



Protectores solares

Son productos de uso externo que se utilizan para filtrar las radiaciones dañinas del sol.

Riesgos de exponerse al sol sin protección

- Cáncer
- Quemaduras
- Envejecimiento prematuro de la piel por sobreexposición a la radiación solar.
- Queratosis solares
- Diversas fotodermatosis

Le recomendamos:

- No las utilice en niños menores de 6 meses.
- Los bebés nunca deben estar expuestos al sol.
- Evite el contacto con los ojos.

Recuerde:

- No exponerse al sol entre las 10 y 16 horas.
- Aumentar el FPS (factor de protección solar) si se expone entre las 10 y 16 horas.
- Aplíquela 30 minutos antes de exponerse al sol.
- Repita la aplicación cada 2 horas, luego de nadar, si transpiró en forma excesiva o hizo ejercicios físicos.
- Si está en tratamiento con medicamentos que causan fotosensibilidad, siga las recomendaciones de su médico o farmacéutico.
- Tenga en cuenta que ocasionalmente estos productos pueden causar dermatitis o reacciones alérgicas en personas sensibles.
- Si posee antecedentes de cáncer de piel o de enfermedades dermatológicas, consulte a su médico.
- El uso de protector solar es especialmente necesario en el caso de las mujeres embarazadas, ya que la radiación puede causarles daños irreparables en la piel.

Los protectores solares se clasifican según el Factor de Protección Solar. Es importante elegir el factor adecuado para cada tipo de piel:



Fototipos de piel	Protección recomendada	FPS recomendado
Poco sensible	baja	> 2 < 6
Sensible	moderada	> 6 < 12
Muy sensible	alta	> 12 < 20
Extremadamente sensible	muy alta	> 20

- ✓ No olvide ponerse protector en las zonas sensibles como: cara, orejas, cuello, nariz, partes calvas de la cabeza, en pies y manos.
- ✓ Usar anteojos de sol.
- ✓ Use protector labial
- ✓ Usarlos también en días nublados
- ✓ En época de excesivo calor, consuma abundante cantidad de líquidos.

Recuerde que usar un protector no es excusa para sobreexponerse al sol. La pantalla total no existe.



www.cofa.org.ar





Protectores solares en niños

Precauciones especiales para su utilización

Sres. Padres:

- Use protectores solares en todos los niños mayores de 6 meses, independientemente del tipo o color de piel, ya que todos los tipos de piel necesitan protección.
- Aplique la loción 30 minutos antes de salir al sol para darle tiempo a que actúe.
- Úsela generosamente y repita la aplicación cada dos horas.

Se recomienda:

- Aplicar en toda la piel expuesta al sol, incluyendo los bordes de las orejas, los labios, la nuca, los peinines, etc.
- Utilice un protector solar resistente al agua y que no contenga alcohol.
- La utilización de un protector solar con un FSP (factor de protección solar) entre 20 y 30 proporciona una buena protección.

Los bebés nunca deben exponerse al sol ni utilizar protector solar. Deben permanecer a la sombra con ropa ligera que cubra la mayor parte de la piel.

Sres. Padres, tengan en cuenta que:

- ✓ Los protectores solares no sólo deben usarse en la playa: Los niños deben utilizarlos de manera regular cuando juegan en plazas, patios, jardines o participando en deportes.
- ✓ Deben utilizar protector solar incluso los días nublados si están al aire libre.
- ✓ La ropa mojada permite que penetre el doble de radiación solar que la ropa seca.
- ✓ Informe a sus hijos mayores o adolescentes sobre los riesgos de exponerse al sol sin protección.
- ✓ Utilice Ud. también protector solar.
- ✓ Consulte siempre con el pediatra para obtener más información.



www.cofa.org.ar



FARMACIA