



este tipo de tratamiento, con el fin de evitar posibles complicaciones. El sol emite diferentes radiaciones electromagnéticas, algunas de las cuales no llegan ni siquiera a atravesar la atmósfera, afortunadamente. Las que sí lo hacen son los rayos infrarrojos, la luz visible y los ultravioletas. Los primeros son los que provocan la sensación de calor y el enrojecimiento inmediato de la piel. Estos, junto a los rayos UVB y los UVA, forman parte de las radiaciones ultravioletas. Los UVA penetran hasta la dermis desgastando las fibras de elastina y colágeno, lo que se traduce a envejecimiento prematuro. Por su parte, los UVB estimulan la producción de la melanina, encargada del bronceado, pero además de "quemar la piel", en ocasiones alteran el ADN de las células, lo que a largo plazo puede traducirse en cáncer de piel. La clave reside en buscar un fotoprotector de amplio espectro, y reaplicarlo cada media hora, si se emplea un protector con SPF 30, o cada 50 minutos, si es con uno de SPF 50.

Minimizar los riesgos a diario es la máxima para cuidar la piel de los rayos UVA/UVB y mantener el tono

VIGILANCIA EXTRA
Según el doctor Martin N. Zaiac, director de dermatología en Mount Sinai Hospital en Miami Beach, "los daños provocados por los rayos del sol son acumulativos en la piel y pueden provocar alteraciones en el ADN de la piel traduciéndose en posibles tumores de piel, envejecimiento prematuro, manchas, etc.". Las personas con mayor riesgo son aquellas con la piel clara, las propensas a los lunares, los niños y los ancianos. Uno de los métodos más efectivos de prevención es la microscopía con epiluminiscencia, un aparato capaz de evaluar el cambio más mínimo en un lunar: "Es aconsejable someterse a una revisión una vez al año", señala el doctor Zaiac. Porque, al final, todos queremos presumir de una piel de oro, un moreno seguro y una larga vida. —ANA HUGHES-FREUND

ARRIBA: BLOQUEADOR URBANO CITY BLOCK SHEER, CON SPF 25, DE CLINIQUE.

DERECHA: SUERO REPARADOR POST EXPOSICIÓN SOLAR, DE LA GAMA SUN DEFENSE, DE NATURA BISSE.

ARRIBA: LOCIÓN FACIAL HUMECTANTE TIMEWISE, DE MARY KAY; ARRIBA, IZDA.: PROLONGADOR DE BRONCEADO, DE YONKA.

IZQUIERDA: PANTALLA PROTECTORA UV ESSENTIEL ANTI-POLLUTION DE LA GAMA PRECISION, DE CHANEL.

ARRIBA: CREMA PROTECTORA CON FPS 20, DE DERMAGLOS; IZDA.: LOCIÓN CORPORAL CON EFECTO ILMINADOR BRONZE GODDESS, DE ESTÉE LAUDER.

IZDA.: AFTER-SUN CON ACTIVOS QUE PROLOGAN EL BRONCEADO, DE SISLEY; DCHA.: LOCIÓN PARA CUERPO CON TRIPLE ACCIÓN, DE NIVEA.

ARRIBA: SUPER RESTORATIVE TINTED CREAM, DE CLARINS.

ARRIBA: FLUIDO HIDRATANTE HYDRA SPARKLING, PARA PIELS GRASAS, DE GIVENCHY.