



Fundación  
Piel Sana

de la Academia Española  
de Dermatología



DONOSTIA  
SAN SEBASTIÁN

## La piel del deportista sufre más por estar sometida a agresiones externas, más horas de exposición y mayor deshidratación

- La prevención y la información sobre los riesgos y cuidados que deben tener los deportistas, sobre todo los más jóvenes, son el principal objetivo de la Jornada Divulgativa de Dermatología para Formadores Deportivos: 'La piel del deportista, riesgos y cuidados', que se celebrará el próximo 16 de junio en el Auditorio del Basque Culinary Center de San Sebastián.
- Es la primera actividad del acuerdo al que han llegado la Fundación Piel Sana de la Academia Española de Dermatología y Venereología con el Ayuntamiento de San Sebastián y el Basque Culinary Center para promover y trabajar el deporte, la salud y la alimentación.
- En la jornada se presentará la aplicación 'UV-DERMA: Fotoprotección en tu Smartphone', que tiene como finalidad que las personas que estén en un lugar reciban información de la luz que hay en ese sitio, cuál es el índice ultravioleta y, en función de su tipo de piel, cuál es la protección que deben usar y otros hábitos dermosaludables.

**Donostia-San Sebastián, 14 de junio de 2017.-** ¿Eres deportista y te has preguntado por la salud de tu piel?. Este viernes 16 de junio, se celebra en el **Auditorio del Basque Culinary Center de San Sebastián** una Jornada Divulgativa de Dermatología para formadores deportivos, bajo el título: **"La piel del deportista: riesgos y cuidados"**. Una actividad que se realiza gracias al acuerdo de un plan de trabajo conjunto al que ha llegado la **Fundación Piel Sana con el Ayuntamiento de San Sebastián y el Basque Culinary Center**.

En esta jornada, tanto dermatólogos como deportistas darán consejos prácticos que todo formador deportivo debería tener en cuenta cuando forma a niños y adolescentes y que van desde las medidas que hay que realizar antes de salir de casa, a la hidratación que deben cumplir en las diferentes estaciones del año, etc. Entre algunos de los deportistas que asistirán a esta jornada se encuentran la escaladora Josune Bereziartu, el surfista Borja Agote, la jugadora de hockey sobre hierba Ainhoa Belzunegui y los médicos Rafael Calbetó, que además es monitor de esquí, y Lourdes Navarro, dermatóloga y atleta. Además, otros especialistas en Dermatología darán charlas sobre diferentes tipos de cuidados que deben aplicar los deportistas en su piel.

El **objetivo** de la jornada, a la que cualquier persona puede inscribirse a través del correo [eventos@aedv.es](mailto:eventos@aedv.es), es **transmitir los cuidados necesarios que deben tomar los deportistas y la información adecuada que deberían tener los formadores deportivos**, que son los que están en contacto con la población más joven y en la que se debe incidir más en prevención. **Porque la piel del deportista, que realiza actividades al aire libre, sufre más agresiones que la del resto de la población**, tiene más horas de exposición a las radiaciones solares, teniendo más

Para más información:



Fundación  
Piel Sana

de la Academia Española  
de Dermatología



DONOSTIA  
SAN SEBASTIÁN

posibilidad de sufrir alteraciones a nivel dérmico y epidérmico, y está **sometida a una mayor deshidratación, ampollas, rozaduras** y otro tipo de agresiones externas,

### **Los deportistas no son conscientes de los riesgos para su piel**

A pesar de que **los deportistas** son personas que se cuidan mucho, **no son conscientes del elevado número de horas que pasan expuestos al sol ni de otros riesgos a los que su piel está expuesta**. Los estudios realizados en España, demuestran que una elevada proporción de las personas que van a esquiar no se pone cremas de fotoprotección y, cuando lo hacen, no suelen volver a aplicarse el producto un tiempo después.

La jornada se celebrará **de 10:00 a 13:00 horas** y se abordará desde la **higiene e hidratación de la piel del deportista, fotoprotección en el deporte, hábitos dermosaludables, tatuajes y piercings, decálogo de la piel**, hasta una **mesa redonda con dermatólogos, deportistas profesionales y formadores deportivos**, que compartirán sus experiencias personales.

### **Hábitos saludables**

**“Desde la Fundación Piel Sana queremos llegar a la sociedad** y para ello consideramos que lo idóneo es crear vínculos con estamentos locales para que, a través de nuestras propuestas, estos se impliquen directamente. Por eso **hemos desarrollado el Sello de Ciudad Dermosaludable**, que hasta el momento ha sido otorgado a Las Palmas de Gran Canaria en 2015 y a Sevilla en 2016. Donostia está en el camino para convertirse en la siguiente, con los acuerdos y actividades que hemos fijado”, explica Jorge Soto, director de la Fundación Piel Sana (FPS) y vicepresidente de la AEDV.

Desde la FPS, se ha trabajado conjuntamente en **detectar a nivel local ejes de interés en Donostia, como son la gastronomía y el deporte, para vincularlos a actividades de hábitos saludables para la piel**. El acuerdo entre estas instituciones ha dado lugar a la primera actividad que es la Jornada Divulgativa en Dermatología para Formadores Deportivos, que tendrá lugar este viernes.

**“Esta jornada se enmarca dentro del convenio de colaboración que hemos suscrito con la Fundación Piel Sana**. Esta jornada formativa es la primera de una serie de acciones que seguiremos realizando conjuntamente ambas entidades, ya que está en la línea de **nuestro objetivo de incrementar la práctica de actividad física de la ciudadanía y reducir las conductas sedentarias, con el objetivo de mejorar la salud**. Entre las líneas estratégicas, está el fomentar hábitos de vida saludables, informando y concienciando de los beneficios que tiene para la salud la práctica de actividad física, implicando a los agentes sociales que trabajan en la mejora de la salud”, señala el Concejal de Deportes y Juventud, Martín Ibabe.

Además, el próximo 16 de junio, **se presentará la aplicación ‘UV-DERMA: Fotoprotección en tu Smartphone’**. “La idea de realizar esta App nació de las conversaciones con el Ayuntamiento de San Sebastián y el Patronato de Deportes. Tiene como finalidad **que las personas que estén en un lugar reciban información de la luz que hay en ese sitio, cuál es el índice ultravioleta** y, en función de su piel, cuál es la protección que deben usar y otros hábitos dermosaludables”, concluye Soto.

Para más información:



Fundación  
Piel Sana

de la Academia Española  
de Dermatología



DONOSTIA  
SAN SEBASTIÁN

*La **Fundación Piel Sana** es una entidad sin ánimo de lucro y tiene por objetivos: promover la prevención, estudio y tratamiento de las enfermedades dermatológicas y venereológicas, en beneficio de los pacientes, así como la conservación y cuidado de la piel sana.*

Para más información: