



PROTECCIÓN SOLAR EN NIÑOS Y TURISTAS

Protegiendo a los niños¹

Los niños requieren una protección especial

Los niños están en estado dinámico de crecimiento y son más susceptibles a las amenazas ambientales que los adultos como:

- La exposición al sol durante la infancia y la adolescencia parece sentar las bases para el desarrollo del cáncer de piel melanoma y no melanoma, en la edad adulta
- Una parte significativa de la exposición de por vida de una persona ocurre antes de los 18 años,
- Los niños tienen más tiempo para desarrollar enfermedades con largo período de latencia, más años de vida que se pierden y más sufrimiento que se padece como consecuencia de problemas de salud.

Los niños requieren una protección especial. La Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño establece que los niños, incluyendo todas las etapas de desarrollo, desde la concepción hasta la edad de 18 años, tienen el derecho al disfrute del más alto nivel posible de salud y a un medio ambiente seguro.

La protección solar en las escuelas

Los programas educativos en las escuelas para mejorar el conocimiento de los niños y modificar las actitudes y los comportamientos con respecto a la protección solar, puede reducir significativamente los efectos adversos para la salud y los costos de atención médica. Las escuelas son un lugar excelente para enseñar comportamientos saludables que pueden prevenir la sobreexposición a la radiación UV. En un entorno que está orientado hacia el aprendizaje de los niños, los escolares son especialmente susceptibles a las tendencias de la moda, mientras que los profesores pueden desempeñar un papel muy importante al influir en el conocimiento de los niños, las actitudes y el comportamiento, en relación con la protección solar.

Una campaña eficaz puede tener un enorme impacto en la salud pública: la campaña SunSmart de The Cancer Council Victoria en Australia, ha logrado avances significativos en la sensibilización sobre las cuestiones de la protección solar y el cáncer de piel, así como estimular cambios relacionados con el sol de estilo de vida frente al sol.

La OMS ha desarrollado un paquete completo de materiales para la educación de los niños sobre protección solar. Está dirigido a los Ministerios de Salud y

¹Ultraviolet radiation and the INTERSUN Programme. WHO.
http://www.who.int/uv/intersunprogramme/activities/uv_protectchildren/en/index.html



Educación, así como a las autoridades nacionales y locales y a las organizaciones no gubernamentales que trabajan en el ámbito de la promoción de la salud y los programas de protección solar.

Enlaces:

- Sun protection: an essential element of a health promoting school. OMS. 2002. <http://www.who.int/ceh/publications/cehessential/en/index.html>
- Sun protection in schools: An educational package to protect children from ultraviolet radiation. OMS. 2003. <http://www.who.int/uv/publications/sunschools/en/index.html>
- Servicio de Previsiones y de Informaciones sobre el Medio Ambiente. Cuenca Mediterránea: http://www.enviport.com/index_sp.html

Consejos para protegerse de la radiación solar^{2,3}

- Reduzca la exposición al sol durante las horas centrales del día.
- Busque la sombra y sitúese en áreas sombreadas bajo árboles, pérgolas o toldos.
- Utilice prendas de protección, como camisetas.
- Póngase un sombrero de ala ancha para proteger los ojos, la cara y el cuello.
- Protéjase los ojos con gafas de sol con diseño envolvente o con paneles laterales y cristales con filtros frente a la radiación ultravioleta.
- Utilice crema de protección solar de amplio espectro, con un factor de protección solar (FPS) superior a 15, en abundancia y cuantas veces la necesite.
- Evite las camas solares (equipos de bronceado artificial).
- Es particularmente importante proteger a los bebés y niños de corta edad, mediante el uso de protectores solares de elevado factor de protección (mayor de 30), sombreros de ala ancha y camisetas de manga larga. Sitúe a los niños siempre bajo una sombra cuando permanezcan al aire libre.

Turismo, turistas y turoperadores⁴

El turismo se considera como una de las industrias más grandes del mundo. En 2001 había 639 millones de turistas que han contribuido 463 mil millones de dólares a la economía del mundo. Muchos turistas buscan destinos soleados y cálidos como parte de su experiencia de vacaciones. Sin embargo, las quemaduras solares son una experiencia común de vacaciones que pueden causar mucho dolor e incomodidad y pueden llevar a consecuencias más serias.

² Índice UV solar mundial. OMS. 2003. <http://www.who.int/uv/publications/en/uvispa.pdf>

³ Las radiaciones ultravioleta y la salud humana. Nota descriptiva N° 305. Diciembre de 2009 OMS. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs305/es/>

⁴ Ultraviolet radiation and the INTERSUN Programme . WHO. Tourism, tourists and tour operators: <http://www.who.int/uv/intersunprogramme/activities/uvtourism/en/index.html>



Región de Murcia
Consejería de Sanidad y Consumo
Dirección General de Salud Pública

Servicio de Sanidad Ambiental
Ronda de Levante, 11 - 4º pl
30008 Murcia

T. 968 362 577
968 368 944
F. 968 366 040

sanambi@listas.carm.es

La evidencia muestra que un corto período de exposición intensa, tal como el baño de sol, se asocia con un aumento de 2 veces en el riesgo de melanoma. Lamentablemente, las tasas de cáncer de piel están en aumento en muchas partes del mundo, incluyendo los Estados Unidos y Europa. Una parte de la razón para el aumento se explica por la capacidad de pago más asequible y la accesibilidad de los viajes en avión, sobre todo a destinos cálidos y soleados.

Enlaces:

- Guide for tour operators: Minimizing risks associated with ultraviolet radiation exposure. WHO:
<http://www.who.int/uv/publications/en/touroperators.pdf>
- Sun protection message for tourists: WHO:
<http://www.who.int/uv/publications/en/tourists.pdf>