

QUERATOSIS ACTÍNICA

POR M^a PAZ PELLÚS GARCÍA

¿QUÉ ES?

La queratosis actínica, también conocida como queratosis solar, es un precáncer de piel. Las personas de tez clara y cabellos claros más propensos a presentar esta patología, así como los hombres de edad avanzada con alopecia, ya que la radiación solar les incide directamente en esta área y luz utilizan generalmente menos protección solar.

Las zonas más afectadas son las que están más expuestas a la radiación del Sol, como son la cara, las orejas, la calva en los varones, el escote y las manos.

¿POR QUÉ OCURRE?

Se produce como consecuencia de la acumulación del daño solar. Se manifiesta en forma de manchas con relieve y descamación. La exposición solar crónica y continuada sin la protección solar adecuada es la causa fundamental. La radiación solar produce alteraciones en las cadenas de ADN de las células, que de forma mayoritaria nuestro organismo es capaz de reparar, pero cuando esto no sucede, pueden aparecer estas alteraciones en la piel.

¿CÓMO PODEMOS TRATAR?

Existen distintos tipos de tratamientos para acabar con estas lesiones producidas por las radiaciones ultravioleta. Por un lado, encontramos la crioterapia, la electrocoagulación o la cirugía. Estos métodos los realizará siempre un profesional médico cualificado. También se puede abordar mediante tratamiento farmacológico.

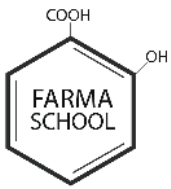
Por otra parte, existen productos sanitarios de aplicación tópica que ayudan a reparar esas zonas dañadas de la piel y a protegerla frente a los daños de la radiación solar, puesto que presentan filtros de pantalla.

¿QUÉ FACTORES LA EMPEORAN?

La exposición prolongada a la **radiación ultravioleta** sin protección solar es el principal factor que empeora esta patología, ya que seguirá produciendo modificaciones en el ADN celular que se verá reflejado en la aparición de las lesiones características de la queratosis actínica.

¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR?

- Utilizar protección solar diaria de amplio espectro, sobre todo en las zonas más expuestas (rostro, escote, manos), incluso en los días nublados.
- Evitar la exposición a la radiación solar durante las horas centrales del día (de 10 a 16h).
- Utilizar sombreros en los varones con calvicie, y/o aplicar diariamente un producto solar adecuado para evitar lesiones en la zona.
- Los complementos alimenticios especiales para proteger la piel de la radiación pueden ayudarnos a fortalecer nuestra barrera cutánea, sobre todo los meses con mayor incidencia de radiación ultravioleta.
- Acudir al dermatólogo ante la sospecha de cualquier alteración en la pigmentación de nuestra piel: aparición de nuevos lunares, manchas, o pigmentaciones irregulares.



QUERATOSIS ACTÍNICA

POR M^a PAZ PELLÚS GARCÍA

¿SE PUEDE CURAR?

Mediante las técnicas quirúrgicas anteriormente mencionadas podremos eliminar la lesión superficial que existe en las personas con queratosis actínica, sin embargo, es muy probable que en capas más profundas de la piel también existan otras lesiones que aún no se han manifestado. La prevención es crucial para la evaluación favorable de la patología.

PRODUCTO SOLICITADO	VENTA CRUZADA	EXPLICACIÓN
Crema para queratosis actínica	Stick protector solar	Llevar en el bolsillo protectores solares que puedan aplicarse directamente en las lesiones hará que siempre vayamos protegidos.
Protector solar para queratosis actínica	Nutricosmético protector solar	Aumentará la defensa natural de nuestra piel frente a la radiación ultravioleta.