

UTILIZAÇÃO DO FILTRO SOLAR: AVALIAÇÃO DOS HÁBITOS DE ESTUDANTES DA FACULDADE UNIS SÃO LOURENÇO-MG EM RELAÇÃO À UTILIZAÇÃO DA FOTOPROTEÇÃO

Data de aceite: 01/07/2024

Letícia Ribeiro Ramos dos Santos

Graduanda em Tecnólogo Superior em Estética e Cosmética na Faculdade Unis São Lourenço São Lourenço, MG

Ana Clara Ferreira Alves

Graduanda em Tecnólogo Superior em Estética e Cosmética na Faculdade Unis São Lourenço São Lourenço MG

Juliana Ferreira Bittencourt

Tecnólogo em estética e Cosmética, Especialização em Estética e Saúde, metodologias ativas, estética corporal e pós operatório em cirurgia plástica pelo Centro Universitário do Sul de Minas, mestranda em Gestão e Desenvolvimento Regional

Fernanda Ribeiro Marins

Bacharelado em Fisioterapia. Especialização em Acupuntura Sistêmica, Fisioterapia Cardiorrespiratória, Fisioterapia Pediátrica, Psicomotricidade, Gestão de pessoas e conflitos, Fisioterapia Neurofuncional. Mestrado, doutorado e pós-doutorado em Fisiologia e Farmacologia na Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Doutorado sanduíche na Augusta University, Augusta, Georgia, EUA

RESUMO: A exposição prolongada e inadequada aos raios solares é um fator significativo na aceleração do processo de envelhecimento da pele, conhecido como “fotoenvelhecimento”. Além dos efeitos estéticos, como o surgimento de rugas e manchas, a exposição excessiva ao sol também aumenta o risco de desenvolver câncer de pele, uma das formas mais comuns de câncer em todo o mundo. A pesquisa teve o objetivo de investigar e comparar os hábitos e práticas de uso de filtro solar entre os estudantes do sexo masculino e feminino, visando identificar possíveis diferenças entre comportamento e conscientização em relação a proteção solar. Foi realizado estudo transversal utilizando um questionário autoaplicável formulado pelas pesquisadoras. A amostra foi composta por alunos da Faculdade Unis São Lourenço, totalizando 97 pessoas. Este trabalho analisa os hábitos dos estudantes da Faculdade UNIS São Lourenço-MG em relação à utilização da fotoproteção. Tal abordagem é devida ao fato baseado no entendimento de quem geralmente se dedica com mais eficiência à proteção solar, se alunos homens ou mulheres. O objetivo desta pesquisa é investigar e comparar os hábitos e práticas de uso de filtro solar

entres os estudantes do sexo masculino e feminino , visando identificar possíveis diferenças entre comportamento e conscientização em relação a proteção solar. A pesquisa apontou que há uma predominância da parte das mulheres que fazem o uso do filtro solar de maneira mais constante e atenta, considerando aspectos como a reaplicação, preferência por qualidade no momento de escolher o filtro solar ideal quando comparados aos homens. Medidas socioeducativas são essenciais para estimular esse hábito na comunidade.

PALAVRAS-CHAVE: Fotoproteção. Fotoenvelhecimento. Câncer. Radiação solar.

INTRODUÇÃO

A radiação ultravioleta (UV) é uma forma de energia eletromagnética emitida pelo sol, outrossim pode ser produzida artificialmente em lâmpadas UV para diversas aplicabilidades, como, bronzamento artificial, esterilização e tratamento de água. A faixa de radiação UV é dividida em três bandas de acordo com sua frequência e energia, são elas: UVA, UVB e UVC. A radiação UVA e UVB proveniente do Sol, alcançam a superfície da Terra e ocupam papéis distintos no contato com a pele, e impactos na natureza. Porventura, a radiação UVC é quase que integralmente retida pela camada de ozônio, de modo que atinja a superfície da terra (JUCHEM et al., 1998).

Os raios UVA, possuem comprimentos de onda mais longos, (315-400nm) responsáveis por gerar processos oxidativos. A banda UVB (280-315nm) é prejudicial à saúde e possui efeitos cumulativos, seus danos estão vinculados ao DNA, espessamento do estrato córneo, eritema. A UVC (100-280nm) é altamente energética, entretanto, é quase totalmente absorvida pela camada de ozônio, de modo que não alcance a superfície da terra. Consequência do resultado da degradação da camada de ozônio, houve um aumento na incidência de casos de câncer de pele, decorrente da exposição solar por muitos anos em horários prejudiciais (JUCHEM et al., 1998).

Os filtros solares são produtos que ajudam a proteger a pele da radiação UV. Os filtros solares funcionam absorvendo ou refletindo a radiação UV. Criado há mais de três décadas, o Fator de Proteção Solar (FPS) é amplamente reconhecido como o principal critério para avaliar o desempenho dos filtros solares e é internacionalmente aceito como a informação principal nos rótulos desses produtos. No entanto, surgem discordâncias quanto à sua utilidade e aplicação prática, uma vez que depende de um indicador biológico, como o eritema, que varia de pessoa para pessoa, tornando os resultados do FPS suscetíveis a flutuações (SCHALKA; SILVA, 2011). O FPS é uma medida da capacidade de um filtro solar de proteger a pele da radiação UVB. Um FPS de 30 significa que a pele protegida pelo filtro solar pode receber 30 vezes mais radiação UVB do que a pele desprotegida antes de começar a queimar (SCHALKA; SILVA, 2011).

Os filtros solares podem ser aplicados na pele de várias formas, incluindo loções, cremes, géis, sprays e sticks. As medidas de proteção podem ser categorizadas de diversas maneiras. Por exemplo, medidas ambientais envolvem o uso de recursos naturais, como

a camada de ozônio e a presença de nuvens. Além disso, há a fotoproteção por meio de vestuário e acessórios, como óculos de sol, roupas feitas com tecidos densos e resistentes, e itens de chapelaria. Também encontramos produtos em várias formas, como loções, óleos, cremes e outros, que contêm substâncias capazes de bloquear os efeitos dos raios UV (BALOGH et al., 2013).

Segundo A Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) (2017), a utilização de medidas de fotoproteção, que são tidas como precaucionais e ajudam a evitar as radiações mencionadas anteriormente, demonstra eficácia na luta contra, prevenção e redução da ocorrência de doenças de pele relacionadas à exposição aos raios UV. Além disso, mencionam-se todas essas medidas no Consenso Brasileiro de Fotoproteção (SDB, 2017, SCHALKA et al., 2014).

Neste estudo, examinamos os padrões de comportamento dos alunos da Faculdade UNIS São Lourenço quanto ao uso de produtos de proteção solar e investigamos se há diferenças de gênero na adoção de medidas de proteção contra a exposição ao sol.

METODOLOGIA

Participaram da pesquisa 97 estudantes da Faculdade Unis São Lourenço, com idade entre 18 e 55 anos, do sexo masculino ou feminino. Todos confirmaram aceite do termo de consentimento livre do termo esclarecido. O protocolo de pesquisa foi submetido ao comitê de ética da instituição.

Essa amostra foi conduzida por meio de um formulário desenvolvido pelas pesquisadoras no Google documents. O formulário foi disponibilizado em formato impresso e preenchido pelos estudantes no dia 25 de setembro de 2023. O questionário consistia em 12 perguntas que os participantes responderam manualmente. A caracterização da amostra inclui informações sobre curso, gênero, idade e cor. A investigação abordou os comportamentos frequência de exposição ao sol, uso regular do filtro solar, reaplicação do filtro solar, fator de proteção do filtro solar, motivos por não usar o filtro solar, uso por razões de saúde, estética ou ambas, se a preferências por filtros solares é embasada preço ou qualidade, preferência por produtos manipulados ou industrializados e histórico de câncer de pele em parentes próximos ou no próprio entrevistado.

A pesquisa apresentou um nível de risco baixo, limitando-se a possíveis situações de desconforto, constrangimento, estresse ou fadiga que os participantes poderiam experimentar ao responder o questionário. A análise estatística foi conduzida utilizando a representação em porcentagem dos dados, e os gráficos foram criados utilizando a ferramenta Google Planilhas. A análise estatística foi realizada pelo Teste T.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram inquiridos 97 estudantes por meio do questionário em formato impresso, com uma maioria significativa de participantes do sexo feminino, representando 71.13% do total, o que equivale a 69 mulheres e 28 homens. Partindo da não homogeneidade da amostra, os dados comparativos foram expressos em porcentagem a fim de normalização. Responderam ao questionário estudantes com faixa etária entre 18 e 55 anos, sendo a idade média de 36 anos.

A pesquisa foi realizada nos cursos de Bacharelado em Educação Física, Bacharelado em Ciências Contábeis, Licenciatura em Pedagogia, Bacharelado em Pedagogia, Bacharelado em Administração da Faculdade Unis São Lourenço.

A grande maioria dos entrevistados (95.13%) relatou fazer uso regular de filtro solar.

Em relação a autodescrição de cor, os indivíduos do sexo masculino se descreveram, 4% pretos, 25% pardos e 71% brancos. Já as mulheres se descreveram, 7% pretas, 19% pardas, 1% amarela e 72% brancas.

Quanto à exposição ao sol, a pesquisa não encontrou diferença estatística na comparação entre os sexos, 17.86% dos homens e 15.94% das mulheres. Na categoria de exposição moderada ao sol, tanto homens quanto mulheres apresentaram números muito semelhantes, 57.14% e 52.17%, respectivamente.

Na amostra realizada, 25% dos homens têm o hábito de sempre se expor ao sol, uma porcentagem relativamente menor comparado às mulheres, que se expõem mais frequentemente, representando 31.88%.

Em relação à utilização regular do filtro solar, comprova-se que 21.43% dos homens optam por não utilizá-lo, enquanto 35.71% fazem uso constante. Além disso, 25% o utilizam ocasionalmente, e 17.86% o aplicam somente quando vão à praia ou piscina. Entre as mulheres, observa-se que 8.7% delas não fazem o uso do filtro solar, enquanto expressivos 59.42% fazem o uso regular. Além disso, 23.19% o utilizam ocasionalmente, e outros 8.7% aplicam apenas durante atividades na praia ou piscina. Com base nos dados, foi possível concluir que as mulheres utilizam filtro solar em uma proporção maior do que os homens.

Sobre a reaplicação do filtro solar, somente 7.14% do público masculino realiza a reaplicação do filtro solar, ao passo que 92.86% deixam de fazê-lo. No caso das mulheres, 34.78% têm o hábito de renovar a aplicação do filtro solar, enquanto 65.22% não seguem essa prática.

Quanto ao fator do filtro solar, a análise do público masculino aponta que 3.57% optam por fator 30, 14.29% escolhem o fator 50, 17.86% preferem o fator 60, e 7.14% optam pelo fator 70. Metade (50%) não tem conhecimento sobre qual fator utilizam e 7.14% fazem o uso por outros tipos de fatores. A avaliação entre as mulheres mostrou que 10.14% escolhem o fator 30, 26.09% optam pelo fator 50, mesma porcentagem (26.09%) preferem o fator 60, e 20.29% optam pelo fator 70. Além disso, 15.94% não sabem qual fator usam, enquanto 1.45% utilizam outros tipos de fatores.

A pesquisa demonstrou que embora 17.86% dos homens participantes usem regularmente filtro solar, 32.14% admitiram que deixam de usá-lo devido a esquecimento, enquanto 50% não o incorporaram à sua rotina diária por falta de hábito. Mesmo que 59.42% das mulheres participantes utilizem frequentemente filtro solar, 18.84% confessaram que deixam de aplicá-lo devido a lapsos de memória, enquanto 21.74% ainda não o incluíram como parte de sua rotina diária devido à falta de costume. Com base nesses resultados, a pesquisa indica um interesse maior das mulheres em relação ao uso de protetor solar em comparação com os homens.

Analisando as razões que levam os estudantes a utilizar filtro solar, 53.57% dos homens fazem o uso por motivos de saúde, 3.57% por razões estéticas e 42.86% por ambos os motivos. No entanto, no caso das mulheres, 30.43% aplicam visando à saúde, 7.25% por motivos estéticos e 62.32% por ambas as razões.

Ao analisar as preferências dos estudantes baseado em preço e qualidade de filtro solar, no grupo masculino, 46.43% priorizam o preço, enquanto 53.57% valorizam a qualidade. No grupo feminino, a escolha baseada no preço foi menos frequente em comparação com o grupo masculino. A pesquisa mostrou que 27.54% optam pelo preço, enquanto a maioria substancial, 84.06% dão preferência à qualidade.

Ao comparar a preferência entre filtro solar manipulado e industrializado, os homens apresentaram uma porcentagem de 25% preferem os industrializados, enquanto 75% preferem por filtro solar manipulado. Dentre as mulheres, 15.94% optam por filtro solar manipulado, enquanto notáveis 84.06% favorecem os industrializados.

Com relação à avaliação do câncer de pele, os dados revelaram que 10.71% dos homens têm parentes com esse histórico, 3.57% dos participantes já tiveram a doença, e 85.71% não têm registro de histórico na família. A pesquisa confirmou que 15.94% das mulheres têm antecedentes familiares de câncer de pele, enquanto 84.06% não apresentam esse histórico.

Com base nas respostas obtidas por meio do questionário, a pesquisa apontou que há uma predominância da parte das mulheres no uso do filtro solar de maneira mais constante e atenta, considerando aspectos como a reaplicação, preferência por qualidade no momento de escolher o filtro solar ideal. No entanto, também se observou uma desatenção por parte dos participantes homens em relação à utilização adequada dos protetores solares, muitos não seguem as instruções de aplicação presentes na embalagem, não fazem a reaplicação e frequentemente esquecem de utilizá-lo ou não possuem o hábito.

Pesquisas científicas têm investigado a utilização de filtro solar em jovens universitários. Um estudo realizado no Brasil, por exemplo, avaliou os hábitos de exposição solar e fotoproteção de 273 jovens universitários. Os resultados mostraram que 85,2% dos participantes usavam filtro solar, mas apenas 15% o faziam de forma regular. Além disso, a maioria dos participantes (52,2%) aplicava o filtro solar somente em dias ensolarados, praia e piscina (Urasaki et al., 2016).

Outro estudo, realizado nos Estados Unidos, analisou os hábitos de fotoproteção de 1.276 jovens universitários. Os resultados mostraram que 75% dos participantes usavam filtro solar, mas apenas 30% o aplicavam corretamente. Além disso, a maioria dos participantes (58%) não reaplica o filtro solar ao longo do dia (Martinez-Galan et al., 2022).

Em geral, as pesquisas científicas mostram que os jovens universitários têm uma boa percepção da importância do uso do filtro solar, mas que ainda há um número significativo de pessoas que não o utilizam de forma adequada.

Algumas das principais barreiras para o uso regular e adequado de filtro solar entre jovens universitários incluem. Falta de conhecimento sobre a importância da fotoproteção; crenças errôneas sobre os efeitos do filtro solar; desconforto causado pelo uso do filtro solar; falta de acesso a filtros solares de qualidade (Urasaki et al., 2016).

Para aumentar o uso de filtro solar entre jovens universitários, é importante promover a educação sobre a importância da fotoproteção, esclarecer as crenças errôneas sobre os efeitos do filtro solar e desenvolver filtros solares mais confortáveis e acessíveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base em todas as informações analisadas, pode-se concluir que as estudantes do sexo feminino dos cursos examinados estão demonstrando um comprometimento mais eficaz na adoção de medidas de proteção contra a exposição solar. Por outro lado, os estudantes do sexo masculino estão mais propensos a enfrentar problemas decorrentes da falta de proteção solar e carecem de uma maior conscientização sobre o assunto.

Com essa premissa em mente, é de suma importância desenvolver iniciativas futuras que tenham como objetivo aprimorar a conscientização desses estudantes e reduzir a ocorrência de potenciais complicações associadas à exposição solar desprotegida. Portanto, é necessário realizar pesquisas abrangentes que abordam tanto as causas desses problemas quanto às estratégias potenciais para melhorar a educação das pessoas e reduzir os impactos da exposição solar. Os profissionais da área da saúde são peças chave no processo de educação contínua.

REFERÊNCIAS

Balogh T. S., Vescalo, M. V. S, Prediali, C. A., Kaneko, T. M., Baby, A. R.; Proteção à radiação ultravioleta: Recursos disponíveis na atualidade em fotoproteção. Anais Brasileiros de Dermatologia, v.86, n.4, p.732-742, 2011. Disponível em: < http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0365-05962011000400016>.

Juchem PP, Hochberg J, Winogron A, Ardenghy M, English R. Health Risks of Ultraviolet Radiation. Rev. Bras. Cir. Plást.1998;13(2):31-60

Martinez-Galan, R.; Paller, A. S.; Awad, S. A. Sunscreen use habits and behaviors among young adults: A systematic review. Journal of the American Academy of Dermatology, 86(2), 374-387. 2022.

Pacagnelli, Victor Hugo Infante; Salomão Calixto, Livia; Berardo Gonçalves Maia Campos, Patrícia Maria. Comportamento de homens e mulheres quanto ao consumo de cosméticos e a importância na indicação de produtos e adesão ao tratamento. *Surgical & Cosmetic Dermatology*, vol. 8, núm. 2, 2016, pp. 134-141 Sociedade Brasileira de Dermatologia; Rio de Janeiro, Brasil. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265546364005>

SBD- Sociedade Brasileira de Dermatologia, Disponível em: <<http://www.sbd.org.br/dermatologia/pele/doencas-e-problemas/cancer-da-pele/64/>>

Schalka S, Reis VMS. Fator de proteção solar: significado e controvérsias. *An Bras Dermatol*. 2011; 86(3):507-15

Urasaki, M. B. M.; Muradi, M. M., Silva, M. T.; Maekawa, T. A.; Zonta, G. M. A. Práticas de exposição e proteção solar de jovens universitários. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 69(1), 126-133. 2016.

Vergilio, Mariane Massufero; Rocha, Pedro Alves da. O comportamento do consumidor de protetor solar: influência dos aspectos sensoriais no hábito de fotoproteção e motivação de compra *Surgical & Cosmetic Dermatology*, vol. 12, núm. 3, 2020, Julho-Setembro, pp. 237-244; Sociedade Brasileira de Dermatologia DOI: 10.5935/scd1984-8773.20201232550. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265565422006>