

Exposição solar prolongada e desprotegida: conhecimento das consequências e motivações dos jovens

Maria Ribeiro*

Introdução: O culto do corpo e a valorização estética do bronzeado (Cafri *et al.*, 2006) tem levado, sobretudo os mais jovens, à exposição solar excessiva, prolongada e desprotegida (Gandini *et al.*, 2005; Boniol *et al.*, 2012). Estes comportamentos de risco favorecem o aparecimento de inúmeras lesões na pele com diferentes níveis de gravidade (Guiro & Guiro, 2004).

Objetivos: Este estudo teve como objetivos determinar o nível de conhecimento sobre os efeitos da exposição solar prolongada e desprotegida, descrever comportamentos de risco em jovens estudantes do ensino superior e averiguar se existiam diferenças por género.

Metodologia: De um total de 613 indivíduos, participaram nesta investigação, de natureza quantitativa, 430 jovens que frequentavam, em 2013, um curso superior da área da saúde, numa instituição localizada no Interior Norte de Portugal. Destes, 375 eram do género feminino (87,2%) e 55 eram do género masculino (12,8%). Os estudantes tinham em média 19,8 anos (DP±2,99). Em mais de 50% dos indivíduos foi identificado o fototipo cutâneo do tipo III (53,7%) e os restantes registaram um fototipo cutâneo do tipo II (2,6%), do tipo IV (40%) e do tipo V (0,7%).

Resultados: De acordo com os resultados, o nível de conhecimentos sobre os efeitos da exposição solar prolongada e desprotegida, registado pela maioria dos estudantes, foi bom (50%) ou excelente (25%) e mostrou não estar associado ao género do estudante. No entanto, constatou-se que o género estava associado às motivações para a exposição solar. Os inquiridos do género feminino justificaram a sua exposição solar, em maior número, com o bronzeado, já os inquiridos do género masculino apontaram a prática de Atividade Física/Desporto e o trabalho. Por fim, verificou-se que o nível de conhecimentos estava associado a determinados comportamentos ou hábitos de prevenção, nomeadamente, o uso de protetor, de sombras no verão e a proteção, com ajuda de barreiras físicas, de determinadas partes do corpo.

Conclusões: Os profissionais de saúde são descritos na literatura como uma fonte de confiança, fidedigna e persuasiva da prática de comportamentos adequados para evitar e prevenir riscos associados à exposição solar, sobretudo, entre os mais jovens e as mulheres. A adoção de medidas e o uso de meios de proteção adequados ao fototipo cutâneo, durante o lazer ou o trabalho, no verão ou no inverno, são fatores importantes de prevenção.

Palavras-chave: Estudantes, Exposição solar, Fototipo, Jovens, Risco.

Referências bibliográficas: Boniol, M., Autier, P., Boyle, P. & Gandini, S. (2012). Cutaneous melanoma attributable to sunbed use: systematic review and meta-analysis. *BMJ*, 345. Cafri, G., Thompson, J. K., & Jacobsen, P. B. (2006). Appearance reasons for tanning mediate the relationship between media influence and UV exposure and sun protection. *Arch Dermatol*, 142,1067-9. Gandini, S., Sera, F., Cattaruzza, M. S., Pasquini, P., Picconi, O., Boyle, P., & Melchi, C. F. (2005). Meta-analysis of risk factors for cutaneous melanoma: II. *Sun exposure. European Journal of Cancer*, 41, 45-60. Guiro, E. C., & Guiro, R. R. (2004). *Fisioterapia Dermato - Funcional – Fundamentos, recursos, Patologias*. 3. ed. Barueri, SP: Manole.

* Instituto Politécnico Bragança, Ciências Sociais e Exactas