

CLIENTE: COT	
DATA DE VEICULAÇÃO: 04/02/2015	VEÍCULO: Jornal Gazeta de Uberlândia
CADERNO: Saúde e Estética	ÁREA: Ponto e Vírgula
AUTOR:	PÁGINA: 5
TÍTULO: Com temperaturas cada vez mais altas os cuidados com a pele devem ser redobrados	

## Com temperaturas cada vez mais altas os cuidados com a pele devem ser redobrados



**S**ol forte e pouca chuva. Este é o atual cenário do verão brasileiro que chegou com tudo e há cerca de um mês vem apresentando temperaturas cada vez mais altas. O que deve ser uma alerta para quem se expõe ao sol diariamente e também para aqueles que gostam de manter a pele sempre bronzeada.

Existem dois tipos de radiação solar, a UVA e UVB, e cada uma tem sua especificidade. Os raios UVA incidem durante todo o dia e penetram nas camadas mais profundas da pele. Os efeitos dessa radiação em longo prazo podem provocar manchas na pele, o envelhecimento precoce e até mesmo câncer. Já os do tipo UVB, inci-

dem das 10h às 16h e provocam vermelhidão, queimaduras e câncer.

Geralmente pessoas de pele, olhos e cabelos claros são as que mais sofrem com a exposição solar, pois ao invés de bronzear, elas ficam com queimaduras. Todos, independente da cor da pele, devem se proteger contra o sol. Porém estas pessoas precisam de uma proteção solar mais rigorosa. O ideal é um fator de proteção de pelo menos 30, que proteja contra a radiação UVA e UVB. As peles mais sensíveis, com manchas, rosácea, entre outras, exigem um fator mais alto. O melasma exige também uma proteção contra a luz visível, que seria um filtro com cor. Existem filtros que controlam a oleosidade da pele com tendência a acne, filtros para peles mais maduras que hidratam e nutrem com substâncias específicas e filtros com fatores antioxidantes que previnem o envelhecimento. O ideal é consultar um dermatologista e ver qual seria o ideal para você.

### CÂNCER DE PELE

Além de queimaduras logo após a exposição ao sol, a falta de proteção



por um longo período pode provocar problemas sérios de pele levando até mesmo ao desenvolvimento de câncer. Para 2015, o Instituto Nacional do Câncer (Inca) estima 182 mil novos casos de câncer de pele não melanoma. "O câncer não melanoma é o que está diretamente ligado à exposição excessiva ao sol. Por isso, ao primeiro sinal de surgimento de manchas, feridas, pintas ou sinais novos na pele ou de

mudança nas características desses, deve-se procurar um especialista para diagnóstico correto, evitando possíveis evoluções da doença, pois quando diagnosticado na fase inicial o tratamento é mais eficiente", afirma o oncologista do COT – Centro Oncológico do Triângulo, Rodolfo Gadia. Já o melanoma é a forma mais grave da enfermidade e representa apenas 4% das neoplasias.



**Dr. Rodolfo Gadia**  
Oncologista / COT