



AVALIAÇÃO DOS HÁBITOS DE EXPOSIÇÃO AO SOL E DE FOTOPROTEÇÃO DE JOVENS ESTUDANTES EM PORTO ALEGRE

Nadya Medina Jacques da Silva¹, Lucimar Filot da Silva Brum²

¹Tecnóloga em Estética e Cosmética, ULBRA; ² Docente do bacharelado e Curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética, ULBRA.

INTRODUÇÃO

A mudança de hábito da população mundial, em especial os jovens, com relação à exposição ao sol tem desencadeado significativo aumento da incidência de câncer de pele (CERETTA, 2012). Dados do Instituto Nacional de Câncer (INCA, 2012) apontam que, no Brasil, o câncer de pele não melanoma é o que possui maior incidência para ambos os sexos, sendo de baixa letalidade. Porém, quando diagnosticado tardiamente, pode causar lesões e ulcerações sérias, mas, se identificado precocemente, as chances de cura são elevadas (RIZZATTI, 2011). Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD, 2010) informa que cerca de 70% dos brasileiros se expõem ao sol sem nenhuma proteção e que um indivíduo recebe 75% da radiação ultravioleta nos vinte primeiros anos de vida, o que torna imprescindível que medidas de fotoproteção sejam adotadas desde a primeira infância como por exemplo evitar exposição ao sol em horários inadequados e o uso constante de protetor solar, chapéus, óculos e roupas adequadas.

OBJETIVO

Avaliou os hábitos de exposição ao sol e uso de fotoproteção em jovens estudantes do ensino médio, com idade entre 14 e 18 anos, de uma escola pública e uma escola privada, no período de agosto a setembro de 2012 em Porto Alegre, RS.

MATERIAIS E MÉTODOS

Realizou-se estudo transversal com estudantes do ensino médio, com idades entre 14 e 18 anos, regularmente matriculadas em uma escola pública e uma escola privada em Porto Alegre, RS, no período de agosto a setembro de 2012.

Os dados foram coletados por meio de questionário estruturado, com perguntas abertas e fechadas, previamente testado, composto por variáveis demográficas (sexo, idade e cor da pele), hábitos de exposição ao sol (tempo, horário, frequência e atividades com exposição) e hábitos de uso de fotoproteção (uso de fotoprotetor, FPS utilizado, frequência da aplicação, áreas de aplicação, uso de outros tipos de fotoproteção).

Os acadêmicos foram contatados em sala de aula após prévia autorização da instituição onde foram informados, pela pesquisadora, dos objetivos e dos procedimentos da pesquisa.

RESULTADOS

Foram distribuídos 95 questionários (49 na instituição privada e 46 na instituição pública), porém a amostra final foi de 34 sujeitos (22 na instituição privada e 12 na instituição pública), pois em 61 questionários não foi assinado o termo de consentimento livre e esclarecido, seja pelo estudante ou pelos responsáveis no caso de estudante com idade inferior a 18 anos. Dos 34 questionários, 22 (64,70%) foram preenchidos por estudantes da escola particular e 12 (35,30%) foram preenchidos por estudantes da escola pública. De acordo com as características demográficas verificou-se predominância do sexo feminino (70,6%), a maioria dos estudantes (58,8%) com idade entre 14 e 15 anos e 73,5% declaravam-se brancos.

HÁBITOS DE EXPOSIÇÃO AO SOL

Quanto aos hábitos de exposição ao sol, 100% dos estudantes informaram que praticam atividades físicas e costumam ter hábitos de lazer ao ar livre (Tabela 1). Com relação ao horário de exposição ao sol, 55,9% se expõem entre 10 e 15 horas (Tabela 2).

HÁBITOS DE PROTEÇÃO SOLAR

Quanto aos hábitos de proteção solar, 73,1% dos indivíduos do sexo feminino e 26,9% dos indivíduos do sexo masculino declararam fazer uso de fotoprotetor no dia-dia (Tabela 3) e quanto ao uso de vestimentas e acessórios para a proteção solar apenas 5,9% dos alunos optaram por não selecionar nenhuma das opções do questionário (Chapéu ou boné, óculos, camiseta, guarda sol e filtro solar). 25% dos alunos da escola pública usam chapéu/ boné, ao passo que 9,1% da privada respectivamente. 36,4% dos alunos da escola privada usam óculos de sol e 33,3% dos alunos da escola pública. 66,7% da pública usam camisetas ao se expor ao sol e apenas 40,9% da privada respectivamente. 45,5% da privada usam guarda sol e 25% usam respectivamente (Tabela 4).

HÁBITOS DE EXPOSIÇÃO AO SOL

Tabela 1. Prática de atividades físicas e de lazer ao ar livre quanto às escolas, ao sexo, à faixa etária e à cor da pele. Porto Alegre - RS, 2012.

Variáveis	Prática de atividades físicas e de lazer ao ar livre								Total	p
	Nunca	Raramente	As vezes	Frequente	Total					
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Escola										
Privada	0	0	10	45,45	10	45,45	2	9,09	22	100
Pública	0	0	1	8,33	4	33,33	7	58,34	12	100
Sexo										
Feminino	0	0	9	37,5	9	37,5	6	25	24	100
Masculino	0	0	2	20	5	50	3	30	10	100
Faixa etária										
14 a 15	0	0	7	35	8	40	5	25	20	100
16 a 18	0	0	4	28,57	6	42,86	4	28,57	14	100
Cor da pele										
Branca	0	0	8	32	11	44	6	24	25	100
Morena	0	0	2	28,57	3	42,86	2	28,57	7	100
Amarela	0	0	1	100	0	0	0	0	1	100
Negra	0	0	0	0	0	0	1	100	1	100
Total	0	0	11	100	14	100	9	100	34	100

Tabela 2. Horário de exposição ao sol em relação ao local de estudo. Porto Alegre - RS, 2012.

Variáveis	Período de exposição (horário)						Total	p
	Escola							
	Privada		Pública					
	n	%	n	%	n	%		
Até 10 h								
Sim	2	9,1	1	8,3	3	8,8	1,000	
Não	20	90,9	11	91,7	31	91,2		
Entre 10 e 15h								
Sim	12	54,5	7	58,3	19	55,9	1,000	
Não	10	45,5	5	41,7	15	44,1		
Após 15 h								
Sim	15	68,2	4	33,3	19	55,9	0,075	
Não	7	31,8	8	66,7	15	44,1		
Total	22	100	12	100	34	100		

HÁBITOS DE PROTEÇÃO SOLAR

Tabela 3.- Uso de protetor solar no dia a dia e exposição solar voluntária em relação ao sexo. Porto Alegre - RS, 2012.

Sexo	Protetor solar						p
	NR		Sempre		Só quando me exponho		
	n	%	n	%	n	%	
Feminino	1	50	19	73,1	4	66,7	0,8213
Masculino	1	50	7	26,9	2	33,3	
Total	2	100	26	100	6	100	

Tabela 4. Métodos de fotoproteção utilizados pelos estudantes em relação às escolas. Porto Alegre - RS, 2012.

Variáveis	Método de fotoproteção						Total	p
	Escola							
	Privada		Pública					
	n	%	n	%	n	%		
Chapéu/boné								
Sim	2	9,1	3	25	5	14,7	0,319	
Não	20	90,9	9	75	29	85,3		
Óculos								
Sim	8	36,4	4	33,3	12	35,3	1	
Não	14	63,6	8	66,7	22	64,7		
Camiseta								
Sim	9	40,9	8	66,7	17	50	0,284	
Não	13	59,1	4	33,3	17	50		
Guarda-sol								
Sim	10	45,5	3	25	13	38,2	0,292	
Não	12	54,5	9	75	21	61,8		
Filtro solar								
Sim	17	77,3	10	83,3	27	79,4	1	
Não	5	22,7	2	16,7	7	20,6		
Nenhum								
Sim	1	4,5	1	8,3	2	5,9	1	
Não	21	95,5	11	91,7	32	94,1		
Total	22	100	12	100	34	100		

CONCLUSÕES

Considerando os hábitos de exposição ao sol bem como o uso de medidas de fotoproteção em jovens, torna-se necessário a adoção de medidas preventivas através de campanhas, conscientização das crianças e jovens a fim de proporcionar a eles um futuro mais saudável, minimizando os riscos de desenvolvimento do câncer de pele.. O uso de filtro solar é uma estratégia efetiva para reduzir a quantidade de radiação ultravioleta e queimadura solar, sendo também necessário o uso de outros meios de físicos de fotoproteção e o cuidado com relação ao horário de exposição ao sol. Os resultados aqui encontrados podem ser utilizados como embasamento para as próximas campanhas de orientação à população, devendo ser a oferta de informações sobre fotoproteção incorporada à prática diária dos serviços de saúde.

Referencias

- Ceretta RSR, Zuse CL, Lopes MWP, Soares NV. Câncer de pele: incidência na população residente na região noroeste do Rio Grande do Sul no ano de 2009. *Vivências*. 2012;8:86-91.
- INCA [Internet]. Estimativa 2012, Incidência de Câncer no Brasil. [Acesso em 10 jan 2012]. Disponível em: <http://www.inca.gov.br/estimativa/2012/index.asp?>.
- Rizzatti K, Schneider IJC, D'Orsi E. Perfil epidemiológico dos cidadãos de Florianópolis quanto à exposição solar. *Epidemiol Serv Saúde*. 2011;20:459-69.
- Silva L, Botelho A. Proteção solar para crianças: estudo preliminar sobre conhecimentos e atitudes dos pais. *Rev Ciênc Saúde*. 2011;4:2-6.
- Sociedade Brasileira de Dermatologia [Internet]. Campanha Nacional de Prevenção ao Câncer de Pele, Estatísticas do Câncer no Brasil 2010. [Acesso em 10 jan 2012]. Disponível em: <http://tempite.ws/capele/estao/relatorios.asp?campanha=3>.