

Céu azul. Calor. Sol forte. Praias que se estendem por 8,5 mil quilômetros. Esse é o cenário de um paraíso tropical, conhecido como Brasil. Mas esse cenário de paraíso está preocupando nossos dermatologistas. Estatísticas do Instituto Nacional do Câncer do Ministério da Saúde (Inca) revelam que 100 mil novos casos de câncer de pele devem surgir neste ano no país. Na escala mundial, os dados são ainda mais assustadores. Para a Organização Mundial de Saúde (OMS), uma em cada 80 pessoas deve desenvolver câncer de pele até o final deste ano em todo o mundo. Os dermatologistas são unânimes em afirmar que já existe uma epidemia.

Gilvan Alves, vice-presidente da Sociedade Brasileira de Dermatologia, Regional do Distrito Federal (SBD-DF), afirma que o crescimento no número de casos de câncer de pele tem duas explicações: exaltação ao bronzeado, associando o corpo bronzeado a beleza, saúde e qualidade de vida, e a exposição prolongada ao sol sem os cuidados necessários, como o uso de protetor solar. E numa tentativa de mudar esse quadro, a Sociedade Brasileira de Dermatologia promove esta semana o Programa Nacional de Controle do Câncer da Pele, uma campanha para alertar a população das lesões que os raios solares podem provocar, e ensinar a maneira mais correta de se proteger na hora de se expor ao sol.

No sábado, dia 2 de dezembro, os dermatologistas vão deixar os seus consultórios e vão às ruas das capitais e principais cidades brasileiras para fazer gratuitamente os exames para diagnosticar o câncer de pele e ensinar formas de prevenção. Aqui no Distrito Federal, a SBD-DF montará dois postos: um no Hospital Universitário de Brasília (HUB), na 605 Norte, e no Hospital Regional da Asa Norte (HRAN), na Quadra 1 do Setor Médico Hospitalar Norte, ao lado do Conjunto Nacional. O atendimento será das 9 às 16h.

Com essa campanha, os médicos querem diminuir a incidência da doença e evitar surpresas como a que enfrentou o professor de Educação Física Cláudio Passos, um rapaz de pele e olhos claros, que se queima facilmente no sol. Em 1992, quando tinha apenas 26 anos, surgiu um pequeno caroço em seu couro cabeludo. "Acho que foi a mão divina que me ajudou. Não liguei muito para esse caroço durante três anos, pois não incomodava muito. Apenas safam algumas cascas de vez em quando. Uma amiga enfermeira também ficou preocupada e marcou uma consulta no Hospital Regional de Taguatinga", conta Cláudio.

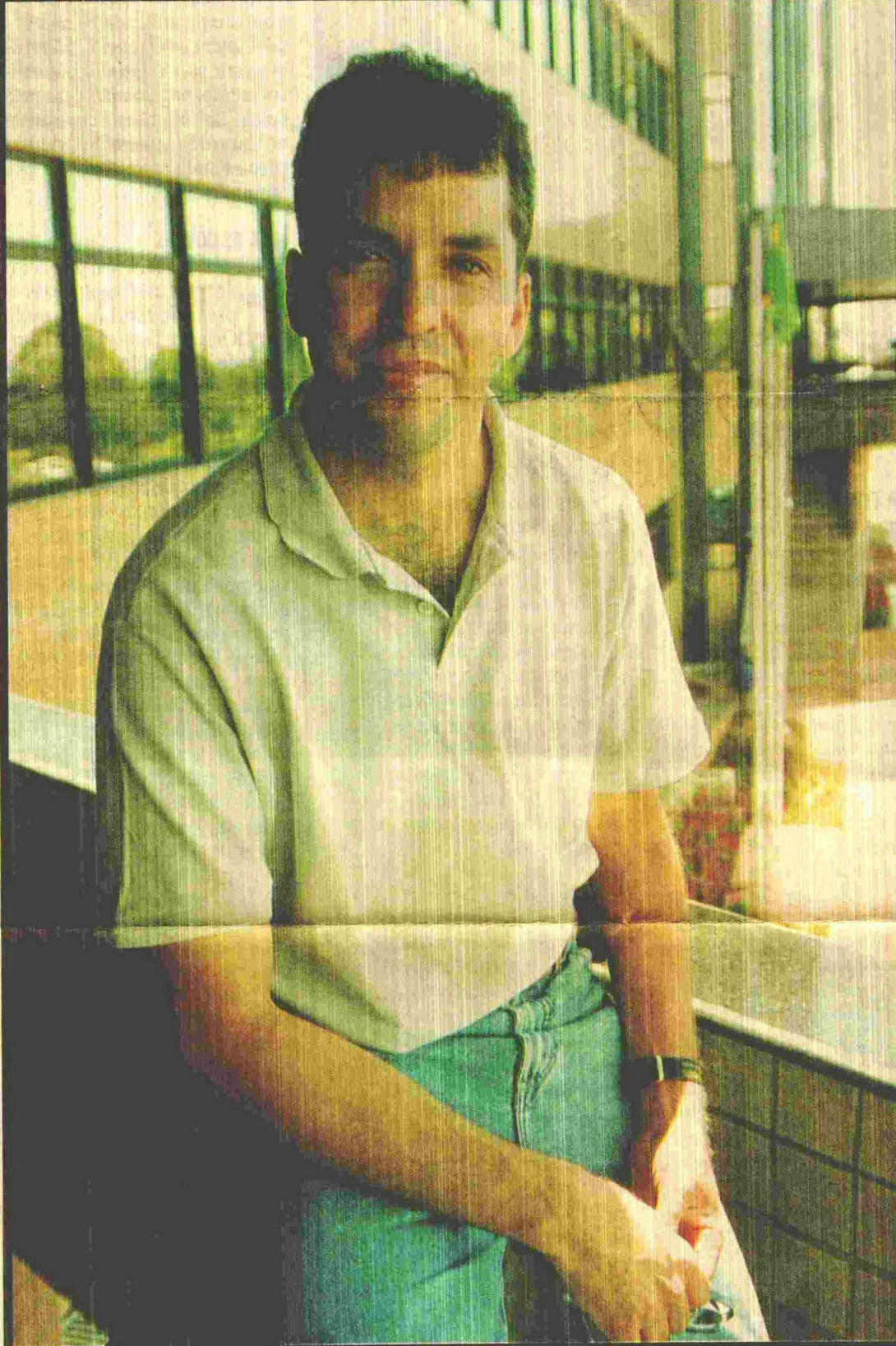
O médico, um cirurgião, retirou a lesão e mandou para biópsia. "Alguns dias depois, recebi um telefonema do hospital, pedindo que eu retornasse no dia seguinte", diz. O resultado dera positivo. Cláudio estava com carcinoma espinocelular, um tipo intermediário de câncer de pele.

Hoje ele se cuida. Passa sempre protetor solar com fator de proteção 60 e evita o sol entre 10 e 16h. "Mudei o meu estilo de vida. Atribuo a minha doença às loucuras da juventude, pois não dava importância aos cuidados com os raios solares.

ALERTA DOS DERMATOLOGISTAS: OS BRASILEIROS DEVEM USAR FILTRO SOLAR DIARIAMENTE, NÃO APENAS QUANDO VÃO À PRAIA OU AO CLUBE. SÓ ASSIM EVITAM O CÂNCER DE PELE

EPIDEMIA SILENCIOSA

Paulo de Araújo



CLÁUDIO PASSOS SEGUE UM PROGRAMA RÍGIDO DE CUIDADOS COM A PELE. NÃO SAI SEM FILTRO SOLAR FATOR 60

ADOTE ALGUNS CUIDADOS

As pessoas que apresentam feridas que não cicatrizam, crescem, formam crostas e sangram ou pintas que coçam, crescem e às vezes sangram devem procurar um dermatologista

Para a pessoa de pele mais clara, a melhor forma de se proteger é não se expor diretamente ao sol entre às 10h e às 15h, ou durante o horário de verão, de 11h às 16h. Pessoas de pele naturalmente mais morena, embora corram menos riscos, também devem tomar essas precauções.

Passar protetor solar em todas as partes do corpo

que ficarão expostas ao sol, cerca de 20 minutos antes. Repita a aplicação a cada duas horas.

Use protetor solar, mesmo se estiver na sombra: água, areia e concreto refletem os raios solares e podem causar queimaduras.

Use protetor solar, mesmo em dias nublados. As nuvens não são capazes de filtrar os raios solares.

Pessoas com a cor da pele muito clara, que trabalham ao ar livre, ou a que já tiveram tumores de pele, correm mais riscos de contrair câncer de pele. Nesses casos, o uso de

protetor solar deve ser diário.

Crianças não sabem se cuidar sozinhas. Por isso, devem ser ensinadas a se proteger adequadamente, pois os efeitos do sol se acumulam ao longo dos anos e podem causar câncer de pele no futuro.

O bronzeamento artificial também possui raios ultravioleta, provocando queimaduras solares e envelhecimento precoce, além de aumentar os riscos de desenvolvimento de câncer de pele.

Fonte: Universidade Federal de São Paulo (Unifesp)

Gilvan Alves esclarece que a exposição exagerada aos raios ultravioletas A (UV-A) e principalmente B (UV-B) é o pior inimigo da pele. Segundo ele, os efeitos do sol são cumulativos, ou seja, crianças e adolescentes que se expuseram demais aos raios solares durante os 20 primeiros anos de vida têm mais chances de desenvolver câncer de pele na vida adulta do que aqueles que foram protegidos. Porém, atualmente aumentou o número de casos da doença entre os mais jovens, como ocorreu com Cláudio.

A dermatologista Elizabeth Perdenneiras, presidente da SBD-DF e coordenadora da campanha no Distrito Federal, explica que existem três tipos de câncer de pele. O mais comum é o carcinoma basocelular, um tumor ou uma pinta que aparece normalmente no rosto, pescoço ou nas mãos, como uma casquinha que não cicatriza; o segundo tipo, carcinoma espinocelular, pode aparecer como uma região endurecida e descamativa nos lóbulos das orelhas, no rosto e nos lábios. Os carcinomas, se forem tratados a tempo, oferecem 95% de possibilidade de cura. O terceiro e mais grave tipo de câncer de pele é o melanoma. Extremamente agressivo, ele tem a capacidade de se espalhar rapidamente, provocando metástases em outros locais do organismo caso não seja diagnosticado e tratado a tempo.

Elizabeth garante que o sol não é um inimigo desde que seja encarado com bom senso. "O brasileiro precisa aprender a usar protetor solar diariamente e não apenas quando vai à praia ou ao clube. Até nos dias nublados." Ela informa que na campanha do ano passado os dermatologistas brasileiros examinaram 1.451 pessoas, mas apenas 15% revelaram que usam protetor solar constantemente. Gilvan Alves vai mais além. "Até as pessoas de raça negra, que possuem alta taxa de melanina e são mais resistentes aos raios solares, devem usar protetor solar quando forem à praia."

Mas o sol não é a única preocupação dos dermatologistas. Eles também estão preocupados com a moda das câmaras de bronzeamento, que ainda não foram regulamentadas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária e, portanto, não têm fiscalização de rotina dos seus graus de radiação. "As doses de UVA emitidas pelas cabines em uma única sessão são muito mais altas do que as encontradas na natureza em um dia de sol pleno e, assim, mais perniciosas à pele", adverte o médico Francisco Leite, alertando que, além do câncer de pele, as câmaras também podem provocar envelhecimento precoce e catastrófica. Francisco Leite explica que pessoas de pele clara e olhos azuis, aquelas que têm sardas ou já tiveram tumor de pele ou quem tenham pessoa com caso de câncer de pele na família não devem usar as cabines. "E antes de decidir pelo bronzeamento artificial, consulte um dermatologista da sua confiança", aconselha Francisco Leite.

SERVIÇO

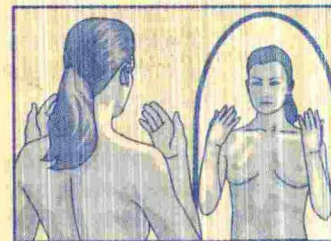
PROGRAMA NACIONAL DE CONTROLE DO CÂNCER DA PELE
Dia 2 de dezembro, das 9 às 16h
Hospital Universitário de Brasília (HUB)
Hospital Regional da Asa Norte (HRAN)

AUTO-EXAME

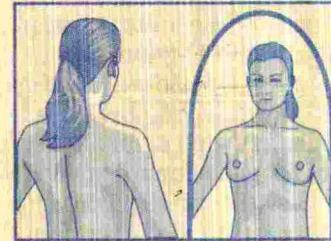
É um importante aliado na prevenção ao câncer de pele. De tempos em tempos, observe cada parte de seu corpo e verifique se há alguma alteração em sua pele. Se encontrar alguma ferida que esteja crescendo e não cicatriza ou uma pinta que esteja aumentando e coçando, não hesite em procurar um médico.



Comece examinando cuidadosamente as mãos (palmas e costas), os dedos, os espaços entre os dedos, as unhas e os antebraços.



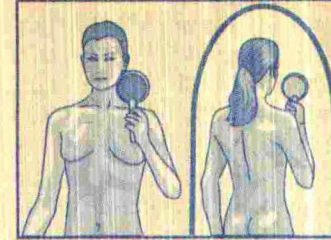
Tire toda a roupa. Diante de um espelho, dobre os braços com as palmas das mãos voltadas para você e examine o lado oposto dos antebraços e cotovelos.



Verifique cada parte da frente de seu corpo: rosto, pescoço, peito, barriga, região pubiana, coxas e pernas.



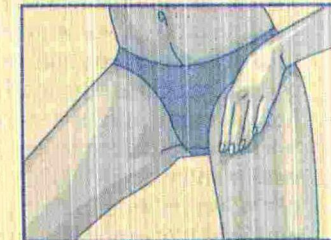
Levante bem os braços, vire-se para a esquerda e observe no espelho a parte lateral de seu corpo. Vire-se para a direita e faça a mesma coisa.



Vire-se de costas para o espelho grande e, com o auxílio de um espelho portátil, examine a parte de trás do pescoço, as costas, as nádegas e a parte de trás das pernas.



Observe o couro cabeludo com a ajuda dos dois espelhos. Se possível, peça o auxílio de alguém. O secador também pode ser útil para afastar os cabelos, possibilitando uma melhor visão.



Sente-se e examine a parte interna de cada perna, começando pela virilha e indo até os pés.

Fonte: Universidade Federal de São Paulo (Unifesp)