

PROMOÇÃO DA CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE FOTOPROTEÇÃO: ENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO COM PARTICIPAÇÃO DE ESTUDANTES E COMUNIDADE EM GERAL

Josinete Salvador Alves

Flávia Vendramini Durlo Ortolan

Maria Izabel Marim Pita

Júlio César Borella

INTRODUÇÃO

Envelhecimento

a. Intrínseco - Cronológico

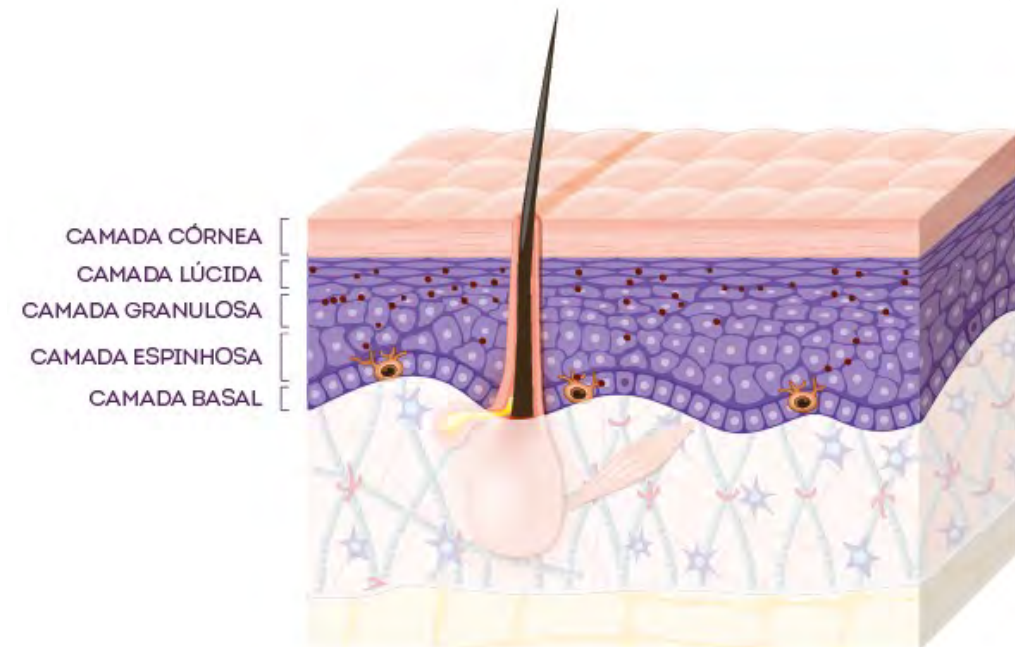
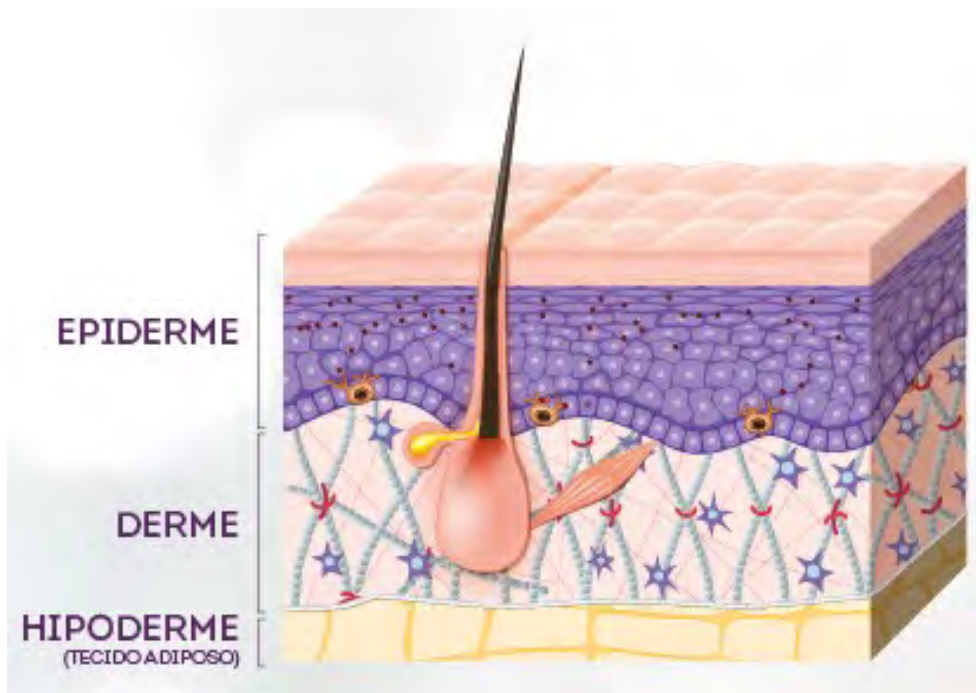
b. Extrínseco - Fatores externos

- ✓ Radiação solar
- ✓ Estilo de vida
- ✓ Toxinas: Tabaco, álcool, poluição ...



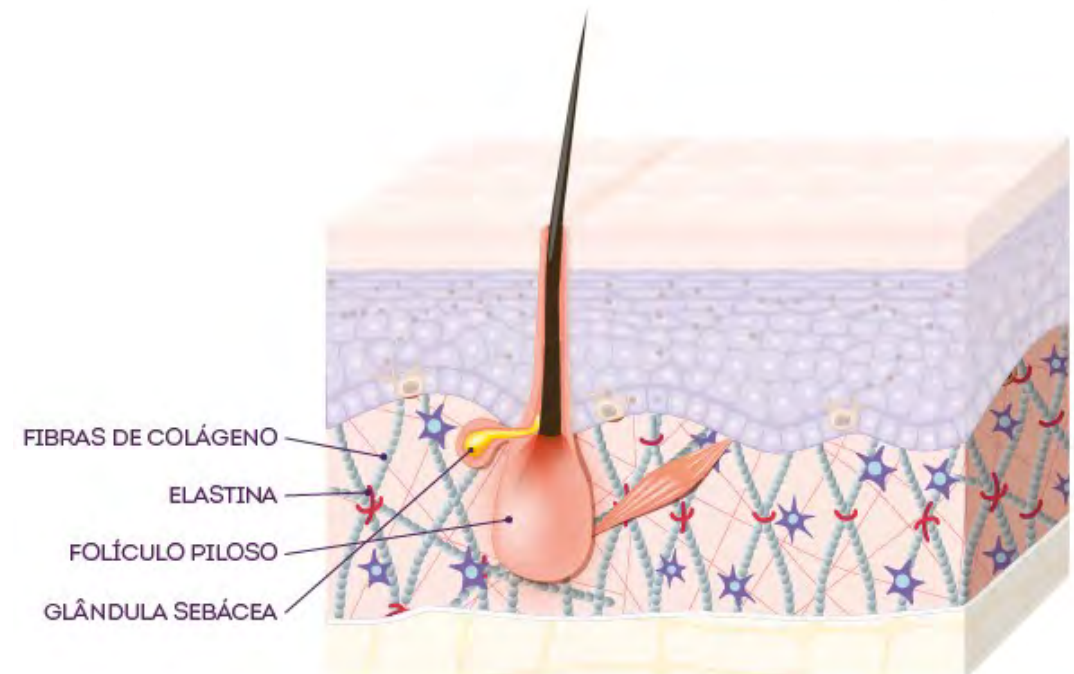
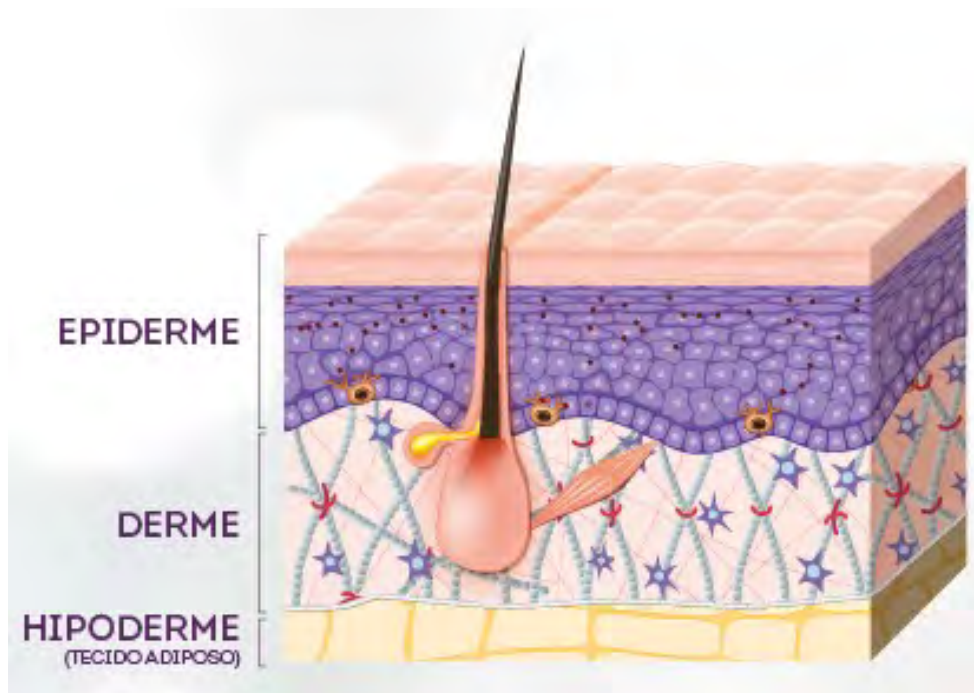
Fonte: <https://extra.globo.com/noticias/saude-e-ciencia/caminhoneiro-se-expoe-ao-sol-por-28-anos-fica-com-uma-metade-do-rosto-muito-mais-envelhecida-que-outra-5103862.html>

INTRODUÇÃO



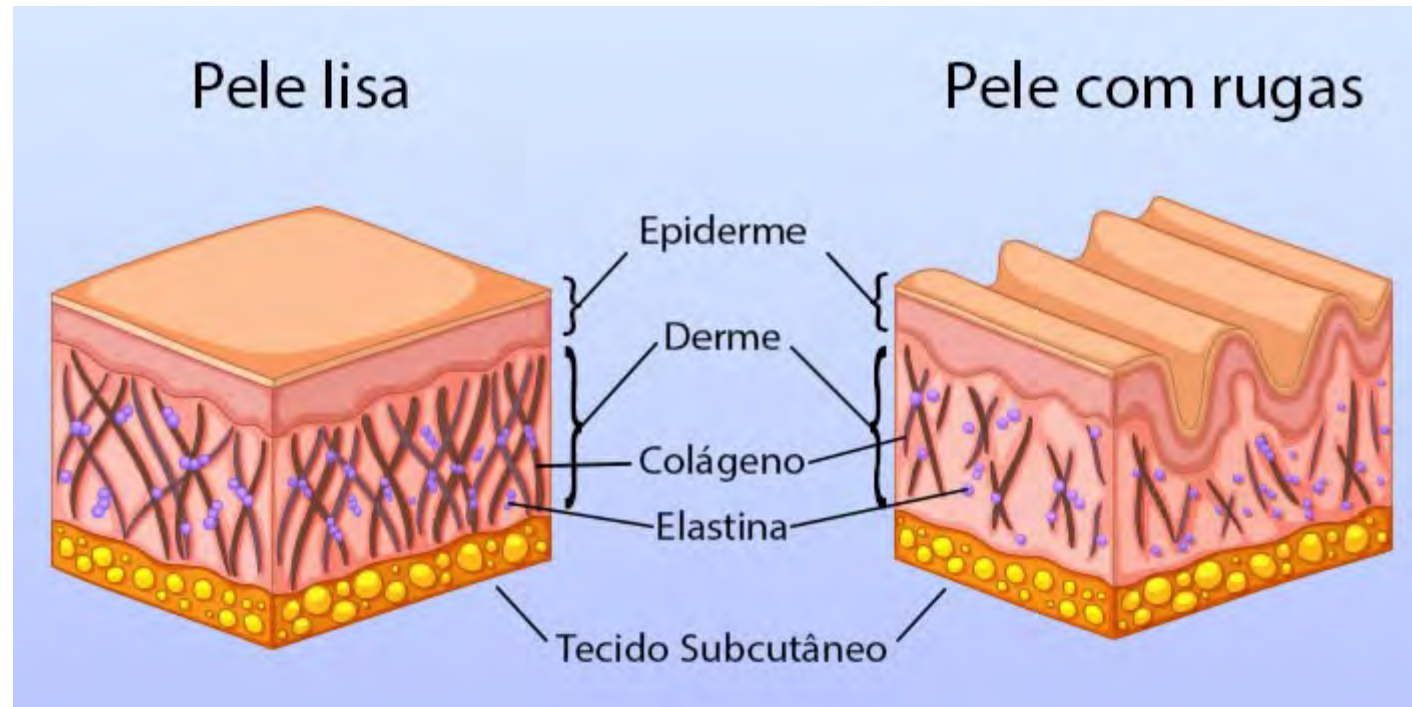
Fonte: <https://blog.extratosdaterra.com.br/estrutura-e-funcao-da-pele-explicacao-tecnica/>

INTRODUÇÃO



Fonte: <https://blog.extratostaterra.com.br/estrutura-e-funcao-da-pele-explicacao-tecnica/>

INTRODUÇÃO



Fonte: <https://www.oficinadeervas.com.br/conteudo/hoje-vamos-falar-do-maior-orgao-do-corpo-humano-sabe-qual-e>

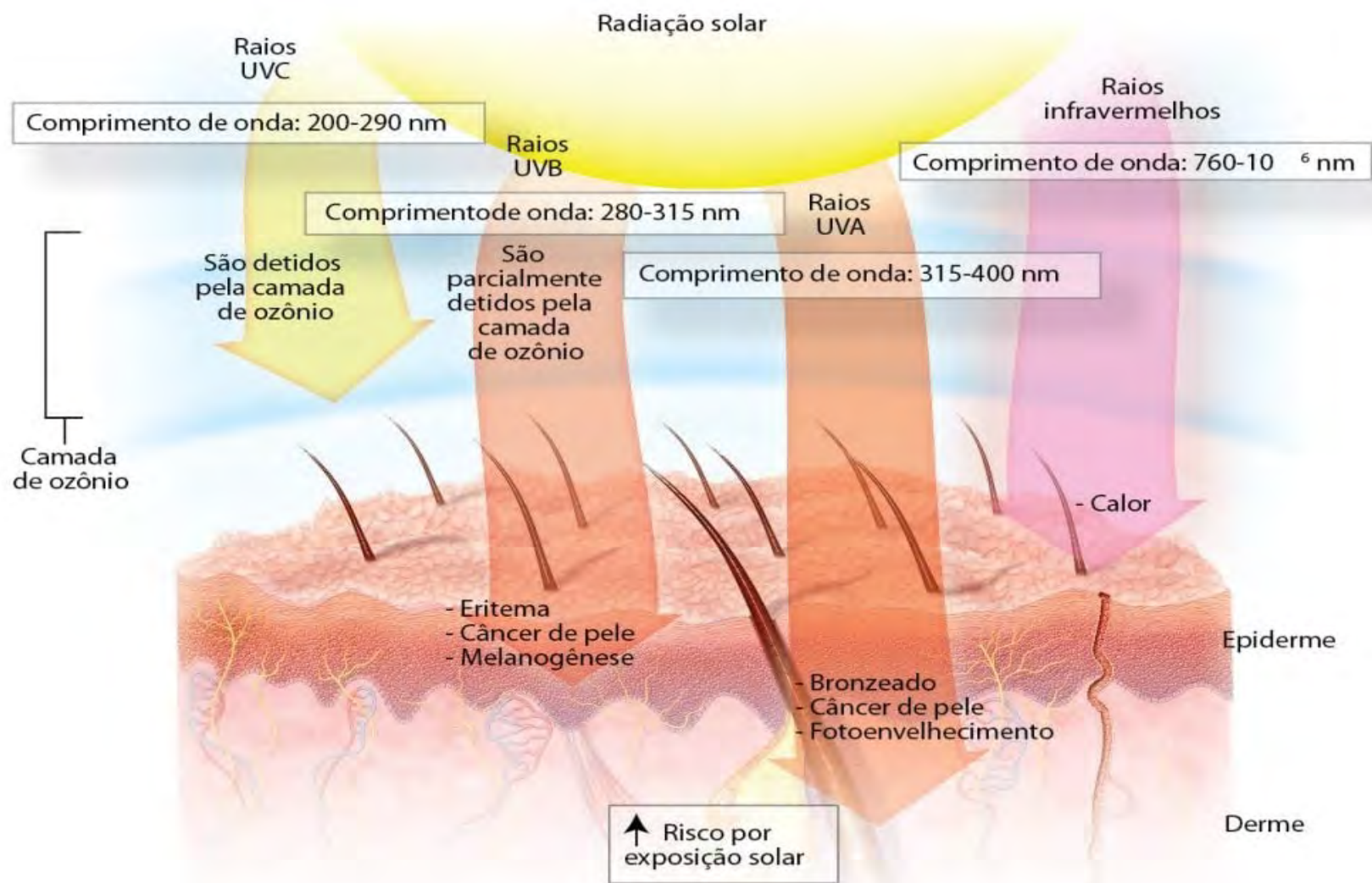
INTRODUÇÃO



Fonte: <https://cosmeticinnovation.com.br/fotoprotecao-uma-forma-simples-e-segura-contr-o-envelhecimento-da-pele/>



Fonte: <https://revistagalileu.globo.com/Ciencia/Saude/noticia/2022/09/estudo-analisa-pele-de-idosa-que-por-40-anos-usou-filtro-solar-so-no-rosto.html>



Fonte: <https://br.kairosweb.com/envelhecimento-ou-fotoenvelhecimento-2/>

OBJETIVO



Promover a conscientização sobre a fotoproteção, com foco nos danos potenciais da exposição solar prolongada e ênfase nos benefícios do uso adequado de fotoprotetores, através de atividades educativas e participativas envolvendo estudantes, familiares e a comunidade.

METODOLOGIA

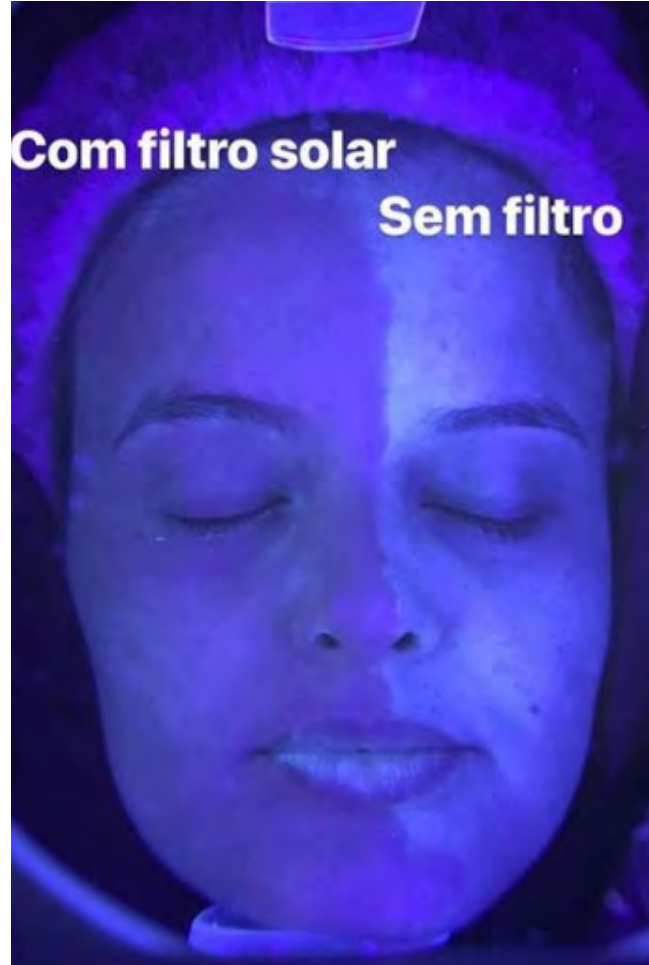


- **Definição de público-alvo:** Estudantes do ensino médio.
- **Estudo das radiações solares, pele e produtos fotoprotetores.**
- **Elaboração de questionário e aplicação:** google forms (questões estruturadas)
- **Estudo de identificação de lacunas de conhecimento.**
- **Elaboração de material educativo:** Cartilhas educativas e mini pôsteres visuais.

METODOLOGIA



- **Elaboração e apresentação de palestra (e quiz):**
 - Palestra e quiz.
 - Demonstração de aplicação correta do protetor solar (Lâmpada de Wood)
- **Atividade educativa no parque:**
 - Protetores solares
 - Lâmpada de Wood
 - Distribuição de cartilhas



<https://br.pinterest.com/pin/719239002971963708/>

RESULTADOS

Gráfico 1: Importância sobre a reaplicação do protetor solar (n = 62)

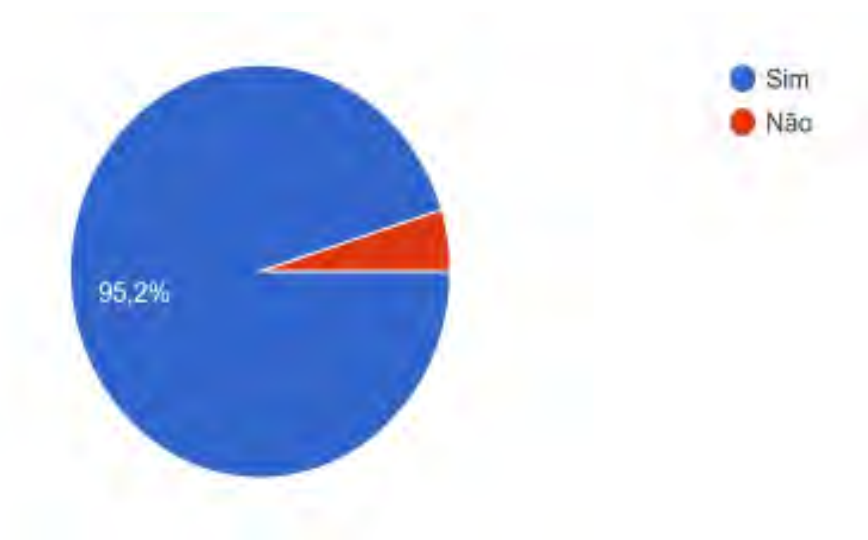
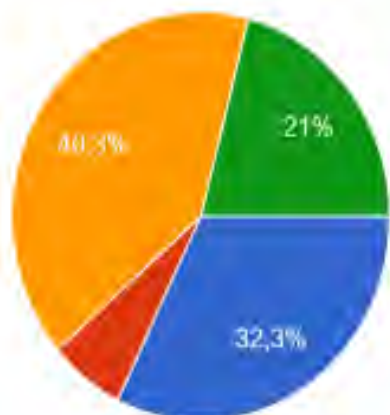


Gráfico 2: Entendimento sobre malefícios da exposição prolongada (n = 62)



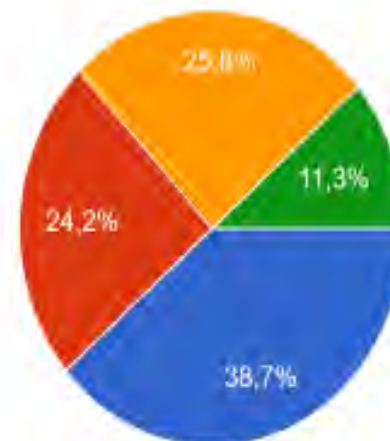
RESULTADOS

Gráfico 3: Rotinas de cuidados com a pele (n = 62)



- Sim, antes do protetor solar
- Sim, depois do protetor solar
- Não tenho rotina de cuidado com a pele
- Sim, antes e depois do uso do protetor solar

Gráfico 4: Frequência de utilização de protetor solar (n = 62)



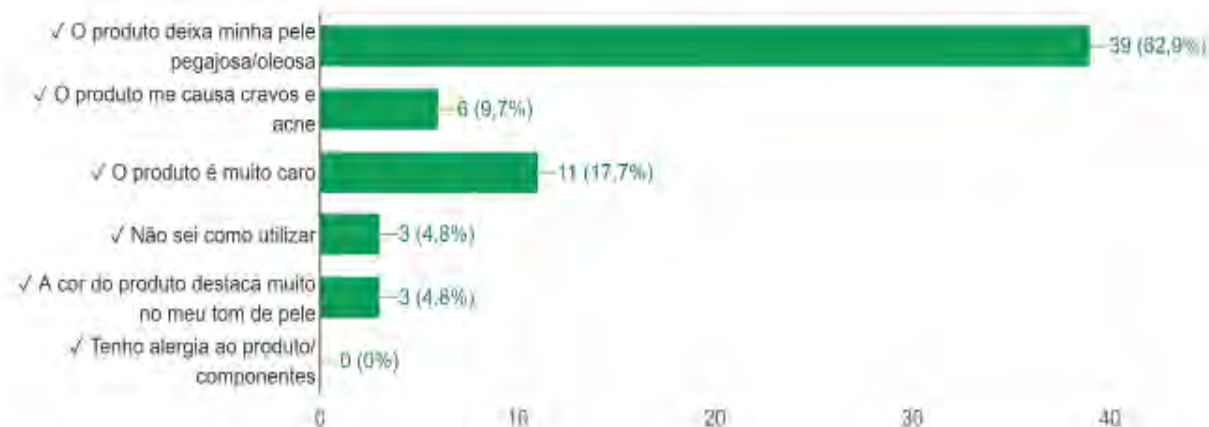
- Todos os dias
- Às vezes
- Somente mediante exposição ao sol como em praias ou piscinas
- Nunca

RESULTADOS

Gráfico 5: Quantidade de protetor solar (n = 62)



Gráfico 6: Motivos que dificultam o uso de protetor solar (n = 62)



RESULTADOS



FOTOPROTEÇÃO
CONFIRA A CARTILHA

SCAN ME!

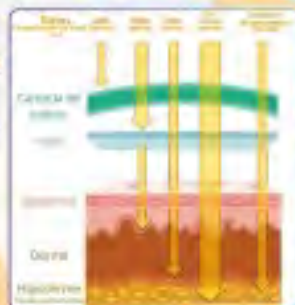
BARÃO DE MAUÁ
CENTRO UNIVERSITÁRIO

BARÃO DE MAUÁ **Fotoproteção**

Espectro Solar Raios Ultravioleta

Dividido em 3 tipos:

Raios UVC
Raios UVB
Raios UVA



Raios UVC: (100-280nm)
É absorvida pela camada de ozônio e não alcança a pele.

Raios UVB: (290-280nm)
Chega na primeira camada da pele, a epiderme.

Raios UVA: (320-400nm)
Alcança a derme, a camada mais profunda da pele.

Tipos de Filtro Solar

Os filtros solares são essenciais contra os danos causados pela radiação solar, inclusive na prevenção do câncer de pele. Os filtros solares desenvolvidos com a capacidade de refletir ou absorver a radiação destes raios são classificados em duas categorias de acordo com o seu mecanismo de ação: Filtros Inorgânicos ou Filtros Orgânicos.



Tipos de filtro	INORGÂNICOS	ORGÂNICOS
MECANISMO	Refletem os raios UV para longe da pele.	Absorvem e convertem os raios UV em energia térmica.
PROS	<ul style="list-style-type: none"> Alimentares seguros; Ótimos para peles sensíveis e crianças; Almas propensas à irritação. 	<ul style="list-style-type: none"> Factores menos irritantes; Alta aplicação eficiente; Alérgicos em contato com a pele.
CONTRAS	<ul style="list-style-type: none"> Textura densa e opaca; Pode deixar um resíduo branco após a aplicação, mais visível em peles escuras. 	<ul style="list-style-type: none"> Pele sente irritações após; Irregular e inconsistente aplicação.

Você sabe os significado dos dizeres do rótulo de um protetor?

FPUVA
Fator de proteção contra raios UVA.

Oil Free
Sem adição de óleos na formulação.

Não comedogênico
Não obstrui os poros.

Toque seco
Sensação de pele seca ao toque.

FPS
Fator de proteção solar.

Hipoalérgico
Minimiza riscos de alergia.

Ampla espectro
Proteção completa contra raios UVA + UVB.

Resistente à água
Sem fragrância

Formulações para peles secas - Creme.



Creme: Base de formulações recomendadas para pele seca, devido à falta de óleo na mesma, deixando-a ressecada e sensível. Assim, os fotoprotetores à base de creme possuem em sua composição ingredientes que ajudam na hidratação da pele juntamente com uma textura mais cremosa.

Formulações para peles oleosas e acneicas - Oil free; Oil control; Gel.



Gel: Base com textura mais leve, seca, filmógena e de fácil aplicação na pele, que evita ingredientes que possam aumentar a oleosidade para esse tipo de pele.

Oil free: Base sem óleo. Visa não ocasionar o acúmulo de óleos, provenientes da formulação, em uma pele que já possui as glândulas sebáceas (secretoras de óleo) inflamadas, que dão origem à acne.

Oil control: Possui ativos que auxiliam no controle da oleosidade.

Formulações para peles oleosas, mistas e normais - Toque seco.



Toque seco: Base indicada para peles oleosas, mistas e normais, por possuir em sua composição ingredientes que diminuem o aspecto brilhante e oleoso ocasionado pelo óleo presente nessas peles, deixando um sensação mais seca.

Aplicação e reaplicação

Para garantir uma proteção eficaz, aplique o protetor solar de 20 a 30 minutos antes da exposição ao sol e reaplique a cada 3 horas. Se houver sudorese excessiva, exposição prolongada ao sol ou contato direto com água, recomenda-se reaplicar a cada 2 horas.

Como aplicar

Aplique uma quantidade generosa e uniforme do produto na pele, evitando acumulações.



Quantidade ideal



ATENÇÃO

Quantidades abaixo da especificação indicada podem comprometer o nível de proteção garantido pelo produto.







CONSIDERAÇÕES FINAIS

- ✓ O presente projeto incentivou a participação dos estudantes na disseminação das informações adquiridas para colegas, familiares e comunidade, além de fortalecer o compromisso com a conscientização sobre os cuidados com a pele diante da exposição solar.
- ✓ O projeto contribuiu para melhorias nas habilidades de comunicação, pesquisa e engajamento comunitário, essenciais para suas futuras práticas profissionais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

- ✓ Os materiais educativos desenvolvidos (cartilha educativa e minipôsteres informativos) serão um recurso contínuo para promover a conscientização e a educação sobre fotoproteção como serviço de saúde pública, contribuindo para a promoção de hábitos saudáveis de proteção solar.
- ✓ A utilização da lâmpada de Wood durante as atividades educativas sobre fotoproteção se revelou uma estratégia eficaz e visualmente impactante. Através desta tecnologia, os participantes puderam não apenas visualizar de forma concreta a aplicação do protetor solar, mas também compreender melhor a importância de uma cobertura uniforme para uma proteção eficaz contra os raios ultravioleta.

*Use filtro
solar!!!*

Obrigada.

