# Protect Yourself Against UV Radiation Stats and Facts – Spanish



## HECHOS

1. **Cataratas** – Las investigaciones han relacionado directamente la luz UVB con el desarrollo de cataratas, que se produce cuando el cristalino del ojo se vuelve gradualmente turbio y opaco, pudiendo provocar ceguera total si no se trata.
2. **Degeneración macular** – La mácula está situada en el centro de la membrana ocular llamada retina y es responsable de la visión clara y detallada. Con el tiempo y la exposición a los rayos de luz ultravioleta, el cristalino natural del ojo filtra la gran mayoría de la luz ultravioleta dañina antes de que tenga la oportunidad de dañar la retina y la mácula.
3. **Pterigión** – También conocido como ojo de surfista, el pterigión se produce cuando la membrana protectora del exterior del ojo, denominada conjuntiva, se inflama y crece hacia el centro óptico del ojo. Suele asociarse a la exposición prolongada a la luz solar, especialmente cuando se refleja en la superficie del agua o la nieve.
4. **Queratitis** – la exposición excesiva a los rayos UV nocivos del sol y de las camas solares puede provocar quemaduras en la córnea. La córnea se utiliza para refractar la luz dentro del ojo y dirige la luz a la retina.
5. **Cánceres cutáneos de párpado** – al igual que el resto del cuerpo, los párpados son vulnerables a los duros efectos de la radiación UV y no sólo pueden sufrir quemaduras por sobreexposición, sino que también pueden desarrollar diversos grados de cáncer de piel, como carcinoma basocelular, carcinoma escamoso y melanoma.

## ESTADÍSTICAS

- Los estadounidenses anteponen la comodidad (65 %) y la asequibilidad (54 %) a la protección UV (44 %) a la hora de comprar gafas de sol.
- Es más probable que los padres lleven gafas de sol siempre o a menudo (56 %) que sus hijos (29 %).
- Muchos adultos que rara vez o nunca llevan gafas de sol (25 %) afirman que omiten la protección UV de los ojos porque no tienen gafas de sol graduadas (41 %).
- Los Millennials son los menos propensos a proteger su visión: el 55 % de

los veinteañeros rara vez lleva gafas de sol.

- Los estadounidenses sólo utilizan gafas de sol cuando están dos o más horas al aire libre (39 %).
- El 14 % utiliza gafas de sol para ver acontecimientos deportivos al aire libre y el 44 % para ir a la playa.
- 1 de cada 5 estadounidenses desarrollará cáncer de piel antes de los 70 años.
- Más de 2 personas mueren de cáncer de piel en EE.UU. cada hora.
- Tener 5 o más quemaduras solares duplica el riesgo de melanoma.
- Cuando se detecta a tiempo, la tasa de supervivencia a 5 años del melanoma es del 99 %.