



## El experto opina

### Cuando el sol pica

**T**omar el sol no es siempre motivo de bienestar. Hay personas que sufren reacciones en su dermis debido a la acción de los rayos solares. Es en estos casos cuando podemos hablar de alergia al sol. La principal manifestación de esta patología se denomina erupción polimorfa. Como su propio nombre indica puede adoptar distintas formas, pero los síntomas más comunes son el enrojecimiento de la piel y la aparición alrededor del mismo de una pequeña cantidad de granitos que se caracterizan por un gran picor. Esta quemazón es la que suele poner en

alerta a los afectados debido al malestar que provoca. Aparece en los hombros, el escote, en la espalda y muy pocas veces en la cara. Cuando va pasando el tiempo y la piel adquiere color las molestias van extinguiéndose. No surge en el momento de tomar el sol, sino pasado un tiempo, pero siempre dentro de los primeros días.

El otro síntoma es la llamada urticaria solar. En este caso las ronchas propias de la urticaria común surgen espontáneamente sólo que a la vez que se toma el sol.

Lo curioso de esta alergia es que puede darse en cualquier momento de la vida. Además, en contra de lo que pueda pen-

sar la mayoría es más frecuente en jóvenes y adultos que en niños. No es una patología adquirida ni propia de la primera edad, de hecho el tener más edad no reduce las posibilidades de sufrirla.

La prevención que se puede tomar es más bien escasa, ya que por el momento no existe ningún tipo de medicamento o vacuna que la trate. La medida más eficaz es no tomar el sol. Sin embargo, si alguien es incapaz de privarse de los rayos solares es preciso que recurra a cremas

#### **L**a alergia al sol se manifiesta más en jóvenes y adultos

solares de protección muy alta y para lograr que sus efectos sean, dentro de lo posible, menos dañinos, lo mejor es realzar la exposición paulatinamente. Lo bueno de esta actitud es que la piel se broncea poco a poco y una vez que está morena es más difícil algún tipo de reacción frente al sol. El uso de gorras, sombreros y sombrillas, así como de cualquier otro sistema de protección física, son también opciones a tener en cuenta.

Lo único positivo, si es que se puede calificar así, es que su duración es limitada. Tras padecerla durante unos años tiende a desaparecer.

**Aurora Guerra.**

**Jefa de la Sección de Dermatología  
del Hospital 12 de Octubre  
Miembro de la AEDV**