueden dañar su ADN; mientras que los rayos B, también pueden alterar y dañar la genética”. Mónica Valenzuela, directora de la Escuela de Enfermería de la **Universidad de Las Américas**