

El doctor Tomás Tabilo, aclaró los riesgos de la exposición solar en pieles acnéicas y derribó las creencias populares sobre el cuidado en verano.

Sofía Meier Améstica
prensa@latribuna.cl



EXPONER LESIONES ACTIVAS de acné al sol empeora el cuadro clínico y genera pigmentaciones profundas difíciles de tratar.

“El sol no seca el acné”: Experto advierte sobre los peligros de la radiación en verano

¿ES EL SOL BENEFICIOSO PARA EL ACNÉ?

El especialista explicó que, si bien el sol posee un efecto inmunomodulador capaz de controlar levemente la inflamación y secar algunos granos, esta situación es netamente transitoria. “Es pan para hoy y hambre para mañana”, afirmó el médico, quien detalló que la radiación solar puede inducir intensas activaciones inflamatorias y activar el pigmento de la piel en pacientes que no responden de la misma manera.

Además, el profesional advirtió que el daño solar conlleva un riesgo directo al material genético, aumentando

las posibilidades de desarrollar cáncer de piel y provocando una pérdida progresiva de colágeno, proteína fundamental que la piel necesita en las fases de reparación cutánea.

Otro fenómeno frecuente que experimentan los pacientes es el empeoramiento de su cuadro clínico al finalizar las vacaciones, situación que comúnmente se confunde con un efecto rebote. Sobre este punto, el doctor Tabilo aclaró que el descanso, la disminución del estrés y la mayor disponibilidad de tiempo para realizar correctamente las rutinas de cuidado personal durante los días libres son los verdaderos responsables de la mejoría temporal de la piel, y de ninguna manera lo es la exposición solar.

ASPECTOS CLAVES PARA ELEGIR UN PROTECTOR SOLAR

El riesgo de exponer lesiones activas al sol también fue un tema central durante su intervención. El doctor Tabilo enfatizó que existe un altísimo riesgo de pigmen-

tación y de formación de cicatrices. Según manifestó, la actividad inflamatoria empeora con la radiación ultravioleta, la cual daña directamente las fibras de la matriz proteica de donde la piel saca su material para lograr recuperarse. A esto sumó que la activación de los melanocitos genera pigmentos intensos y profundos que luego resultan muy difíciles de tratar, por lo que determinó que la prevención y la fotoprotección se vuelven pilares claves en la recuperación.

A la hora de elegir un protector solar, el dermatólogo indicó que especificaciones como libre de aceite, no comedogénico o de toque seco son completamente válidas y que, hoy en día, las marcas reguladas ofrecen excelentes formulaciones que resuelven los deseos de los pacientes. También los que contengan ingredientes activos que ayuden con las manchas y comedones, tales como el ácido salicílico, la niacinamida o antioxidantes como las vitaminas C y E que potencian la protección. Asimismo, sugirió el uso de protectores con color, los cuales aportan mayor pro-



“Manipular las lesiones también es un pecado dermatológico. La piel no se toca”

Dr. Tomás Tabilo, dermatólogo

tección frente al espectro de luz visible de alta intensidad proveniente del sol. “Encuentra el protector que te agrade, esté dentro de tu presupuesto, y te indique tu dermatólogo. Y usa, harta, la cantidad y frecuencia están enormemente subestimadas por los pacientes”, aconsejó el médico.

Por otro lado, el especialista sugirió evitar los protectores solares corporales en el rostro, ya que al ser más aceitosos resultan pesados y podrían empeorar el equilibrio de los aceites en la piel de la cara, recomendando en su lugar texturas más fluidas o en base de gel.

El experto aclaró de igual forma que la aparición de acné o rosácea no se produce por suciedad y advirtió que la gran mayoría de los pacientes mantiene hábitos excesivos de limpieza, lo cual termina

por empeorar severamente la condición.

¿SECA EL SOL LAS ESPINILLAS?

Finalmente, al ser consultado sobre el error más común que cometen los pacientes durante el verano, el doctor Tabilo concluyó que pensar que el sol seca las espinillas no es una estrategia sana, ya que empeora la piel, aumenta el riesgo de cáncer y, si la persona está bajo tratamiento con ácidos exfoliantes, puede inducir pigmentaciones solares que muchas veces resultan intratables o de muy difícil manejo. Para cerrar, el dermatólogo entregó una regla de oro irrenunciable y definitiva en el cuidado clínico: “Manipular las lesiones también es un pecado dermatológico. La piel no se toca”.

