

## Daniel Rodríguez, dermatólogo: "A los 20 años hay gente con la piel muy envejecida por el sol"

Con la llegada del verano, la exposición al sol es mayor produciendo un envejecimiento y un daño a la piel que genera diferentes tipos de cáncer



Daniel Rodríguez Baeza, dermatólogo del Río Hortega. Foto cedida a Tribuna.

[Lidia Alonso González](#)

Sábado, 18 mayo 2024

En verano todo el mundo está más guapo, o por lo menos se ve mejor. Este año, el buen tiempo es intermitente y se está haciendo de rogar, y es que **aún a mediados –casi finales- de mayo seguimos llevando sudaderas, jerséis y chaquetas**. Además, siempre son complementadas con el paraguas en el bolso o de la mano, y en este caso no para protegerse del sol, sino de la lluvia.

De **protección solar**, ha hablado TRIBUNA Valladolid con el **dermatólogo del Hospital Río Hortega, Daniel Rodríguez**.

Ante la creciente y generalizada hipocondría social a los diferentes tipos de cáncer de piel, el especialista ha señalado que **"lo que más daño hace a la piel son las quemaduras y la exposición crónica al sol"**. En este primer caso, se relaciona con el **melanoma**, y con la exposición crónica se produce un

fotodaño, relacionado a su vez con **cánceres muy frecuentes como son el epidermoide**.

Lo **rayos UVA** son la opción seleccionada por muchos vallisoletanos para suplir la falta de moreno en su piel. **"Producen fotodaño, aunque a corto plazo puedas verte mejor de aspecto, con el paso del tiempo te verás envejecido"**. Un envejecimiento que **aumentará "exponencialmente si lo combinas con tabaco"**.

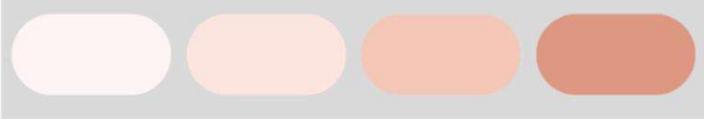
Sin embargo, no todo es malo, pues **"tradicionalmente sí que se utiliza en algunas patologías de carácter cutáneo como son la psoriasis o la dermatitis atópica"**. **"En el Río Hortega usamos la fototerapia de tipo UVB, que daña menos la piel, produciendo menos fotoenvejecimiento"**.

Pero, **¿a qué edad se empieza a notar este daño?** Depende del tipo. El **fotoenvejecimiento** se nota **"al momento, ya desde los 20 años hay gente con la piel muy envejecida por el sol"**. En el caso de los **cánceres, cada uno tiene "una edad de aparición"**, el **mieloma** puede aparecer en **edades jóvenes, "a los 20, 30 o 40 años"**. El **cáncer basocelular** es el siguiente en aparecer, a partir de los 50 y el **carcinoma epidermoide "aparece de más mayor, a partir de los 70 años aunque depende de cada caso concreto"**.

## Crema solar y autobronceadores

Respecto a las primeras, Daniel recomienda **"no volverse loco, pues depende del fototipo de tu piel"**. Hay personas de fototipo 1 o 2 que **"se queman fácilmente, por lo que sí van al sol y hay riesgo de quemarse es muy recomendable el uso de fotoprotector"**. Con la recomendación de **"ponértela cada dos horas"**, y de tener en cuenta el factor porque **"cuánto mayor sea, más te protege, aunque no bloquea la incidencia solar por completo"**.

Los segundos tipos de protectores, los **autobronceadores, son "peores, pues al final estás intensificando más el daño de tu piel"**, señala Rodríguez.



Fototipo 1	Fototipo 2	Fototipo 3	Fototipo 4
Siempre se quema y nunca se broncea.	Casi siempre se quema y a veces se broncea.	A veces se quema y generalmente se broncea.	Raro que se queme y siempre se broncea.
Ojos y pelo claros. Piel muy blanca.	Ojos azules o pardos. Pelo rubio o pelirrojo. Piel blanca.	Tipo nórdico alpino.	Ojos y pelo oscuro. Piel blanca o un poco tostada.
 Protección ultra.	<b>50</b> Protección ultra.	<b>30</b> Protección máxima.	<b>20</b> Protección moderada.