

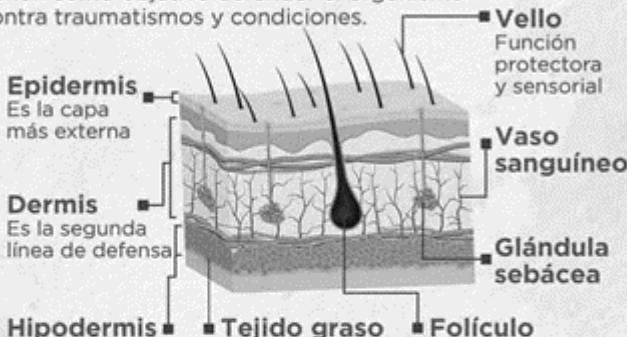
Skin Protection Infographic – Spanish

LA IMPORTANCIA DE CUIDAR LA PIEL

Por su gran extensión, la piel actúa como **elemento protector** de diferentes componentes negativos para la salud y, además, es el órgano que alerta sobre **enfermedades sistémicas**.

COMPOSICIÓN

Está compuesta de varias capas, las cuales tienen como objetivo defender el organismo contra traumatismos y condiciones.



Epidermis
Es la capa más externa

Dermis
Es la segunda línea de defensa

Hipodermis

Vello
Función protectora y sensorial

Vaso sanguíneo

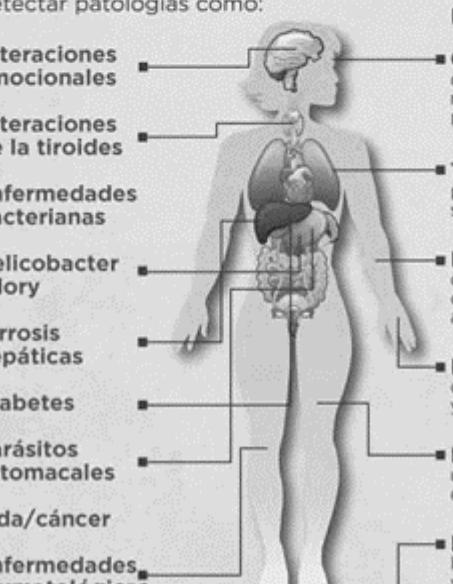
Glándula sebácea

Tejido graso

Folículo

ENFERMEDADES

A través de la piel se pueden detectar patologías como:



- Alteraciones emocionales
- Alteraciones de la tiroides
- Enfermedades bacterianas
- Helicobacter pilory
- Cirrosis hepáticas
- Diabetes
- Parásitos estomacales
- Sida/cáncer
- Enfermedades reumatológicas

Algunas alteraciones propias de la piel:

- Cara y cabeza:** dermatitis seborreica, rosácea, acné, alopecias, psoriasis y neurodermatitis.
- Tórax:** pitiriasis, dermatitis seborreica y de contacto.
- Brazos:** queratosis pilar, dermatitis de contacto y atópicas y psoriasis.
- Manos:** dishidrosis y verrugas.
- Piernas:** úlceras, neurodermatitis, entre otras.
- Pies:** hongos, callos y verrugas.

FUNCIÓNES

- Regular el balance de los líquidos y electrolitos
- Modular cambios de temperatura corporal
- Proteger estructuras y órganos internos
- Los vellos protegen del sol, virus y bacterias

SEÑALES DE ALARMA

- Cambios en el color y textura de la piel
- Urticaria
- Fotosensibilidad, es decir, mayor susceptibilidad a la exposición al sol
- Úlceras
- Engrosamiento de la piel
- Pelo y uñas frágiles u opacas
- Exceso de sudoración
- Placas o nódulos
- Cambios en los lunares

Fuente: The New York Times, Manual MSD y Mayo Clinic

Fuente: <https://medicinaysaludpublica.com>