

[Hemero te ca](#)
[Suscríbete](#)
[Clasificados](#)

Viernes, 14 junio 2013

[Cartelera](#)
[TV](#)
[Tráfico](#)
[Identificate / Regístrate](#)

www.levante-emv.com
Levante
 EL MERCANTIL VALENCIANO

 Valencia
 26 / 19°

 Castelló
 27 / 19°

 Alicante
 30 / 21°

[C.Valenciana](#)
[Más noticias](#)
[Deportes](#)
[Economía](#)
[Opinión](#)
[Ocio](#)
[Vida y Estilo](#)
[Participación](#)
[Multimedia](#)
[Servicios](#)
[Valencia](#)
[Castelló](#)
[Comarcas](#)
[Sucesos](#)
[Agenda](#)
[Transportes](#)
[Fallas](#)
[Pueblos en Fiestas](#)
[97.7](#)
[LevanteTV](#)

ÚLTIMA HORA

[Cuatro detenidos por la muerte del vigilante del campo de naranjos de Cheste en marzo](#)

 Levante-EMV » **Comunitat Valenciana**


Tweet: 0

Recomendar: 0

Factor 20 y no más de 15 minutos el primer día

14.06.2013 | 02:13

El Consejo de Enfermería de la Comunitat Valenciana (Cecova) recomienda usar un factor de protección solar por encima de 20 y no pasar más de 15 minutos al sol el primer día de exposición para evitar un cáncer de piel. El Cecova recomienda «especial precaución» o, incluso, no tomar el sol entre las 11.00 y las 16.00 horas, cuando tienen mayor agresividad los rayos ultravioleta (UVA y UVB), «que son los que activan los cambios celulares que predisponen a la piel a padecer un cáncer». En este sentido, la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU) ha encontrado cuatro marcas de cremas solares que tienen un factor de protección real inferior al anunciado y ha detectado, además, grandes diferencias de precios en estos productos. La conclusión más importante, según la OCU, es que hay que ser generoso en la aplicación de las cremas.

En cuanto a los ojos, los Colegios de Enfermería valencianos aconsejan la utilización de gafas protectoras homologadas ya que «cada vez aparecen más lesiones oculares de repercusión a largo plazo por culpa de un descuido con la exposición a los rayos solares, como las cataratas o lesiones similares», explican. También subrayan la «importancia» de concienciar a la población de los riesgos de una exposición solar prolongada sin medidas de protección adecuadas y el papel del diagnóstico precoz del melanoma que empieza por explorarse uno mismo la piel con cierta frecuencia. **efe/europa press** valencia.