



Una mujer en una sesión de rayos uva.

**Josep González Castro**  
 Dermatólogo

«Muchos asocian estar moreno con el verano, pero otros quieren estarlo todo el año»

«Son pacientes con una alteración en la apreciación de su piel, que necesitan más color»

«El protector solar es un gran avance, pero se utiliza para exponerse más, se abusa de él»

lorar con el fin de analizar el grado de dependencia, y ver si llega a ser patológico. «Es algo que todavía no está establecido en las consultas de los dermatólogos, pero se tiene que estandarizar y valorar», afirma el médico, para quien los problemas derivados de exponerse al sol ya no sólo suponen una cuestión estética, sino también de salud.

Según un estudio de la Academia Española de Dermatología, en los últimos veinte años la cantidad de melanomas se ha multiplicado por diez, lo que no impide que un 31% de los españoles reconozca que sigue tomando el sol en las horas de máximo peligro, sobre todo en los meses de verano.

Además, seis de cada diez españoles siguen sin conocer cuál es su fototipo y no utilizan la protección adecuada, y muchos cuando están morenos, tras quince días en la playa, dejan de ponerse cremas pensando que ya no corren peligro de quemarse.

«La gente continúa someténdose muchas horas al sol al mediodía, pensando que el protector solar lo es todo. El protector es un gran avance, pero se utiliza para exponerse más, se abusa», advierte González Castro, que apunta que tanto las cifras del carcinoma como el melanoma han crecido.

No obstante, apunta, ha mejorado la detección y el diagnóstico, los melanomas se cogen con más rapidez, y de una forma más precoz. Aunque las mujeres son más conscientes de los riesgos del sol que los hombres, y se suelen poner más crema, también se exponen más al sol.

Igualmente, explica González Castro, las mujeres tienen más conciencia y se encuentra con algún nuevo lunar van al dermatólogo, «se hacen más chequeos».

**TANOREXIA** ► Una nueva dependencia se ha sumado a las adicciones con más seguidores. La tanorexia o necesidad de un moreno permanente se asocia erróneamente con el ocio al aire libre y la salud. Los médicos advierten sobre las graves consecuencias que tiene para la piel.

## Ligar un bronce perpetuo

POR: EFE  
 FOTOGRAFÍA: AEP

**ESTAR MORENO A** perpetuidad, incluso en invierno, se ha convertido en una obsesión en aumento para muchos, son personas que sufren tanorexia, un síndrome de adicción al sol y a los rayos uva, con los que buscan un perenne bronceado, que nunca ven suficiente, advierte el investigador Josep González Castro.

Igual que un asiduo al gimnasio con vigorexia no cree que su cuerpo haya alcanzado el grado de

musculación adecuado, o aquellos con anorexia que se creen gordos a pesar de que el espejo les refleja delgados en extremo, el adicto al moreno —adictas, sobre todo— tiene una imagen totalmente distorsionada de sí, explica González Castro, jefe del Servicio de Dermatología Universitario Dexeus.

Aunque cada vez hay más conocimiento de los riesgos de tomar el sol sin protección y en las horas centrales del día (de las 12.00 a las 17.00 horas), la moda del bronceado está demasiado arraigada en la

sociedad occidental y llega a provocar estas patologías.

«Muchos siguen asociando el verano a volver muy moreno, pero otros van más allá, quieren estar bronceados siempre y eso lo acaba pagando la piel», remarca este experto.

La extensión de este síndrome ha hecho que la Clínica Dexeus de Barcelona esté poniendo en marcha un protocolo en su área de dermatología en colaboración con las áreas de psiquiatría y psicología, para tratar a personas con

este hábito compulsivo.

«Son pacientes con una alteración de la percepción en la apreciación de su piel, necesitan más color y eso les lleva a tumbarse el sol o bajo los rayos uva», afirma el dermatólogo que apunta que en España, y a pesar de la gran afición que hay a tomar el sol, no está protocolizado cómo atender esta nueva adicción.

**PROTOCOLO.** González Castro indica que una vez detectado en estos casos, el psicólogo ha de va-