

Protetor solar na prevenção

Fonte: Artigo da diretora-geral, Ana Cristina Pinho, e do médico da Unidade Técnica de Exposição Ocupacional Ambiental e Câncer do INCA Ronaldo Corrêa, publicado no jornal Metro.

Quando chega o verão, um tema recorrente é o uso do protetor solar. Embora as recomendações variem entre diferentes especialistas e sociedades médicas, o que parece emergir como essencial é usar protetores com no mínimo FPS 15 (e no máximo 50), de amplo espectro de proteção (radiações UVA e UVB), resistentes à água, que contenham combinação



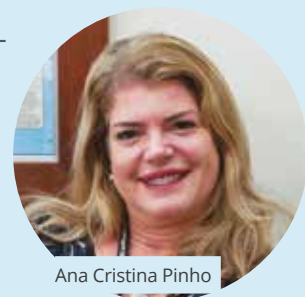
Ronaldo Corrêa

de filtros minerais (óxido de zinco e dióxido de titânio) e químicos, sob a forma líquida (creme ou gel) e que não contenham oxibenzona, Vit.A e PABA.

No mundo, o número de casos novos de câncer de pele é maior que qualquer outro tipo e vem crescendo nos últimos anos. Para 2016, no Brasil, a estimativa foi de 180 mil casos novos (mais de 95% dos casos são classificados como câncer de pele não melanoma). O tipo melanoma, apesar de representar menos de 5% dos casos, responde pela esmagadora maioria das mortes.

O principal fator de risco evitável para o câncer de pele é a exposição à radiação ultravioleta proveniente do sol. Os protetores solares são utilizados para proteger a pele dos efeitos dessas radiações e contribuem para diminuir o risco da doença. Outras formas de proteção são utilizar camisas, bonés, óculos escuros, barracas e ampliar a oferta de ambientes com sombras naturais (árvores) ou artificiais (marquises, tendas).

Dois importantes estudos recentes (2011 e 2016) parecem comprovar a eficácia do protetor solar em reduzir os casos de melanoma. As reduções variam entre 18% a 50% nos indivíduos que utilizaram protetores com FPS igual ou maior que 15. É importante que a população verifique se o protetor é registrado na Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), leia com atenção a composição do rótulo e siga as orientações de um dermatologista.



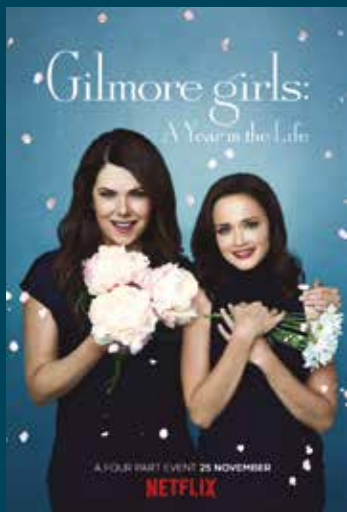
Ana Cristina Pinho



DICA DO LEITOR

A cada edição selecionamos uma dica do leitor. Pode ser um livro, uma receita culinária, um hobby ou outra ideia para uma vida interessante. Envie sua dica para informeinca@inca.gov.br. Participe!

Enviada por **Fernanda Vieira**, do INCAvoluntário



“Com sete temporadas, Gilmore Girls conta a história de Lorelai (Lauren Graham) e sua filha Rory (Alexis Bledel), que vivem na pequena e aconchegante Stars Hollow. A série é marcada pela grande amizade entre mãe e filha e explora diversos temas como relação familiar, amizades, conflitos de geração e classes sociais. Em 2016, a Netflix deu um presente para os fãs do seriado lançando Gilmore Girls: Um Ano Para Recordar. O revival, aclamado pela crítica, conta, com bom humor, o fechamento da história da vida de Lorelai e Rory e traz a conclusão perfeita para a história com cenas emocionantes.”

“O revival, aclamado pela crítica, conta, com bom humor, o fechamento da história da vida de Lorelai e Rory e traz a conclusão perfeita para a história com cenas emocionantes.”



GALERIA INCA

Envie suas fotos para informeinca@inca.gov.br.

Uma foto será selecionada e pode ser a sua. Na próxima edição, o tema da Galeria será **Azul**. Participe!



TEMA: FANTASIA | Foto enviada por Valéria Maria Teixeira dos Santos, do Serviço de Relações do Trabalhador (SERET).