

La difícil elecció del protector solar més adient

L'equip de Dermatologia de la Clínica Sant Josep explica la diferència entre fotoprotectors químics i minerals davant l'increment de consultes relacionades amb els seus components



Quin és el millor fotoprotector solar? | CSJ

En els últims anys, s'està posant a debat la toxicitat d'alguns protectors solars formulats amb elements químics i com les substàncies que es desprenen a l'aigua poden perjudicar la vida i la fauna marina.

[noindent]

Moltes marques reconegudes de venda de fotoprotectors solars han iniciat diverses campanyes on fomenten l'ús de **fotoprotectors minerals** com l'opció més natural i sostenible en detriment dels fotoprotectors formulats químicament. L'equip de **Dermatologia de la Clínica Sant Josep** (<https://www.clinicasantjosep.cat/serveis-medics/especialitats/dermatologia>) de Manresa ha detectat en les darreres consultes com apareixen noves preguntes que hi estan relacionades. Per exemple, com "un producte amb components minerals pot garantir una protecció solar alta?".

[h3]Els fotoprotectors: la garantia de la prevenció contra les malalties de la pell[/h3]

Per començar, s'ha de tenir en compte que la Comissió Europea defineix com a producte de protecció solar el "preparat que s'aplica sobre la pell amb la finalitat exclusiva o principal de protegir-la de la radiació UV absorbint, dispersant o reflectint els rajos del sol".

A dia d'avui, no existeix cap protector solar amb una protecció garantida al 100% i d'aquí que els

dermatòlegs apunten a la necessitat de "repetir l'aplicació de la crema tantes vegades com calgui depenent de les hores d'exposició solar".

Per escollir el fotoprotector més adequat s'ha de tenir en compte una sèrie de factors com qui l'utilitzarà, si seran persones adultes, menors o infants; el tipus de pell de cada persona, si és mixta, normal o delicada; i el fototipus de la persona, que són les característiques físiques amb les que neix cada persona i determinen la capacitat per broncejar-se i la sensibilitat a la radiació UV.

El debat se centra ara en la **formulació d'aquests fotoprotectors**. Els anomenats filtres minerals són filtres físics que actuen com si fos una pantalla, reflectint la llum del sol. La pell no els absorbeix: queden a les capes superficials de la pell protegint-la dels rajos solars.

Els components minerals que els componen, com l'òxid de zinc o el diòxid de titani, entre d'altres, fan que aquestes cremes solars siguin ecològiques en no repercutir negativament en el medi ambient. D'aquesta manera, els **fotoprotectors minerals** són els més indicats per a **pell sensible, persones amb dermatitis o per a ús infantil** ja que els rajos no poden ser absorbits per la pell.

El gran inconvenient acaba sent la seva textura espessa que deixa un aspecte brillant i blanquinós. Actualment, existeixen protectors minerals amb pigments micronitzats que deixen menys sensació blanquinosa i cremosa però, precisament aquest material, és el que absorbeix els rajos de sol.



La Dra. Vila, de l'equip de Dermatologia de la Clínica Sant Josep. Foto: CSJ

A diferència dels minerals, els **filtres químics sí que capten l'energia solar i la transformen**, convertint els rajos solars en innocus per a la pell, però, per contra, són difícilment degradables i, per aquest motiu, alguns països han prohibit la seva venda i s'hi han sumat detractors al seu ús.

Els filtres químics més populars són Mexoryl, Octyl-methoxycinnamant, Oxybenzone o tinorsob.

Aquest tipus de components, en ser absorbits per la pell, poden donar peu a reaccions de sensibilitat o irritació dels components i, és per aquest motiu que la seva aplicació no estaria indicada en infants menors de 3 anys.

[h3]Així doncs, són millors els fotoprotectors minerals que els químics?[/h3]

En realitat, tot i que al mercat podem trobar més cremes solars elaborades amb filtres químics, cada vegada més hi apareixen protectors solars formulats amb **una barreja de filtres minerals i químics**.

Existeix una idea errònia que cataloga els filtres químics com a "dolents" i els minerals com a bons. Des de la Clínica Sant Josep, l'equip de dermatòlegs reafirmen que, "tenint en compte que la pell té memòria, els menors de 3 anys que hagin d'exposar-se al sol durant unes hores haurien de fer-ho amb fotoprotectors minerals, pel fet de contenir substàncies poc al·lèrgiques" però, alhora, remarquen que cada vegada més, "els protectors solars combinen substàncies orgàniques i nanopartícules químiques per crear cremes solars efectives i fàcils d'utilitzar".

Cal recordar que els fotoprotectors químics són totalment segurs i han superat els controls de qualitat. Per tant, sempre serà millor utilitzar els protectors solars, minerals o químics, que no utilitzar-ne cap.

Vols més informació sobre els serveis de la Clínica Sant Josep?

Clica aquí (<https://www.clinicasantjosep.cat/serveis-medics/especialitats/dermatologia>)