This page was exported from - Report3
Export date: Thu May 2 11:30:26 2024 / +0000 GMT

Emite secretaría de salud recomendaciones para prevenir daños en piel durante temporada de calor

Como consecuencia de la exposición prolongada a los rayos solares, la piel puede sufrir daños como quemaduras, envejecimiento, pecas, arrugas e incluso cáncer, por ello, la Secretaría de Salud del Estado de México, emite recomendaciones para prevenir estas afectaciones, las cuales pueden ser irreversibles.

La dependencia aconseja en esta temporada de calor, procurar no asolearse, caminar por la sombra, portar ropa de manga larga y color claro, sombrero, gorra o sombrilla, evitar el uso de perfume ya que tiene químicos que generan mayor sensibilidad en la piel, no realizar actividades físicas al aire libre entre las 10:00 y 16:00 horas y, en caso de hacerlo, usar bloqueador solar de alta protección, aplicarlo 30 minutos antes y cada dos o cuatro horas.

Se advierte que en zonas de mayor altitud sobre el nivel del mar se duplican los daños que causa la radiación solar e incluso en días nublados la intensidad del sol es la misma, por lo que en esos casos se deben mantener estas medidas.

También se recomienda el uso de talco en pies para evitar exceso de sudoración y la aparición de tiña, una enfermedad infecciosa causada por hongos, la cual produce escamas y costras que puede afectar todo el cuerpo, ya que es muy contagiosa.

La piel es el órgano más grande del cuerpo humano y el único que está en contacto con el medio ambiente, por lo anterior, las lesiones o quemaduras pueden afectar el funcionamiento del sistema inmunitario.

This page was exported from - Report3
Export date: Thu May 2 11:30:27 2024 / +0000 GMT

Finalmente se reitera el llamado para que se extremen precauciones en niños, neonatos y personas con enfermedades crónico degenerativas ya que son el grupo de mayor riesgo, y lo mejor es que en esta temporada se mantengan en lugares frescos y a la sombra.