



# ACTAS Derma-Sifiliográficas

Full English text available at  
[www.actasdermo.org](http://www.actasdermo.org)



## FORO DE RESIDENTES

### FR- Exposición solar insuficiente y mortalidad global: ¿debemos recomendar o desaconsejar la exposición solar a nuestros pacientes?



### RF- Insufficient Exposure to Sunlight and Global Mortality: Should We Advise Against or Recommend Sun Exposure?

M.T. Monserrat-García\*, A. Ortiz-Prieto, P. Martín-Carrasco y J. Conejo-Mir-Sánchez

Unidad de Gestión Clínica de Dermatología, Hospital Universitario Virgen del Rocío, Sevilla, España

#### PALABRAS CLAVE

Exposición solar;  
Ultravioleta;  
Vitamina D;  
Mortalidad global;  
Riesgo cardiovascular

#### KEYWORDS

Sunlight exposure;  
Ultraviolet;  
Vitamin D;  
All-cause mortality;  
Cardiovascular risk

La radiación UV es el principal factor de riesgo modificable en el desarrollo del cáncer cutáneo, tanto melanoma,

relacionado en mayor grado con la exposición intensa intermitente y las quemaduras solares, como con el cáncer cutáneo no melanoma (NMSC), que sigue un patrón dosis dependiente. No obstante, existe controversia acerca de si la restricción de la exposición solar estaría justificada en pacientes con cáncer cutáneo, ya que existe una evidencia científica cada vez mayor acerca del riesgo que una exposición insuficiente a la radiación UV tiene sobre la salud global e incluso sobre la esperanza de vida<sup>1</sup>.

En un estudio publicado recientemente en una cohorte sueca de más de 20.000 mujeres que fueron asignadas a 3 grupos dependiendo del grado de exposición solar<sup>2</sup>, encontraron que aquellas que la evitaban presentaban el doble de mortalidad que aquellas con un mayor grado de exposición, a expensas de la mortalidad de origen cardiovascular (cv) y otras causas diferentes del cáncer, considerándolo un factor de riesgo de igual magnitud que el tabaquismo en cuanto a expectativa de vida. Se controlaron posibles factores confusores como la edad, tabaquismo, ejercicio, nivel educativo, económico y estado civil. La mortalidad por cáncer aumentaba a mayor exposición solar, pudiendo explicarse por la mayor longevidad en este grupo de individuos. El estudio presenta limitaciones que nos impiden extrapolar los resultados a la población general, siendo para ello necesarios futuros estudios que incluyan ambos sexos y un área geográfica más extensa.

\* Autor para correspondencia.  
Correo electrónico: [marite.monserrat@hotmail.com](mailto:marite.monserrat@hotmail.com)  
(M.T. Monserrat-García).

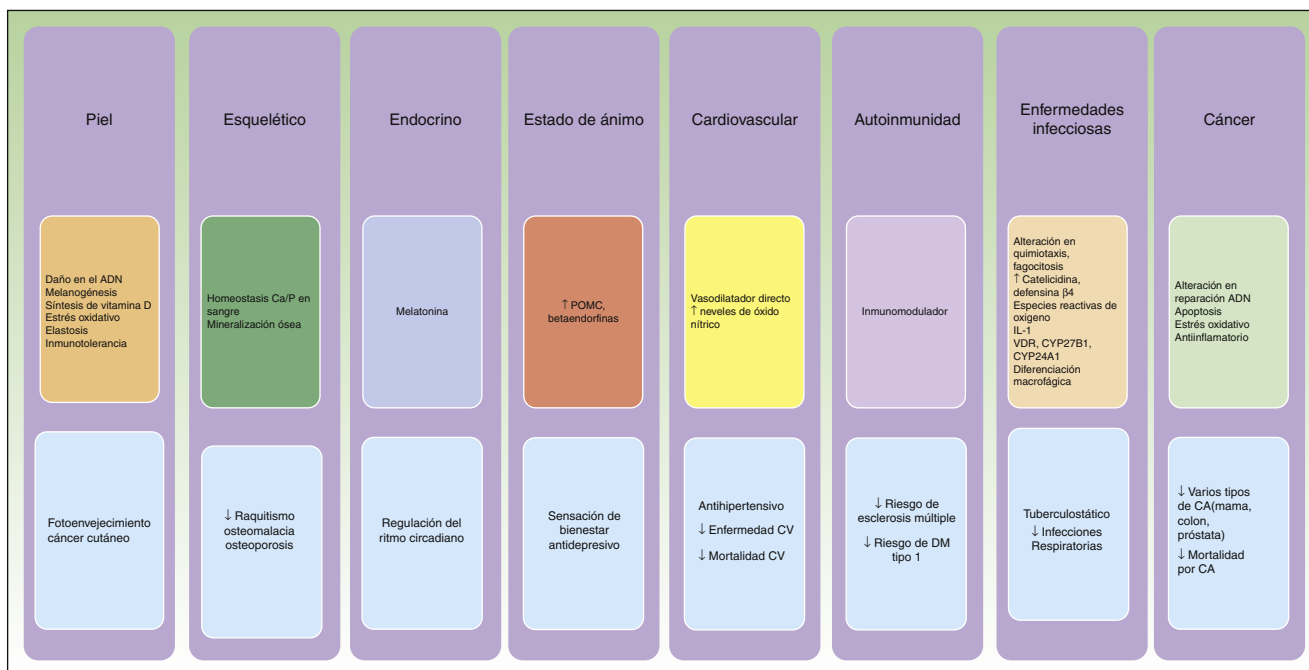


Figura 1 Efectos de la radiación UV a nivel sistémico.

La radiación UV interviene en la síntesis de vitamina D, existiendo múltiples estudios que relacionan su deficiencia con numerosas enfermedades crónicas, principalmente CV, autoinmunes, esqueléticas, además de la diabetes y del cáncer colorrectal. Estos estudios sugieren que mantener niveles > 30 ng/ml podría reducir hasta en la mitad la mortalidad global<sup>3</sup>.

Existen otros mecanismos de actuación de la radiación UV independientes de la vitamina D, destacando su efecto antihipertensivo mediante vasodilatación directa sobre las arteriolas y el aumento de óxido nítrico<sup>4</sup>, así como su papel antidepresivo y ansiolítico.

Aunque es labor del dermatólogo el tratamiento y prevención del cáncer cutáneo, debemos hacerlo desde una visión integral del paciente, valorando el beneficio de la exposición solar en cuanto a expectativa de vida y sobre enfermedades con elevada mortalidad como la HTA, la DM, la ECV y la fractura osteoporótica de cadera, aún a expensas del aumento del cáncer cutáneo (fig. 1), el cual, a pesar de su prevalencia, tiene un impacto en la mortalidad mucho menor<sup>5</sup>.

Desde el punto de vista de salud pública, sería conveniente educar a la población sobre el efecto perjudicial de una exposición solar tanto excesiva como insuficiente. En

nuestra práctica habitual, debemos recomendar a la mayoría de nuestros pacientes la exposición solar adecuada como parte de un estilo de vida saludable, junto a una dieta variada, y valorar suplementación en caso de deficiencia de vitamina D. La restricción de la exposición solar debería reducirse a enfermedades con alta tasa de cáncer cutáneo como inmunodeprimidos, trasplantados o con defectos en la reparación del ADN como el xeroderma pigmentoso.

## Bibliografía

- Holick MF. Biological effects of sunlight, ultraviolet radiation, visible light, infrared radiation and vitamin D for health. *Anti-cancer Res.* 2016;36:1345–56.
- Lindqvist PG, Epstein E, Nielsen K, Landin-Olsson M, Ingvar C, Olsson H. Avoidance of sun exposure as a risk factor for major causes of death: A competing risk analysis of the melanoma in Southern Sweden cohort. *J Intern Med.* 2016;280:375–87.
- Gröber U, Reichrath J, Holick MF. Live longer with vitamin D? *Nutrients.* 2015;7:1871–80.
- Weller R. Sunlight has cardiovascular benefits independently of vitamin D. *Blood Purif.* 2016;41:130–4.
- Wright F, Weller RB. Risks and benefits of UV radiation in older people: More of a friend than a foe. *Maturitas.* 2015;81:425–31.