



13 de Junio 2014, Día Europeo de la Prevención del Cáncer de Piel

Cres Island Medical Center te ofrece 15 consejos útiles para el cuidado de la piel

10 de junio de 2014

El día 13 de junio de 2014 se celebra el día Europeo de la Prevención del Cáncer de Piel. Su objetivo es concienciar a la población sobre la importancia de adoptar buenos hábitos relativos a la exposición solar. Según la Academia Española de Dermatología, los casos de cáncer de piel se triplican cada década y se estima que una de cada 6 personas habrá padecido un cáncer cutáneo a lo largo de su vida.

¿Cuáles son las estadísticas principales del cáncer de piel tipo melanoma?

Las tasas de melanoma han estado aumentando en los últimos treinta años.

La frecuencia del melanoma es 20 veces mayor en pieles blancas que en las personas de raza negra. En general, el riesgo de padecer melanoma en el transcurso de la vida es de aproximadamente 2%, una persona de cada cincuenta. Para los blancos, 0.1% (1 en 1,000) para los negros y 0.5% (1 en 200) para los blancos. El riesgo para cada persona depende de diferentes factores.

El riesgo de melanoma aumenta con la edad, la edad de riesgo es de 61 años, pero no por eso no es cáncer de riesgo en personas jóvenes. Sobre todo es muy común en mujeres en temprana edad.

Desde **Cres Island Medical Center**, Clínicas de recuperación del estado saludable de las personas te da 15 consejos útiles y fáciles para el cuidado de la piel a largo de una vida:

- Beba mucha agua, aunque no tenga sed. Es aconsejable en general 1 – 2 litros.
- Déjese aconsejar por su especialista sobre los dermocosméticos adecuados a su piel. No los más caros son los mejores. Es importante estudiar, valorar, explorar diagnosticar para obtener de las cremas, el mejor resultado.
- Cuidar la piel desde la juventud.
- Es mejor realizar tratamientos preventivos y constantes, que reparar.
- Masajes del rostro y del cuerpo.
- Dieta saludable: Aporta los nutrientes específicos para el cuidado de la piel. Dieta equilibrada.
- Evitar el alcohol y el tabaco.
- Realizar actividad física.
- No exponerse al sol sin protección, ni en cabinas bronceadoras o en solárium.
- No abusar del azúcar. Foto protección adecuada en cada momento y piel.
- No realizar gestos repetitivos.
- Evitar las preocupaciones y el estrés, como también, no mantener una actitud negativa hacia la vida.
- Reír.
- Gimnasia facial y corporal.
- Autoexploración y visita periódica a un especialista.



Sobre Cres Island Medical Center (www.cres.com.es)

CRES ISLAND MEDICAL CENTER, Centros de Recuperación del Estado Saludable, es una red de Clínicas Médico-estéticas que nacen con enfoque para responder a la necesidad de la sociedad actual en términos de tecnología, precios y solución asistencial.

En continua expansión nacional, las **Clínicas CRES**, están especializadas en incrementar la calidad, salud, belleza y bienestar de sus clientes. Los Centros de Recuperación del Estado Saludable, ofrecen los últimos avances en materia de Medicina Estética y Nutricional, enfocados, siempre, a unificar los conceptos de salud y belleza, utilizando diferentes productos y servicios, en sinergia, con las tecnologías más revolucionarias.

CRES ISLAND MEDICAL CENTER, cuenta con un novedoso servicio especializado de Salud Clínica de Nutrigenómica que proporciona a nuestros clientes una mejora de imagen personal y del estado saludable a través de la recuperación regenerativa del organismo.

El equipo de profesionales, Médicos y Técnicos, altamente cualificados, atienden de manera personalizada para garantizar los mejores resultados en cada tratamiento velando por la transparencia y confidencialidad, respetando en todo momento la intimidad de sus clientes.

La profesionalidad, exquisita atención, cuidado y seguimiento con cada uno de sus clientes le distinguen del resto de los centros existentes.

Actualmente consta de cinco centros en Madrid, Getafe, Palma de Mallorca, Zaragoza y Valencia.

CRES ISLAND MEDICAL CENTER es un sólido proyecto avalado y dirigido por un prestigioso grupo empresarial, experto en la consultoría médico sanitaria, la investigación y gestión de proyectos en el sector de la salud y bienestar.

Para más información de **CRES ISLAND MEDICAL CENTER**, www.cres.com.es

Clínicas Cres Island Medical Center:

Madrid C/ Modesto Lafuente, 5. Entreplanta 2. 91 445 00 04	Getafe (Madrid) C/ Hospital de San José, 61 91 601 96 42
Valencia C/ Cirilo Amoros, 22 963 516 199	Zaragoza Clinica Boston Paseo de la Constitución 8 976 906 919
Palma de Mallorca Palmaplanas Complejo Palmaplanas - Camí dels Reis, 308 Torre A 3ª planta 971 253 538	

Para más información sobre esta nota de prensa:

EPComunicación

Esther Palma

epcomunicacion@estherpalma.com

Web: www.estherpalma.com

Móvil: 670 05 92 00