



Cuando llega el buen tiempo y los días se estiran como chicles al sol, las familias salen a la calle con ganas de disfrutar. Los peques corren, sudan y descubren charcos imposibles, pero en medio de ese trote hay un gesto vital: aplicarles una buena [crema solar para niños](#). La piel infantil no funciona como la de los adultos, ya que es más fina, tiene menos melanina y se quema con una facilidad asombrosa. Elegir bien el protector en sitios de confianza como Primor no es una exageración de padres aprensivos, es, simplemente, la forma más sensata de proteger a nuestros hijos mientras crecen, asegurándonos de que el sol sea solo un compañero de juegos y no un riesgo para su futuro.

Factor de protección alto

Lo primero que debemos buscar en el envase es un factor de protección alto, idealmente **SPF 50 o 50+**. Este número es capaz de bloquear más del 98% de la radiación UVB, la responsable de las quemaduras que vemos y duelen. Pero el sol no se conforma con quemar la superficie, también atraviesa la piel con su radiación

ultravioleta A, mucho más silenciosa, mucho más constante a lo largo del día y mucho más implicada en el envejecimiento celular y en el daño genético acumulado. Por eso la etiqueta debe indicar protección de amplio espectro, con el sello UVA dentro de un círculo, que en Europa garantiza un mínimo regulado.

Filtros minerales vs. químicos: ¿cuál elegir?

Para los más pequeños conviene optar por filtros minerales como el óxido de zinc o el dióxido de titanio, que actúan a modo de pequeño escudo reflectante sobre la piel y resultan menos irritantes que los filtros químicos, especialmente en bebés, en pieles atópicas o en niños con tendencia a la dermatitis. Una buena crema infantil debe ser además resistente al agua, fácil de extender sin dejar la cara como una máscara de teatro kabuki, y libre de perfumes intensos, parabenos cuestionables y alcoholes que resequen la piel.

La importancia de la textura

La textura importa mucho más de lo que parece, porque una crema que se aplica con pelea es una crema que acaba mal aplicada. Hay que extenderla en cantidad generosa unos veinte minutos antes de la exposición, repetir cada dos horas, y volver a hacerlo después de cada baño aunque el envase prometa lo contrario. Conviene también acordarse de las orejas, los empeines, la nuca y esa franja traicionera entre la camiseta y el pantalón corto, donde los niños suelen volver con la marca rosada de la negligencia.

Protección total

Y nunca está de más recordar que la crema solar funciona mejor acompañada de gorra, camiseta, sombra a las horas centrales y mucha agua. Proteger la piel de un niño es, al final, un acto pequeño y cotidiano que dura lo que tarda uno en untar las manos, y que tiene la virtud silenciosa de cuidar a la vez al niño que corre por la playa y al adulto que ese niño será dentro de cuarenta veranos.