

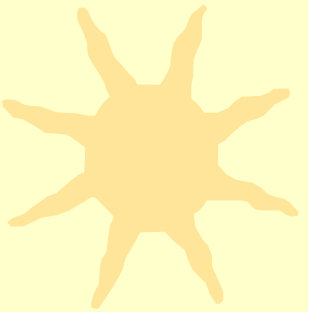
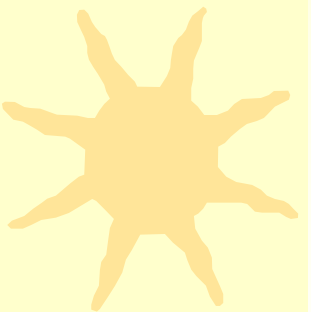
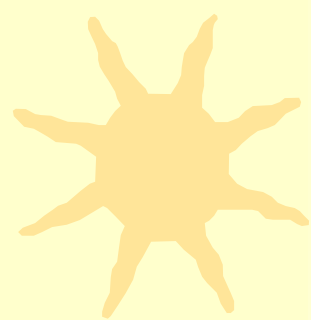
Criação da “Ativos Dermatológicos”.

Estando disponível na Web, entendemos ser importante a divulgação!

**Academia Snooker Clube
Sorocaba - SP
Paulo Dirceu Dias**

www.snookerclube.com.br

paulodias@pdias.com.br



Prevenção do

Câncer de Pele.



Importância da Proteção:

- ★ FPS: Fator de Proteção Solar.
- ★ quando exposta ao sol sem proteção, a pele leva determinado tempo para ficar vermelha, então já danificada;
- ★ usando filtro solar com FPS 15, por exemplo, a mesma pele levará um tempo 15 vezes maior para ficar vermelha.

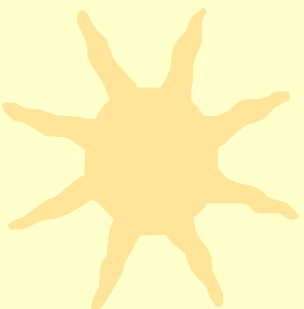
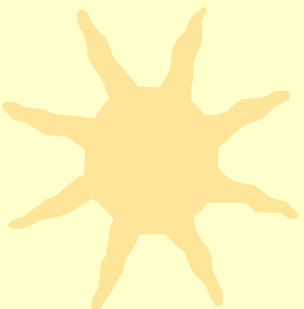
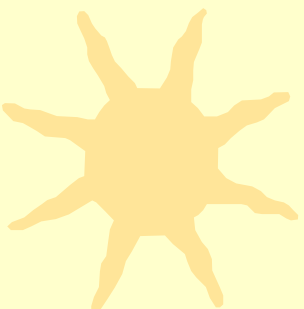


Queimaduras - é importante saber:

- ★ nada reverte a ação prejudicial do sol;
- ★ a insolação danifica a pele, antecipando o envelhecimento cutâneo;
- ★ uma vez prejudicada a pele, os tratamentos existentes apenas aliviam os sintomas;
- ★ a pele que está descamando não deve ser removida;
- ★ o uso de hidratantes e banhos frios de imersão trazem alívio para a sensação de ressecamento.



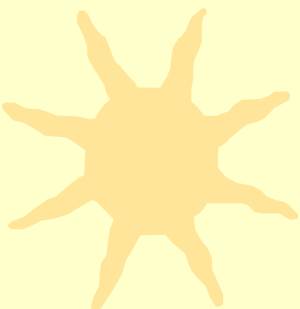
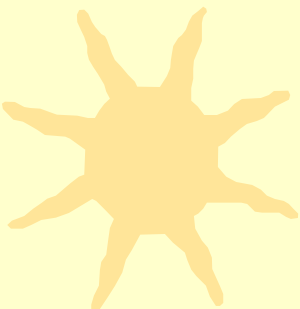
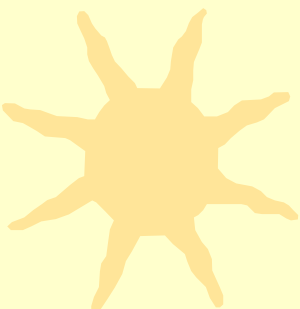
Regras para proteger crianças:



- ★ não use filtro solar em bebês com menos de 6 meses de idade. Consulte um especialista para essa proteção;
- ★ mantenha as crianças na sombra;
- ★ use sempre a proteção de guarda-sol, guarda-chuva, sombrinha ou equivalentes, que minimizam os danos à pele.



Crianças de 6 meses ou mais:



- ★ evite o sol das 10:00 h às 16:00 h;
- ★ use chapéu e roupas leves, preferivelmente de algodão, que cubra a maior parte da pele;
- ★ aplique generosamente o filtro solar adequado, reaplicando à cada 2 horas;
- ★ alguns medicamentos tornam a pele sensível ao sol, originando queimaduras e/ou manchas. Consulte o seu médico sobre a necessidade desse cuidado;
- ★ atenção aos dias nublados; a luz do sol reflete na areia, no concreto e na água, atingindo a pele mesmo na sombra.

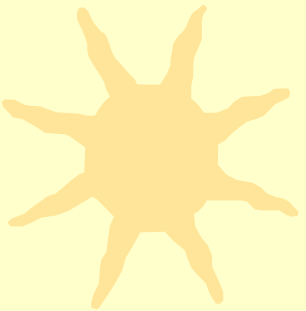
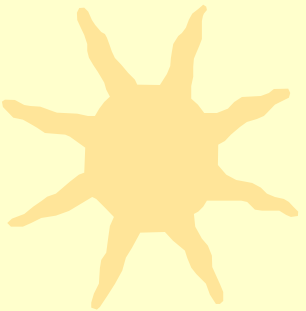
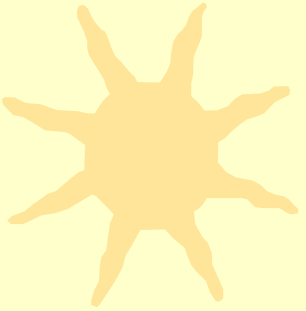


Brincando com coisa séria:

- ★ ensine suas crianças a examinar a própria sombra;
 - no meio dia a sombra fica menor do que o tamanho do nosso corpo. Sombra curta: fuja do sol;
 - a sombra está maior que o nosso corpo; podemos ficar um pouco no sol, usando filtro solar. É a sombra longa.



Melanoma Maligno:



- ★ a incidência de melanomas aumentou em 10 vezes nos últimos 40 anos;
- ★ a exposição ao sol, de forma prolongada, provoca o aparecimento dos melanomas, com maior facilidade na pele clara.

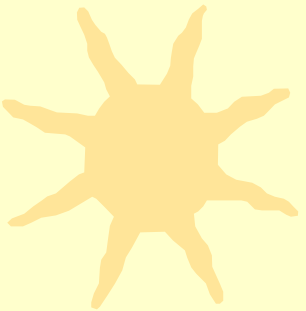
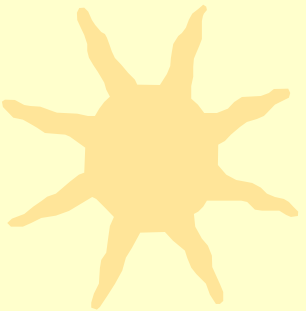
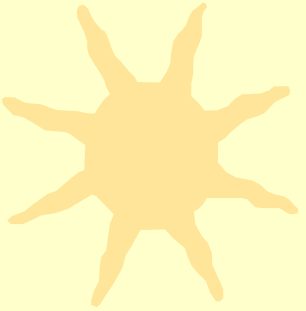


Pequenos tumores pigmentados podem ser considerados suspeitos quando:

- ★ apresentam crescimento rápido, em semanas ou meses;
- ★ apresentam alteração da pigmentação, total ou parcial;
- ★ apresentam hipo ou hiper-pigmentação central, quando se tornam escurecidos e/ou quando em seu interior apresentam coloração cinza, azulada e/ou avermelhada.



Pequenos tumores pigmentados podem ser considerados suspeitos quando:

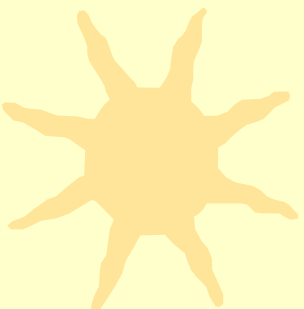
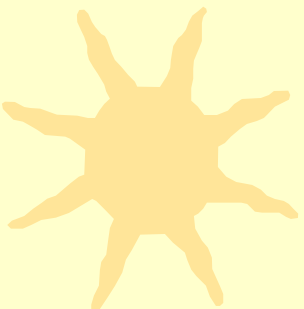
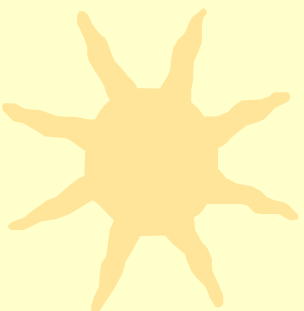


- ★ apresentam presença de borda inflamatória avermelhada;
- ★ tem delimitação opaca.



*Se observar surgimento de
mancha suspeita na pele:*

- não ceda à tentação
da auto-medicação!
- procure imediatamente
um dermatologista.



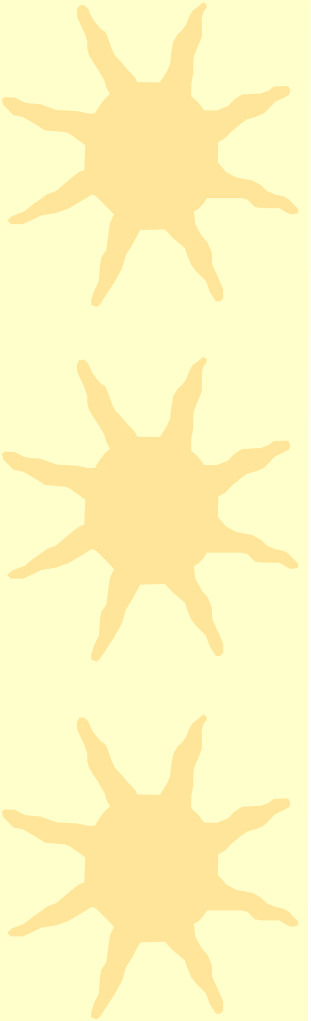


O Câncer de Pele:

no Brasil é mais comum que o
geralmente imaginado e
corresponde a 18% das
doenças malignas, com
aproximadamente 55.000
casos anuais.



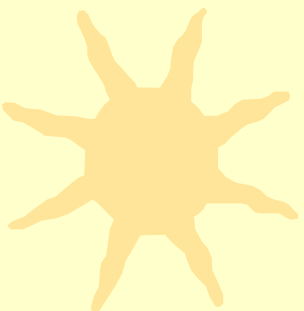
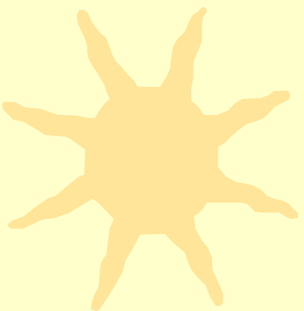
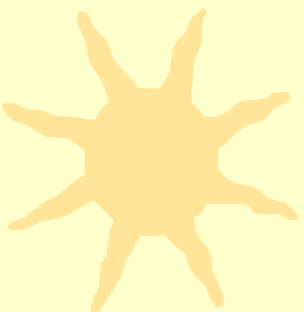
Uso de Filtros Solares:



- ★ no nosso país, com área litorânea extensa e clima tropical, a prática das atividades aquáticas e esportes à céu aberto são freqüentes;
- ★ isso exige o uso de filtros solares.



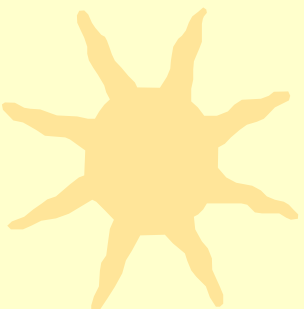
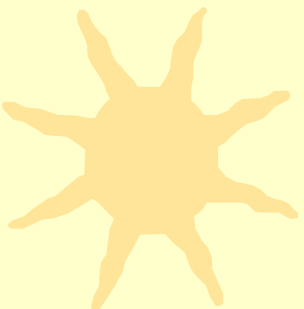
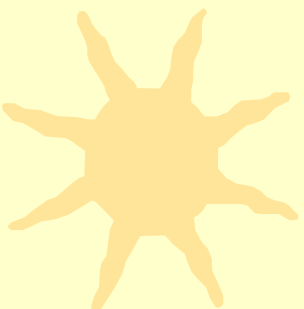
Escolha do Filtro Solar:



- ★ deve ser considerado o tipo de pele, seu foto-tipo, idade, grau de exposição, hábitos de vida, latitude e altitude em que se encontra, histórico da exposição solar e os antecedentes individuais e familiares;
- ★ consulte um especialista.



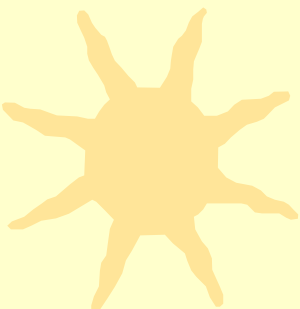
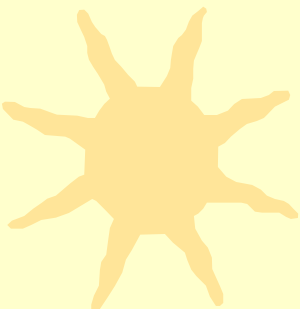
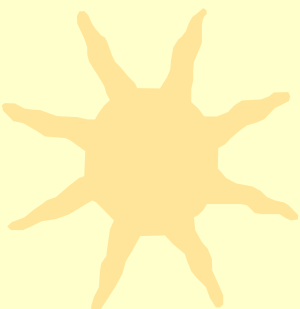
Fatores de Proteção:



- ★ use foto-protetores diariamente;
- ★ não se exponha ao sol das 10:00 às 16:00 h;
- ★ use boné, viseira, óculos de boa qualidade e com proteção contra raios UV;
- ★ de preferência ao uso de roupas de algodão, principalmente as íntimas;
- ★ evite tecidos sintéticos e roupas apertadas.



A linguagem utilizada nos rótulos dos filtros solares:



- ★ **Anti UVA e UVB:** filtro que protege contra estas radiações;
- ★ **Hipoalergênicos:** filtro que utiliza substâncias que não provocam alergias;
- ★ **PABA Free, ou livre de PABA:** filtro que não contém PABA, que tem alto poder na causa de alergias;
- ★ **Oil-Free ou livre de óleo:** filtro cujo veículo ou base não contém substâncias oleosas, indicado para pessoas de pele oleosa, com tendência à cravos e espinhas;
- ★ **Não Comedogênico:** filtro que não obstrui os poros, evitando cravos.



Realização:

www.ativosdermatologicos.com.br

Slides extraídos do Curso

Manipulação Magistral na Dermatologia

Informações:

www.ativosdermatologicos.com.br