

# Evite que el vitiligo se extienda

El vitiligo no tiene cura, pero sí tratamiento; y usted puede evitar que se extienda. Siga estos consejos para mantener su tono de piel tan parejo como sea posible.



Evitar el sol o usar protector solar puede ayudar a evitar las quemaduras de la piel o el bronceado, que pueden extender las manchas de vitiligo o hacerlas más visibles.



Tenga cuidado y evite situaciones en las que pueda cortarse o rasparse. Es posible que aparezcan nuevas manchas de vitiligo donde se lastima la piel.



Tenga en cuenta que tatuarse puede dañar la piel al igual que un corte o raspón.

?

## Preguntas para hacerle a su médico

- ¿Por qué las heridas en la piel hacen que el vitiligo se extienda?
- ¿Qué tratamientos para el vitiligo me recomendaría?
- ¿De qué otra forma puedo evitar que se extienda el vitiligo?



Fortalezca su sistema inmunitario comiendo alimentos saludables, haciendo ejercicio y controlando el estrés. Esto ayuda a controlar el vitiligo, que surge por un problema con el sistema inmunitario.