

BOCA A BOCA Doutora Camila Meccia

Therézinha Cardoso / Divulgação

PREPARE-SE PARA O VERÃO

Entrar na estação ensolarada requer cuidados para equilibrar a pele com a saúde.

Como dermatologista, o que você define como um bom e saudável bronzeado?

Considero que saudável é saber usar o sol a nosso favor: frequentar as praias nos horários certos, usar protetor solar, roupas adequadas, hidratação constante e evitar exposição prolongada.



Doutora Camila Meccia:
prevenção é a palavra

O excesso de sol é o maior vilão para o câncer de pele

Quando nosso sol tropical nos ajuda e quando ele é pernicioso?

O sol é prejudicial para todos das 10 horas às 15 horas, quando o índice de raios ultravioletas é intenso, atingindo picos máximos no verão. Na dificuldade de adequar seus horários ao sol, hoje existem protetores específicos, roupas e chapéus com

proteção UV e até pílulas para uma proteção extra.

O excesso de sol pode levar ao câncer de pele?

É sem dúvida o maior vilão para o câncer de pele. Seus efeitos são cumulativos e os cuidados devem vir desde criança. Fatores de risco importantes são pele clara e história de queimadura solar. Feridas que não cicatrizam e pintas escuras irregulares ou novas, pois podem ser sinais de câncer de pele e devem ser avaliados pelo dermatologista o quanto antes. O câncer de pele tem cura quando diagnosticado precocemente. Prevenção é a palavra!