

# PROTÉJASE CON PROTECTOR SOLAR Y PREVENGA EL CÁNCER DE PIEL



¡Es fácil protegerse de los rayos UV!

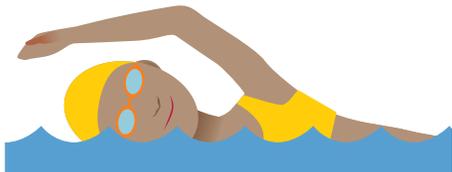
Joyce Teng, MD, PhD, Directora,  
Dermatología Pediátrica  
Stanford Children's Health  
StanfordChildrens.org

## INFORMACIÓN SOBRE EL PROTECTOR SOLAR

### EL PROTECTOR SOLAR DE AMPLIO ESPECTRO

Lo protege de dos tipos de rayos ultravioleta, los UVA y UVB. Los rayos UVA pueden envejecer su piel prematuramente mientras que los rayos UVB pueden quemar su piel. Demasiada exposición a cualquiera de estos tipos de rayos puede causarle cáncer de piel.

### ¿NADAR O SUDAR?



Use protectores de sol "resistentes al agua" y aplíquelos nuevamente cada 2-3 horas si usted está en la piscina o jugando afuera.

### AGUA O NIEVE = MÁS RAYOS UV



Superficies como el agua y la nieve incrementan la cantidad de radiación UV sobre la piel.

### RESISTENCIA AL AGUA

Los protectores solares RESISTENTES AL AGUA permanecen más tiempo en la piel, aunque se moje. No hay ningún protector solar que sea "impermeable" ya que todos acaban por quitarse con el agua.



### ¿QUÉ SIGNIFICA FPS O SPF?

El Factor de Protección Solar es un cálculo aproximado del grado en que el protector solar evitará que se ponga usted como un tomate asado. Lo mejor es 30+.



EL SOL ES  
MÁS FUERTE  
ENTRE LAS 10AM Y 4PM



### ROPA PROTECTORA

Para mayor protección, utilice camisas con mangas largas, pantalones, sombreros de ala ancha y lentes para el sol.

## CÚBRASE PORQUE EL CÁNCER NO ES UNA BROMA

### ¿QUÉ ES EL MELANOMA?

El melanoma es el tipo más peligroso de cáncer de piel. Algunos indicadores son el cambio de forma o color en un lunar existente o la aparición de un bulto en la piel de aspecto inusual.

Se prevé que habrá unos

**74,000 CASOS NUEVOS** de melanoma en el año 2015.



### MÁS CASOS CADA AÑO

En los últimos 30 años, la tasa de incidencia del melanoma ha aumentado.

### PRODUCTOS HIPOALERGÉNICOS O SIN PERFUME

Los productos HIPOALERGÉNICOS O SIN PERFUME son los mejores para los niños con piel delicada.

### REVÍSESE MENSUALMENTE

¿Hay algo nuevo o diferente en su piel?



Mire si hay algún cambio en el tamaño, forma, color o elevación de un lunar existente o si es diferente a otros lunares, si tiene picazón, se siente duro, desigual, inflamado o si duele al tocarlo.

### VISITE A UN DERMATÓLOGO

Si ve algún cambio inusual en la piel, asegúrese de visitar a su dermatólogo.



#### PROS:

¡Conveniente y rápido!

#### CONTRAS:

Difícil de ver  
Se malgasta fácilmente  
Más caro

#### PROS:

Más fácil de ver  
Más duradero  
Menos caro

#### CONTRAS:

Tarda más en secarse