

## Los dermatólogos apelan a la responsabilidad de cara a la exposición solar

- En todo el mundo, han dejado de detectarse más de 60.000 melanomas durante los meses más duros de la pandemia, una cifra que en España alcanza los 1.113 casos.
- El 13 de junio se celebra el Día Europeo de la Prevención del Cáncer de Piel.
- En el marco de la Campaña Euromelanoma, la Fundación Piel Sana de la AEDV lanza “Misión Amarte”, una iniciativa original que promueve la difusión de mensajes de autoprotección y cuidado a través de la participación ciudadana.
- La Fundación Piel Sana de la AEDV presenta su decálogo de consejos para disfrutar del sol con responsabilidad y sin riesgos durante la temporada estival.

**Madrid, 11 de junio de 2021.-** Cada año se diagnostican 5.000 casos de melanoma en España. De hecho, la mitad de los diagnósticos realizados en consulta ambulatoria dermatológica en nuestro país son de patología tumoral. Por este motivo, la Fundación Piel Sana de la AEDV, a través de la Campaña Euromelanoma, insiste en la importancia de la fotoprotección y la autoexploración para evitar su aparición y promover su curación.

La campaña Euromelanoma es un proyecto, promovido a nivel europeo desde el año 2000, en el que participan en torno a 50 países. Euromelanoma pretende promover hábitos saludables de exposición solar y favorecer el diagnóstico precoz del cáncer cutáneo.

“Sólo con prevención primaria, a través de hábitos saludables ante el sol se puede reducir la incidencia del cáncer de piel, mientras que con prevención secundaria, mediante una detección precoz, pueden reducirse las cifras de mortalidad de melanoma y de otros tipos de cáncer de piel, así como evitar casos de cáncer avanzado”, asegura el Dr. Agustín Buendía Eisman, director de campañas de la Fundación Piel Sana.

### **Incidencia y mortalidad**

Este año los datos que arroja la Coalición Global para la Defensa del Paciente con Melanoma (la alianza de organizaciones benéficas relacionadas con el melanoma) en una

La **Fundación Piel Sana AEDV** es una organización sin ánimo de lucro que nace en el año 2007 impulsada por la Academia Española de Dermatología (AEDV), que es la sociedad médica a la que pertenecen la práctica totalidad de dermatólogos de nuestro país. El sentido que tiene la existencia de la Fundación es el de realizar y apoyar acciones que promuevan mejoras en la salud de la piel de la población, ya sea mediante la generación y difusión del conocimiento sobre la prevención, el diagnóstico o el tratamiento de sus enfermedades y de la mejor conservación de su salud, o mediante la realización de acciones concretas en estos sentidos. En la actualidad, la Fundación Piel sana cuenta con más de 2.700 miembros, entre dermatólogos y otros profesionales sanitarios.

encuesta realizada a más de 700 dermatólogos de todo el mundo reflejan estragos en el ámbito dermatológico tras la llegada del SARS-CoV-2.

Concretamente, la pandemia de Covid-19 ha ocasionado un descenso diagnóstico del 21% de los casos de melanoma, lo que se traduce en 1.113 casos sin diagnosticar en nuestro país y 60.000 a nivel mundial.

Las restricciones y confinamientos a lo largo de la pandemia han incrementado la tendencia a no acudir a las revisiones profesionales de la piel, de manera que el Dr. Buendía recuerda que “es fundamental recurrir al especialista ante la mínima alarma por una anomalía en la piel”.

### “Misión Amarte”

En este contexto, y en el marco de la Campaña Euromelanoma 2021, la Fundación Piel Sana de la AEDV ha lanzado “Misión Amarte”, una iniciativa destinada a difundir un mensaje de autoprotección y cuidado.

Para ello, se propone a los ciudadanos dibujarse un corazón o utilizar el filtro de Instagram (@fundacionpielsana), hacerse una foto y compartirla en las redes sociales acompañada de una referencia sobre la importancia de la prevención de cara a la exposición solar y de las autoexploraciones para detectar a tiempo el cáncer de piel.

“Desde la fundación se ha querido poner el foco esta edición en la capacidad que tiene cada ciudadano para prevenir este tipo de tumores. Se trata de crear un movimiento para salvar vidas”, asegura el Dr. Buendía Eisman.

Aunque la campaña también se caracteriza por una semana de exploraciones de la piel de la población por parte de los dermatólogos de la Fundación Piel Sana de la AEDV, en esta ocasión se ha decidido prescindir de las exploraciones presenciales por cautela ante la situación actual.

La **Fundación Piel Sana AEDV** es una organización sin ánimo de lucro que nace en el año 2007 impulsada por la Academia Española de Dermatología (AEDV), que es la sociedad médica a la que pertenecen la práctica totalidad de dermatólogos de nuestro país. El sentido que tiene la existencia de la Fundación es el de realizar y apoyar acciones que promuevan mejoras en la salud de la piel de la población, ya sea mediante la generación y difusión del conocimiento sobre la prevención, el diagnóstico o el tratamiento de sus enfermedades y de la mejor conservación de su salud, o mediante la realización de acciones concretas en estos sentidos. En la actualidad, la Fundación Piel sana cuenta con más de 2.700 miembros, entre dermatólogos y otros profesionales sanitarios.

## La llegada del verano y las medidas adecuadas de prevención

Los meses veraniegos se acercan a la par que la caída de las restricciones y los cierres perimetrales de la mayoría de los territorios, de manera que la recuperación del ocio estival y las escapadas a la playa van a estar muy marcadas por las exposiciones solares directas propias de la época. En este contexto, la fotoprotección vuelve a ser esencial y a estar más presente que en cualquier otro periodo del año.

Cabe destacar que tanto la radiación ultravioleta UVB como la UVA inducen daño en la piel, dando lugar a un proceso fisiopatológico que juega un papel importante en el desarrollo de cáncer de piel y en el envejecimiento prematuro. Por tanto, evitar la quemadura es crucial, ya que el riesgo de melanoma en la edad adulta se duplica si en la infancia o adolescencia se sufrieron quemaduras.

Los dermatólogos de la Fundación Piel Sana de la AEDV recuerdan a la población la importancia de establecer unos hábitos adecuados frente a la radiación solar para poder aprovechar sus beneficios y minimizar sus riesgos. Para ello presenta su decálogo de consejos para disfrutar del sol con responsabilidad:

1. Utilizar ropa de trama tupida, no elásticos, preferiblemente de algodón y color oscuro.
2. Beneficiarse de otros complementos que actúen de barrera, como pueden ser las gorras, los sombreros de ala, los pañuelos o las gafas de sol.
3. Evitar la exposición durante las horas centrales del día, es decir entre las 12 y las 16 horas.
4. Hacer uso de las sombras: árboles, sombrillas, toldos, etc...
5. Evitar quedarse dormido al sol.
6. Es fundamental hidratarse por dentro (bebiendo al menos 1,5 litros de agua) y por fuera (aplicando crema hidratante tras la exposición solar).
7. Aplicar un fotoprotector solar adecuado a cada tipo de piel y zona específica del cuerpo con un SPF igual o superior a 30 media hora antes de la exposición solar con la piel limpia y seca (sin olvidarse de los labios, las orejas, y el cuero cabelludo).
8. Reaplicar el protector solar en abundancia y de manera uniforme cada dos horas o después del baño.

La **Fundación Piel Sana AEDV** es una organización sin ánimo de lucro que nace en el año 2007 impulsada por la Academia Española de Dermatología (AEDV), que es la sociedad médica a la que pertenecen la práctica totalidad de dermatólogos de nuestro país. El sentido que tiene la existencia de la Fundación es el de realizar y apoyar acciones que promuevan mejoras en la salud de la piel de la población, ya sea mediante la generación y difusión del conocimiento sobre la prevención, el diagnóstico o el tratamiento de sus enfermedades y de la mejor conservación de su salud, o mediante la realización de acciones concretas en estos sentidos. En la actualidad, la Fundación Piel sana cuenta con más de 2.700 miembros, entre dermatólogos y otros profesionales sanitarios.

9. Recurrir a nuestras nuevas herramientas para ayudarle a realizar su autoexploración mensual de la piel y aprender hábitos dermosaludables frente a los efectos dañinos del exceso de exposición solar. Las app UV Derma y eDerma son gratuitas y están disponibles para sistemas iOS y Android.
10. Acudir al dermatólogo ante cualquier cambio en la forma, el color o el tamaño de tus lunares y manchas cutáneas.

Por último, este dermatólogo indica que “no se trata de demonizar al sol, sino de tomar conciencia y beneficiarnos de la fuente de vitamina D por excelencia sin asumir riesgos innecesarios”.

- (1) Recomendaciones sobre exposición solar y fotoprotección del Grupo Español de Fotobiología de la AEDV adecuadas al periodo de desconfinamiento durante la pandemia por SARS-CoV-2. Jose Aguilera Arjona, PhD. Actas Dermosiofisiológicas.
- (2) ‘2020 Skin Cancer Report: Stemming the Global Epidemic’, Euromelanoma and the Global Coalition for Melanoma Patient Advocacy.
- (3) Incidencia y mortalidad del cáncer cutáneo en España: revisión sistemática y metaanálisis, Actas Dermo-Sifilográficas.

Para más información:

Alba Galván

Departamento de comunicación de la Fundación AEDV Piel Sana

660 43 71 84

[comunicacion@aedv.es](mailto:comunicacion@aedv.es)

La **Fundación Piel Sana AEDV** es una organización sin ánimo de lucro que nace en el año 2007 impulsada por la Academia Española de Dermatología (AEDV), que es la sociedad médica a la que pertenecen la práctica totalidad de dermatólogos de nuestro país. El sentido que tiene la existencia de la Fundación es el de realizar y apoyar acciones que promuevan mejoras en la salud de la piel de la población, ya sea mediante la generación y difusión del conocimiento sobre la prevención, el diagnóstico o el tratamiento de sus enfermedades y de la mejor conservación de su salud, o mediante la realización de acciones concretas en estos sentidos. En la actualidad, la Fundación Piel sana cuenta con más de 2.700 miembros, entre dermatólogos y otros profesionales sanitarios.