

AÇÕES DE PREVENÇÃO DE QUEIMADURA SOLAR

PAULO ROBERTO BOEIRA FUCULO JUNIOR¹; **JULIANE DA SILVA DE SOUZA DIETRICH²**; **PEDRO MÁRLON MARTTER MOURA²**; **LUCAS HENRIQUE DE ROSSO²**; **EVELYN ANDRADE DOS SANTOS²**; **SIMONE COELHO AMESTOY³**

¹*Universidade Federal de Pelotas – paulo.fuculo@hotmail.com* 1

²*Universidade Federal de Pelotas – Juliane.dietrich@hotmail.com* 2

²*Universidade Federal de Pelotas – marlon_martter@hotmail.com* 3

²*Universidade Federal de Pelotas – lukz_rosso@hotmail.com* 4

²*Universidade Federal de Pelotas – evelyn_andrade87@hotmail.com* 5

³*Universidade Federal de Pelotas – simoneamestoy@hotmail.com* 6

1. INTRODUÇÃO

A pele é considerada o maior órgão do corpo humano e mostra-se como uma fronteira, pois permite a interação do corpo com o meio exterior. A mesma desenvolve diversas funções, sendo as principais a proteção, o controle hídrico, regulação da temperatura, produção de vitamina D e a excreção. Ela é constituída por duas importantes camadas, que são a epiderme e a derme, estando a última assentada em outra camada denominada hipoderme (BARBOSA, 2013). As queimaduras ocasionam lesões nas camadas da pele e conforme a profundidade atingida são classificadas como de primeiro, segundo e de terceiro grau (BRASIL, 2012).

A queimadura de primeiro grau atinge a camada mais superficial da pele, e é caracterizada por lesões vermelhas, quentes e dolorosas, tendo o seu maior índice ocasionado por raios solares. A queimadura de segundo grau superficial pode gerar bolhas e muita dor, enquanto a queimadura de terceiro grau é indolor, pois destrói os tecidos, inclusive o ósseo, causando deformidades. A partir das queimaduras solares por radiação ultravioleta, pode-se desenvolver o câncer de pele, caracterizado pelo crescimento anormal e descontrolado de células que compõe a pele (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA, 2015).

O Brasil recebe intensos raios solares por estar situado consideravelmente entre os Trópicos de Capricórnio e o Equador, com isso representando um dos países com maior área intertropical e um dos mais ensolarados do planeta, levando a um número significativo de queimaduras solares e com elevados casos de câncer de pele (BRASIL, 1998). O verão por ser a estação em que a população fica mais exposta ao sol, essa se torna mais suscetível às queimaduras em virtude dos raios ultravioletas B, que atingem diretamente o nosso tecido de revestimento, ocasionando importantes danos (BRASIL, 2003).

As ações de prevenção de acidentes com queimaduras tornam-se fundamentais, principalmente quando as mesmas são direcionadas. Isto é, quando as ações de prevenção acompanham a sazonalidade com que estes acidentes ocorrem durante o ano. Nessa perspectiva, as ações extensionistas voltadas à prevenção são estratégias fundamentais para minimizar os acidentes e mortes provocadas a partir de queimaduras, em que a disseminação de medidas preventivas e orientações à população por meio da educação em saúde se tornam imprescindível para a redução desse tipo de acidentes (TAKEJIMA et al., 2011).

Ademais, o desenvolvimento de atividades de prevenção promove a assistência integral da população, assim como contribui tanto com o desempenho do

papel social e de educadores em saúde, dos acadêmicos de enfermagem, futuros profissionais que integrarão a equipe multidisciplinar de saúde.

Diante o exposto, o presente trabalho tem o objetivo de relatar as ações educativas de prevenção de queimaduras, com foco nas queimaduras solares.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de ações educativas e de prevenção realizadas pelos acadêmicos integrantes do Grupo de Extensão e Pesquisa em Queimaduras (GEPQ), vinculado ao curso de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas. As ações foram realizadas na praia do Laranjal, situada na cidade de Pelotas-RS, Brasil. Essas foram desenvolvidas em dois dias, no período da manhã e tarde, no mês de fevereiro de 2015, atingindo um público de aproximadamente 550 pessoas, incluindo crianças, jovens, adultos e idosos. As atividades educativas sobre prevenção de queimaduras solares entrou como primeira experiência pelo grupo este ano, junto à população.

Para a realização das ações foram utilizadas impressões ilustrativas e informativas elaboradas pelos integrantes do grupo GEPQ, em que constam informações sobre queimaduras solares, de lagarta e cnidários, bem como a maneira de proceder frente à ocorrência. A atividade extensionista atingiu a população que frequentava o respectivo local alvo, e essa foi abordada e orientada quanto aos riscos de queimaduras solares e as formas de prevenção.

Ao término da conversa com as pessoas, foi disponibilizado *flyers* informativos e concedido um momento para questionamentos, dúvidas e relatos pessoais.

2. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A ação ocorreu com o intuito de prevenir e contribuir com o conhecimento das pessoas e alertá-las sobre a importância do uso do fotoprotetor, assim como a necessidade de respeitar os horários indicados e saudáveis para exposição ao sol. Adotar os cuidados adequados permite que a população desfrute das atividades de lazer, que envolvem a exposição prolongada a raios solares na estação de verão, com maior segurança e saúde. Através da atividade a população foi alertada sobre horários mais seguros para exposição ao sol, acessórios que contribuem para a proteção, tais como chapéus, óculos solares, guarda-sol, o uso de fotoprotetores/filtros solares e roupas apropriadas.

As lesões causadas pelos raios solares são cumulativas, ou seja, à medida que o indivíduo se expõe ao sol, os efeitos desses se somarão e causarão danos possivelmente irreversíveis, e quando a exposição solar se dá na praia, as pessoas recebem uma intensidade maior e contínua das radiações, sendo importante considerar a diferença de intensidade dada em diferentes lugares (locais de turismo) (RODRIGO; RODRIGO, 2011), assim como nos diferentes horários do dia.

O bronzeamento é um processo contínuo, entretanto, é perceptível à exposição ao sol de pessoas em horários considerados inadequados, já que raios solares apresentam sua maior intensidade. Algumas pesquisas realizadas na cidade de Pelotas revelaram que 44,4% dos participantes apresentam certa sensibilidade quando expostos ao sol, causando assim queimaduras leves. Além disso, metade dos participantes alegou não fazer uso de fotoprotetor e quando esteve exposta ao sol na praia (ou tomando banho de sol), no trabalho ou na prática de esporte, a

prevalência de queimadura solar foi de 48,6% (IC 95%: 45,8;51,4), 35,1% (IC 95%: 29,8;40,4) e 20,6% (IC 95%: 17,8;23,4), respectivamente (HAACKL; HORTA; CESAR, 2008).

No momento das ações as mulheres carregavam bolsas em decorrência da necessidade de transportar consigo acessórios para proteção à exposição ao sol, enquanto os homens apenas contavam com a peça de roupa que cobria o corpo, tais como sunga, bermuda e/ou camiseta e sem fazer uso de fotoprotetor.

Em um estudo realizado na cidade de Brasília, os autores identificaram que 66,9% dos entrevistados se expunham ao sol por lazer, enquanto 10,1% permaneciam no sol por motivos ocupacionais. Do total de participantes, apenas 25% faziam uso de fotoprotetor diariamente. Ainda, referem que as mulheres tendem a se proteger e ter cuidados a mais, quando comparadas com os homens (CASTILHO; SOUSA; LEITE, 2010).

É importante destacar que a não exposição excessiva ao sol, isto é, proteger a pele dos raios UV, é a melhor maneira de prevenir o melanoma e outros tipos de tumores cutâneos, principalmente em pessoas fototipo I e II, as quais são de pele clara, com sardas, cabelos claros ou ruivos e olhos claros, além das que possuem histórico familiar (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA, 2015).

Em função das ocorrências de acidentes na estação de verão, também houve uma conversa acerca das formas de agir frente a danos causados pela intensa exposição aos raios solares, e queimaduras eventuais por meio de toxinas das lagartas e cnidários, conhecidos popularmente como mãe d'água, água-viva e medusa.

Ainda, pôde ser observado que frequentadores da praia encontravam-se utilizando acessórios que contribuíam com a proteção aos raios solares, como guarda-sol, óculos, chapéus e roupas mais claras, além de utilizarem fotoprotetor, principalmente em crianças.

As ações tem o intuito de incentivar os participantes a tomarem iniciativas para a prevenção de queimaduras solar e, assim, orientar a forma correta de agir frente aos problemas, para minimizar os dados momentâneos e futuros à saúde; além de incentivar a tornarem-se também multiplicadores do conhecimento adquirido.

Ao término das orientações foram disponibilizados *flyers* com informações de prevenção e primeiros socorros em queimaduras. Destaca-se que, em todos os momentos, a forma de abordagem foi pausada e direcionada, primeiramente, a identificar o conhecimento da população, de forma que as ações partissem do conhecimento prévio. Isto com intuito das discussões e orientações serem significativas para a vivência e aprendizado da população.

Após a apresentação e breve fala sobre o motivo da ação de prevenção e entrega dos *flyers*, grande parte dos participantes relataram suas experiências com queimaduras solares prévias ou ainda, mostraram lesões descamativas na pele. Porém, com exposição solar contínua mostraram interesse no assunto abordado, havendo, assim, questionamentos e troca de saberes sobre atitudes mais adequadas que previnem queimaduras.

4. CONCLUSÕES

Com o aumento à exposição solar por parte da população, torna-se necessária a realização contínua de atividades de educação em saúde, objetivando o incentivo do conhecimento sobre prevenção de queimaduras solares no verão. Por

esse motivo, é de interesse do GEPQ dar continuidade e intensificar as atividades nos próximos verões, momento em que as pessoas mais se expõem aos raios solares.

É importante que estudos sejam realizados para traçar o perfil epidemiológico da população que frequenta a praia do Laranjal na cidade de Pelotas e conhecer os hábitos e as formas que essas pessoas se previnem dos raios solares, para que assim estratégias de prevenção sejam mais bem direcionadas e as ações sejam voltadas para o público de risco.

As atividades extensionistas também contribuem com o conhecimento dos acadêmicos sobre a temática e sobre o importante papel de educador em saúde, principalmente, na promoção e prevenção de queimaduras.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, S.R.T.G.S. Caracterização de patologias da pele por ultrassons.
2013. Dissertação de mestrado (Engenharia Eletrotécnica e de Computadores) - Universidade de Coimbra, Coimbra, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. Queimaduras de Sol.
Brasília: Ministério da Saúde, 2003. Disponível em:
<<http://bvsms.saude.gov.br/bvs/dicas/34queimadura.html>>. Acesso em: 6 fev. 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. INMETRO - Informação ao consumidor. Protetor solar.
Brasília: Ministério da Saúde, 1998. Disponível em:
<<http://www.inmetro.gov.br/consumidor/produtos/protetorSolar.asp>>. Acesso em: 6 fev 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Especializada. Cartilha para tratamento de emergência das queimaduras.
Brasília: Ministério da Saúde; 2012.

CASTILHO, I.G.; SOUSA, M.A.A.; LEITE, R.M.S. Fotoexposição e fatores de risco para câncer da pele: uma avaliação de hábitos e conhecimentos entre estudantes universitários. **An Bras Dermatol**, v.85, n.2, p.173-8, 2010.

HAACKL, R.L.; HORTA, B.L.; CESAR, J.A. Queimadura Solar em Jovens: estudo de base populacional no Sul do Brasil. **Rev Saúde Pública**, v.42, n.1, p.26-33, 2008.

RODRIGO, F.G.; RODRIGO, M.J. O sol, a praia e a pele das crianças: conceitos essenciais. **Acta Pediatr Port**, v.42, n.2, p.71-7, 2011.

Sociedade Brasileira de Dermatologia. Programa Nacional de Combate ao Câncer de Pele. Disponível em: <<http://www.sbd.org.br/acoes/programa-nacional-de-combate-ao-cancer-da-pele/>>. Acesso em: 7 fev. 2015.

TAKEJIMA, M.L.; NETTO, R.F.B.; TOEBE, B.L.; ANDRETTA, M.A.; PRESTES, M.A.; TAKAKI, J.L. Prevenção de queimaduras: avaliação do conhecimento sobre prevenção de queimaduras em usuários das unidades de saúde de Curitiba. **Rev Bras Queimaduras**, v.10, n.3, p.85-8, 2011.