

## Tisková zpráva

### Španělští dermatologové přehodnocují svůj názor na opalování

Brusel 23. října 2009 (ESA) – V souvislosti s množícími se zprávami o nedostatku vitamínu D dermatologové přehodnocují svůj názor na opalování. „Dermatologové si uvědomují, že v zemích, kde jsou velmi přísné předpisy pro používání solárií, mohly být jejich rady veřejnosti co nejméně se vystavovat UV záření přehnané, a že by to mohlo vést k vysokému riziku nedostatku vitamínu D“ uvádí Christina Lorenz, předsedkyně Evropské Asociace Slunečního Záření. K tomuto závěru došli vědci na nedávné tiskové konferenci pořádané při příležitosti XXI. Národního sjezdu Dermatologů: Nejdůležitější je mírné vystavování se UV záření.

Julián Conejo-Mir, prezident Španělské akademie dermatologie, během tiskové konference uvedl, že po zjištění znepokojujícího nedostatku vitamínu D u široké veřejnosti, dermatologové procházejí obdobím „přehodnocení“ názoru na vystavení UV záření, které nadále popisuje jako „velice pozitivní“. Nejvyšší představitel Akademie dermatologie upozorňoval na přednosti vitamínu D a dospěl k tvrzení, že „jediný dobrý efekt, kterého dosáhnou klimatické změny bude, že nám bude umožněno získat více vitamínu D ze slunce.“ Vysvětloval, že vitamín D hraje důležitou roli pro náš imunitní systém a působí proti rakovině tlustého střeva, prostaty a prsu.

Esteban Parra, profesor antropologie na univerzitě v Torontu a specialista na lidskou pigmentaci dodal, že má také prospěšné účinky v léčbě autoimunitních onemocnění a roztroušené sklerózy. K zajištění dostatečného množství vitamínu D v našem těle pouze dodržovat správnou dietu nestačí, tvrdí profesor Parra: musíme se také opalovat a v zemích, kde to není možné, užívat doplňky. Varoval nicméně, že by tyto dva faktory neměly být zneužívány a překračovány, neboť se mohou stát toxickými.

Ve zkratce, podle závěru dermatologů je nejdůležitější opalovat se rozumně, najít přijatelnou rovnováhu pro přijetí dostatečného množství vitamínu D a neopalovat se do takové míry, aby se kůže spálila. „Najít tuto přijatelnou rovnováhu není jednoduché“ uznávají oba. Conejo-Mir nicméně konstatoval, že dermatologové „by možná neměli vydávat tak radikální zprávy, když doporučují ochranu proti slunci, neboť vitamín D je rovněž pozitivním prvkem v boji proti melanomu.

XXI. Národní dermatologický sjezd probíhal mezi 1. – 3. říjnem 2009 ve španělském Logroño.

*Evropská Asociace Slunečního Záření (ESA) reprezentuje 28 národních asociací a společností z 15 členských států Evropské Unie, Norska, Švýcarska, Ruska a USA. Sídlí v Belgii a propaguje mj. zodpovědné zprávy o mírném opalování a prevenci spálení pokožky.*