

# 180 The Concept explica por qué no es suficiente con aplicar protección solar para proteger la piel en verano

## Desde la firma 180 The Concept explican lo que se debe saber sobre el protector solar y cómo mejorar su actuación a través de la nutrición

Un contacto con el sol de forma moderada no tiene por qué hacer peligrar la salud, es más, ofrece un gran número de beneficios al organismo, desde favorecer la síntesis de Vitamina D hasta contribuir a la mineralización ósea. No obstante, una sobreexposición prolongada durante el tiempo y sin la protección adecuada, sí que puede tener graves consecuencias en la piel, ocasionando daños en las células del ADN o un temprano fotoenvejecimiento. Es aquí donde entra en juego la importancia de los fotoprotectores, pero ¿basta solo con su aplicación para mantener la piel sana y joven? Desde la firma nutricosmética 180 The Concept explican cómo sacarle el máximo partido y mejorar su función.

¿Es suficiente con el fotoprotector?

"Aunque la acción de los fotoprotectores solares sobre la piel es indiscutible gracias a la acción de los filtros minerales físicos y químicos que protegen la piel al minimizar la penetración de los rayos, absorbiéndolos y neutralizándolos, si no se aplica de manera correcta su uso es insuficiente" explica Gema Cabañero, directora de I+D+i de la firma nutricosmética 180 The Concept.

Entonces, ¿dónde se falla? "La mayoría de las personas se queman la piel por aplicar incorrectamente la crema solar. Y es que, al contrario de lo que se suele pensar, se debe aplicar media hora antes de la exposición para que la piel pueda absorberlo bien".

Sumado a ello, la cantidad de producto es otro de los factores fundamentales a la hora de que el fotoprotector realice su función de forma correcta. Tal y como explica Cabañero "para que este sea efectivo, se necesita un total de 35 gramos para todo el cuerpo, lo que se traduce en una proporción de tres o cuatro cucharadas soperas".

Asimismo, otra de las cuestiones de la crema solar que, aún hoy en día, causa bastante confusión es el SPF o Factor de Protección Solar.

"Es importante hacer hincapié en este aspecto. El SPF y el número que lo acompaña hace alusión al factor de protección adicional que el protector solar da frente a la resistencia natural de la piel al sol. Esto no es igual para todas las personas, por lo que se tiene que tener en cuenta los agentes externos ambientales y de la misma epidermis. No tiene que ver con su tiempo de acción, se debe reaplicar el fotoprotector cada dos horas como máximo" añade la experta.

¿Cómo asegurar la salud de la piel cuando comienza el verano?

El estado de salud actual en el que se encuentra el organismo juega un papel fundamental a la hora de proteger la piel. Está demostrado que un alto nivel de melanina, pigmento de color marrón que se encuentra en algunas de las células, ayuda de forma natural a que la epidermis esté más protegida frente a los rayos ultravioleta.

"Si se quiere que los fotoprotectores actúen correctamente, además de las indicaciones de uso, será beneficioso que se aumente de forma natural el nivel de melanina en el organismo. Esto ayudará a crear un escudo natural en la piel, por lo que el fotoprotector será todavía más eficaz", indica la directora de I+D+i de 180 The Concept.

Aumentar la producción de melanina en el organismo está ligado a la alimentación y forma de vida, por lo que los nutrientes y vitaminas que se incluyen en la dieta son esenciales.

Así pues, tal y como explica la experta, se puede favorecer la producción de melanina, incluyendo alimentos ricos en "carotenoides como el betacaroteno, con efectos antiinflamatorios que protegen del daño celular causado por los rayos solares. Se pueden encontrar en alimentos que presentan colores rojos o anaranjados como la zanahoria o la sandía. También vitamina E por su alto poder antioxidante que incrementará la hidratación de los tejidos y el Omega 3, ácidos grasos presentes en frutos secos naturales y semillas o también en pescados como el salmón del atlántico. Ayuda a proteger la piel desde dentro al activar la regeneración celular".

Otra forma de incrementar esta producción es con la propia exposición solar. Gema Cabañero indica que "la exposición al sol de forma regulada y controlada durante todo el año tiene grandes beneficios para la piel. Ya no solo para la síntesis de vitamina D, esencial para la salud, también porque de esta manera la piel se adapta gradualmente a la exposición solar, aumentando la producción de melanina. Si la piel se expone de forma abrupta después de un largo periodo sin ver el sol, como ocurre en verano, es más probable que se produzcan quemaduras".

La nutricosmética que ayuda a broncearse de forma segura

Incluir en la dieta la cantidad necesaria de nutrientes y activos que se precisan para poder tener un nivel de melanina óptimo o tener el tiempo necesario disponible y la temperatura adecuada para que la exposición al sol durante todo el año, en ocasiones, puede resultar muy complicado. Frente a ello, la suplementación puede ser una solución saludable y rápida que permite mejorar el estado del organismo y, en este caso, aumentar la tasa de melanina para contribuir a una mejor salud de la piel y una mayor protección frente a los rayos ultravioletas.

Para ello, la firma nutricosmética 180 The Concept cuenta con el Plan Solar de 180 The Concept, un plan de tres fórmulas nutricosméticas que integra ingredientes y activos que mejoran las defensas y aumentan la tasa de melanina en la piel para contribuir a una mejor salud de esta, protegiéndola frente a los rayos ultravioletas a la vez que promueve un bronceado más saludable y duradero. Además, ayuda a restaurar los niveles de hidratación y regenerando los tejidos.

Sumado al aumento en la producción de melanina, entre sus acciones beneficiosas sobre el

organismo, este plan también actúa reduciendo la inflamación y el daño celular que se produce después de la exposición solar.

Junto al ya mencionado betacaroteno, el Plan Solar incluye vitamina D y varias vitaminas del grupo B, todas ellas capaces de reforzar los tejidos de la piel para antes de la exposición solar, mejorando de este modo la actuación de los fotoprotectores.

Por otro lado, integra PureWay- C®, forma patentada y probada de Vitamina C que ayuda a estimular las neuronas sanas y elimina los radicales libres y Ovoderm®, una fuente directa de colágeno que mejora la calidad de la piel, ayudando a mantener su hidratación y elasticidad.

Para potenciar la regeneración de los tejidos, el Plan Solar también cuenta con aminoácidos como L-Argininae, entre otros.

Todos los productos de 180 the concept están certificados por las autoridades sanitarias europeas y con número de registro sanitario. En la fabricación se cumple con las normas de calidad y seguridad alimentaria, garantizando la trazabilidad de los productos y procesos. Cuenta con la certificación de buenas prácticas de fabricación GMP-Codex, emitido por SGS certificado ISO9001-2015, Certificado Orgánico, Certificado ECO-023 y FDA.

**Datos de contacto:**

alba gonzález  
Masstige Comunicación  
917.286.081

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Consumo](#) [Belleza](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>