

O uso de filtro solar e danos causados pelo sol

Cladian Rocha de Carvalho, Bruna Rezende, Andreia Dias Holanda
Faculdade Alfredo Nasser – Aparecida de Goiânia – GO – Brasil
cladian.rocha@hotmail.com

Palavras chave: Filtro solar. Manchas na pele. Orientação e prevenção.

Introdução

O sol é a estela mais próxima da terra, essencial para a vida, promove a sensação de bem estar físico e mental. O sol é capaz de sintetizar a vitamina D, proporcionar bronzeado e é usado como tratamento para algumas doenças (ex: icterícia), mas o sol também pode ser danoso, em excesso causa desde queimaduras na pele até mutação genética e comportamentos anormais das células, ocasionando o câncer de pele. Ainda a radiação UV quando atinge a derme é responsável pelo foto envelhecimento (SCHALK; SILVA REIS, 2001).

Desta forma, é importante ter conhecimento dos possíveis danos cutâneos causados pelas radiações solares, fazendo com que as pessoas desenvolvam o hábito de prevenção do envelhecimento precoce através do uso correto de filtro solar.

Esta pesquisa tem como principal objetivo, identificar como as pessoas utilizam o filtro solar no dia a dia. E ressaltar os motivos que as impedem de fazer o uso do mesmo adequadamente e suas possíveis consequências pela utilização inadequada.

Método

A pesquisa foi realizada a partir da aplicação de um questionário sobre “O uso do filtro solar e danos causados pelo sol”, contendo ao todo 12 questões, o qual foi respondido por uma amostra de 44 pessoas de faixas etárias variando de 15 a 50 anos, sendo 77% mulheres e 23% homens.

Resultados

Do total de entrevistados, 100% acham importante o uso do filtro solar, sendo que apenas 41% tem o hábito de usá-lo diariamente.

Durante o questionário havia uma pergunta facultativa: “Porque você não utiliza o filtro solar diariamente?” Nas respostas obtidas foram levados em consideração os seguintes fatores, segundo os entrevistados:

- 27% dos entrevistados afirmaram que não tem tempo para passá-lo.
- 22,7% disseram que o protetor solar deixa a pele oleosa.
- 18,2% não utilizam diariamente porque não se expõem ao sol com frequência.

- 4,5% não utilizam diariamente por causa do preço.
- 2,3% afirmaram que o uso do protetor solar arde os olhos.

Em relação à frequência do uso do protetor, foram obtidos os seguintes dados:

- 38,6% utilizam apenas quando estão em clubes, praias etc.
- 20,4% utilizam apenas quando sentem necessidade.
- 9% utilizam diariamente, 1 vez ao dia.
- 25% utilizam diariamente, 2 vezes ao dia.
- 7% utilizam diariamente, 3 vezes ao dia.

Dos entrevistados, 70,4% acha adequada para seu tom de pele o fator de proteção que utiliza, 29,6% não têm certeza se o fator de proteção utilizado é ideal para seu tom de pele.

O índice de pessoas que têm alguma mancha na pele relacionada à exposição solar é de 26,3%, sendo que 18% têm consciência que a mancha na pele teria sido evitada com o uso correto de filtro solar. Porém 11,4% sentem-se incomodados com a mancha, interferindo em sua estética.

O número de pessoas que em algum momento na vida teve queimaduras solares é 36,4%. Felizmente, 100% dos entrevistados não tiveram câncer de pele, mas, 54,5% conhecem alguém que já teve a doença.

Discussão

Com base nos dados coletados dessa pesquisa, é perceptível a necessidade de orientação e informação para as pessoas em relação ao uso do filtro solar. Havendo necessidade de informá-las sobre o fator de proteção e a textura ideal para cada tipo de pele, pois, uma das queixas foi que o filtro solar deixa a pele oleosa, fato que só ocorre quando não se usa o produto ideal para seu tipo de pele.

Portanto, a orientação sobre a importância do uso do filtro solar é fundamental para que as pessoas não deixem de usar e outras comecem a adquirir o hábito de usá-lo. Sendo de grande importância destacar quais os danos que o não uso ou o uso inadequado pode ocasionar.

Conclusão

Após a análise dos resultados foi possível identificar a vulnerabilidade da população estudada em relação aos riscos de exposição à radiação solar e observou-se também, que há poucas atitudes no que diz respeito ao autocuidado com a saúde. Identifica-se ainda, a necessidade da mudança dos hábitos de exposição solar, referente ao tempo, frequência e horários de exposição.

As pessoas precisam ter mais consciência no que diz respeito à prevenção, pois, o filtro solar torna-se cada vez mais essencial. Devido ao alto índice de raios ultravioletas que atinge a atmosfera, o uso contínuo de filtro solar irá prevenir danos cutâneos resultantes da exposição solar.

Felizmente, foi constatado que esta população entrevistada, tem consciência da importância do uso contínuo de filtro solar, porém não o utilizam, daí surge a necessidade de campanhas para divulgação de sua utilização .

Referências

SCHALKA, Sergio ; SILVA DOS REIS, Vitor Manoel. Fator de proteção solar: significado e controvérsias. **An. Bras. Dermatol**, v.86, n. 3, Rio de Janeiro, May/June 2011.