



Ciudad de México, a 14 de mayo de 2024

BRINDA SEDESA RECOMENDACIONES PARA USO DE FILTRO SOLAR

- *El filtro solar con factor de protección solar de 30 brinda una protección de entre el 90 y 95 por ciento, por lo que es el mínimo recomendable para adultos y debe aplicarse cada dos o tres horas*
- *En caso de presentar lesiones en la piel causadas por el sol, como manchas oscuras o blancas, quemaduras, paño o alergia, el Centro Dermatológico “Dr. Ladislao de la Pascua” ofrece atención especializada y gratuita*

En esta temporada de calor, la Secretaría de Salud de la Ciudad de México (SEDESA) recomienda el uso de filtro solar para prevenir y reducir el daño en la piel causado por la exposición frecuente y prolongada al sol.

Los rayos ultravioleta contribuyen al deterioro de la piel y son perjudiciales desde que amanece y hasta que anochece, en cualquier estación del año y sin importar si está nublado. Por ello, el filtro solar debe usarse de forma cotidiana mientras haya luz del día y aunque se esté bajo la sombra.

Cabe aclarar que no hay filtros solares que protejan completamente ni por tiempo prolongado. Actualmente, un filtro con factor de protección solar (FPS) de 30 brinda protección de entre el 90 y 95 por ciento, por lo que es el mínimo recomendable para adultos.

El filtro solar, protectores y pantallas solares deben aplicarse cada dos o tres horas, dependiendo de la exposición a la luz del día; debe aplicarse en todas las partes del cuerpo que estén expuestas, como orejas, brazos, hombros, piernas y pies, en caso de usar sandalias.

Asimismo, la exposición a la luz de las pantallas también potencia el daño a la piel, por lo que se recomienda el uso de protector aun dentro de casa.

De acuerdo con el doctor Fermín Jurado Santa Cruz, director del Centro Dermatológico “Dr. Ladislao de la Pascua”, el daño causado por la exposición al sol es acumulativo; se calcula que entre el 30 y el 70 por ciento de las lesiones son adquiridas antes de los 18 años de edad.

Adicional al filtro, se recomienda el uso de sombreros de ala ancha con al menos 7.5 centímetros de la punta de la nariz hacia adelante y que cubra las orejas; uso de ropa de



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE SALUD DE LA CIUDAD DE MÉXICO

COORDINACIÓN DE ENLACE Y COMUNICACIÓN



manga larga y cuello alto, en caso de salir al exterior; así como buscar la sombra, que si bien no brinda protección total, sí reduce el la afectación a la piel.

Finalmente, en caso de presentar lesiones en la piel causadas por el sol, como manchas oscuras o blancas, quemaduras, paño o alergia, el Centro Dermatológico “Dr. Ladislao de la Pascua” ofrece atención especializada y gratuita. Para obtener una cita, comunicarse vía telefónica al 800 223 37 62, con la Clave Única de Registro de Población (CURP).

—o0o—

“ESTE MATERIAL TIENE FINES EXCLUSIVAMENTE INFORMATIVOS Y HA SIDO MODIFICADO TEMPORALMENTE CON MOTIVO DEL INICIO DEL PERIODO DE CAMPAÑAS DEL PROCESO ELECTORAL 2023-2024 EN CUMPLIMIENTO A LO ORDENADO EN LOS ARTÍCULOS 41, DÁRRABO TERCERO, FRACCIÓN III, ADAPTADO C, ÚLTIMO DÁRRABO Y 124, DÁRRABO OCTAVO DE LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LOS

Av. Insurgentes Norte 423, piso 11, Nonoalco Tlatelolco
Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06900, Ciudad de México
T. 5132 1200 EXT. 1312, 1004

CIUDAD **INNOVADORA**
Y DE **DERECHOS**

GOBIERNO CON
ACENTO SOCIAL