

## FACTORES DE RIESGO

- Trabajar al aire libre.

Personas con pelo rojo y piel blanca.

- Antecedentes de quemaduras de sol.

Consumir medicamentos  
foto sensibilizantes.

## TIPOS DE QUEMADURAS

### LEVES

Son quemaduras con lesiones superficiales que solo dañan la capa externa de la piel. Su aspecto la hace ver como una quemadura seca y enrojecida, pero sin la formación de ampollas.

Las quemaduras de sol de primer grado entran en la categoría de quemaduras leves, y desaparecen por sí solas de 48 a 72 horas, aunque puedes utilizar crema para quemaduras solares que ayudan a acelerar el proceso de curación.

## GRAYES



Respecto al tiempo de duración de las quemaduras solares de segundo grado, pueden pasar de dos a tres semanas para que se cure por completo.

Aunque una buena crema para quemaduras solares graves con corticoides puede ayudar a reducir este tiempo y aliviar sus síntomas.

## TRATAMIENTO

**COMPRESAS DE AGUA FRIA**  
**HIDRATAR LA PIEL**  
**TOMAR UN ANALGESICO**

**ACUDIR A UN MEDICO FAMILIAR**  
**O DERMATOLOGO**



## QUEMADURA SOLAR



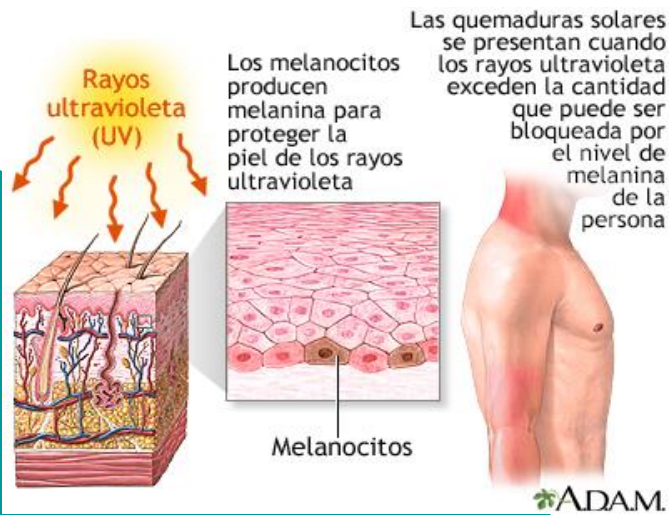
**"SEGURIDAD Y SALUD**  
**EN EL TRABAJO"**

**PEVAS 551**

# QUEMADURA SOLAR



Una quemadura solar es el enrojecimiento de la piel generado por una exposición continua a los rayos ultravioletas (UV) del sol y que produce inflamación de la piel, dolor y sensación de calentura al tacto.



# SINTOMAS

- Piel enrojecida e inflamada en caucásicos y que puede ser difícil de detectar en pieles negras o morenas.
- Piel que se siente caliente al contacto.
- Hinchazón.
- Dolor, picazón y sensibilidad en la zona afectada.
- Ampollas pequeñas que se llenan de líquido y que se pueden romper con facilidad. Una vez rotas, generan ardor y dolor.

Los síntomas por quemadura de sol suelen aparecer horas después de la exposición, por lo que es probable que al principio no sientas nada.



En caso de quemaduras de sol graves, puedes sentir

- dolor de cabeza, náuseas, fiebre y fatiga.
- Dolor en los ojos.
- Alergias solares.

# ¿POR QUÉ OCURREN LAS QUEMADURAS DE SOL?

La principal causa de una quemadura solar es la exposición excesiva a la radiación UV, que puede provenir del sol o de cámaras y lámparas solares.

Esto ocurre porque la piel se encarga de producir más melanina de lo normal, que es un pigmento natural que hace que la zona expuesta a los rayos UV se ponga más oscura como un sistema de protección. Así pues, el exceso de melanina se traduce en enrojecimiento e inflamación de la piel.

