

Ações extensionistas voltadas para a prevenção de queimaduras solares: relato de experiência

Extension actions towards the prevention of sunburn: experience report

Acciones de extensión dirigidas a prevenir las quemaduras solares: relato de experiencia

Lucas Henrique de Rosso, Paulo Roberto Boeira Fuculo Junior, Evelyn Andrade dos Santos,
Simone Coelho Amestoy, Maria Elena Echevarría-Guanilo

RESUMO

Objetivou-se relatar a experiência de ações educativas visando à prevenção de queimaduras, principalmente as queimaduras solares. A atividade ocorreu em uma praia no interior do Estado de Rio Grande do Sul e atingiu, aproximadamente, 550 pessoas que foram abordadas face-a-face, sendo orientadas quanto aos riscos de queimaduras solares, horários seguros de exposição ao sol e acessórios que contribuem para a proteção. Também foram mencionadas formas de agir frente aos danos causados pela intensa exposição aos raios solares, e queimaduras eventuais por meio de toxinas das lagartas e cnidários. Conclui-se que atividades como estas, além de auxiliar na assistência integral à população, contribuem com o desempenho do papel social e aprendizado dos acadêmicos de enfermagem, futuros profissionais integrantes da equipe multiprofissional de saúde.

DESCRIPTORES: Queimaduras. Risco. Educação em Saúde. Prevenção Primária.

ABSTRACT

This study was aimed to experience the educational actions focusing on the prevention of burnings, mainly sunburn. The activity was carried out in a beach at the countryside of the State of Rio Grande do Sul, and attained approximately 550 persons, which were personally approached, and oriented about the sunburn risks, safe time to sun exposure, and accessories that contribute to protection. Moreover, forms to act towards the damage caused by the intense exposure to sun, and eventual burnings throughout toxins of caterpillars and cnidarians were mentioned. It is possible to conclude that activities such as these contribute to the performance of the nursing students' social role and learning, who are the future professionals that will compose the multidimensional health team.

DESCRIPTORS: Burns. Risk. Health Education. Primary Prevention.

RESUMEN

El objetivo fue relatar la experiencia de acciones educativas para la prevención de quemaduras, principalmente las quemaduras solares. La actividad fue desarrollada en una playa del interior del Estado de Rio Grande del Sur y atendió, aproximadamente, 550 personas que fueron abordadas directamente, siendo orientadas en relación a los riesgos de las quemaduras solares, horarios seguros de exposición al sol y accesorios que contribuyen con la protección. También fueron mencionadas formas de actuar frente a los daños causados por la intensa exposición a los rayos solares, y quemaduras eventuales por medio de toxinas de gusanos e cnidarios. Actividades como estas, además de contribuir con la asistencia integral de la población, contribuyen con el desempeño del papel social y aprendizaje de los estudiantes de enfermería, futuros profesionales integrantes del staff multiprofesional de salud.

PALABRAS CLAVE: Quemaduras. Riesgo. Educación en Salud. Prevención Primaria.

INTRODUÇÃO

Atualmente, no cenário nacional, as queimaduras demonstram um agravo significativo à saúde pública¹. Segundo informações da Organização Mundial da Saúde (OMS), acidentes com queimaduras são responsáveis por aproximadamente 300.000 mortes por ano em todo o mundo. No Brasil, a estimativa destes acidentes representa em torno de 1.000.000 a 1.500.000 por ano^{2,3}. Esses dados alarmantes despertam a necessidade de ações de prevenção com a população tendo o intuito de minimizar os acidentes por queimaduras.

Demograficamente, o Brasil apresenta uma extensa parte de sua superfície localizada entre o Trópico de Capricórnio e o Equador, tornando-o um país com a maior área intertropical e um dos mais ensolarados do planeta. Devido a esse fato, recebe em grande intensidade os raios solares, consequentemente, apresentando uma importante contribuição com o número de ocorrência de queimaduras solares de primeiro e segundo grau, e com o elevado número de casos de câncer de pele⁴.

O verão é a estação em que a população fica mais exposta ao sol, tornando-a mais suscetível às queimaduras em virtude dos raios ultravioletas B, que atingem diretamente o nosso tecido de revestimento, ocasionando importantes danos⁵.

A pele é considerada o maior órgão do corpo humano e mostra-se como uma fronteira, pois permite a interação do corpo com o meio exterior. A mesma desenvolve diversas funções, sendo as principais a proteção, o controle hídrico, regulação da temperatura, produção de vitamina D e a excreção. Ela é constituída por duas importantes camadas, que são a epiderme e a derme, estando a última assentada em outra camada denominada hipoderme⁶. A queimadura ocasiona lesões nas camadas da pele e, conforme a profundidade atingida, as queimaduras podem ser classificadas como de primeiro, segundo e de terceiro grau¹.

As lesões causadas na pele decorrentes das queimaduras podem ser não somente devido a agentes radioativos, mas também por meio de energia térmica, química e elétrica, pois expressam capacidade de gerar calor excessivo nos tecidos de revestimento do corpo humano, acarretando de forma parcial ou total a destruição da pele e seus anexos¹.

Ações de prevenção de acidentes com queimaduras tornam-se fundamentais, principalmente quando as mesmas são direcionadas. Isto é, quando as ações de prevenção acompanham a sazonalidade com que estes acidentes ocorrem durante o ano².

Nessa perspectiva, as ações extensionistas voltadas à prevenção são estratégias fundamentais para minimizar os acidentes e mortes provocadas a partir de queimaduras, em que a disseminação de medidas preventivas e orientações à população por meio da educação em saúde se tornam imprescindíveis para a redução desse tipo de acidentes². Ademais, o desenvolvimento de ações extensionistas promove a assistência integral da população, assim como contribui tanto com o desempenho do papel social e de educadores em saúde dos acadêmicos de enfermagem, futuros profissionais que integrarão a equipe multidisciplinar de saúde.

O presente trabalho tem o objetivo de relatar as ações educativas de prevenção de queimaduras, com foco nas queimaduras solares.

RELATO DA EXPERIÊNCIA

A atividade foi realizada pelos acadêmicos integrantes do Grupo de Extensão e Pesquisa em Queimaduras (GEPQ), vinculado ao curso de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas. Atividades educativas sobre prevenção e reabilitação em queimaduras vêm sendo desenvolvidas desde 2010 pelo grupo junto à população.

As ações de prevenção às queimaduras foram realizadas na praia do Laranjal, situada na cidade de Pelotas-RS, Brasil. Essas foram desenvolvidas em dois dias, no período da manhã e tarde, no mês de fevereiro de 2015, atingindo um público de aproximadamente 550 pessoas, incluindo crianças, jovens, adultos e idosos.

Para a realização das ações, foram utilizadas impressões ilustrativas e *flyers* informativos elaborados pelos integrantes do grupo GEPQ, nos quais constam informações sobre queimaduras solares, de lagarta e cnidários, bem como a maneira de proceder frente à ocorrência (Figura 1).

Durante as atividades, a população, que no momento frequentava o respectivo local foi abordada e orientada quanto aos riscos de queimaduras solares e as formas de prevenção: horários mais seguros para exposição ao sol, acessórios que contribuem para a proteção, tais como chapéus, óculos solares, guarda-sol, o uso de fotoprotetores/filtros solares e roupas apropriadas.

Em função das ocorrências de acidentes na estação de verão, também houve uma conversa acerca das formas de agir frente a danos causados pela intensa exposição aos raios solares, e queimaduras eventuais por meio de toxinas das lagartas e cnidários, conhecidos popularmente como mãe d'água, água-viva e medusa.

Ao término das orientações, foram disponibilizados *flyers* com informações de prevenção e primeiros socorros em queimaduras. Destaca-se que, em todos os momentos, a forma de abordagem foi pausada e direcionada, primeiramente, a identificar o conhecimento da população, de forma que as ações partissem do conhecimento prévio. Isto com intuito das discussões e orientações serem significativas para a vivência e aprendizado da população (Figura 2).

Após a apresentação e breve fala sobre o motivo da ação de prevenção e entrega dos *flyers*, grande parte dos participantes relataram suas experiências com queimaduras solares prévias ou, ainda, mostraram lesões descamativas. Porém, com exposição solar contínua, fizeram menção ao uso de fotoprotetores, e mostraram interesse no assunto abordado, havendo, assim, questionamentos e troca de saberes sobre atitudes mais adequadas que previnem queimaduras.

As mulheres carregavam bolsas em decorrência da necessidade de transportar consigo acessórios para proteção à exposição ao sol, enquanto os homens apenas contavam com a peça de roupa que cobria o corpo, tais como sunga, bermuda e/ou camiseta, e sem fazer uso de fotoprotetor.

ORGANIZAÇÃO

Maria Elena Echevarria Guanilo
Isabel Cristina Saboia Sturbelle
Tainá Estabão Bartel
Evelin dos Santos
Diego Duro Braga



UFPEL
ensino & cultura



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE
PELOTAS**

Faculdade de Enfermagem

Cuidados para aproveitar melhor o verão



**Grupo de Extensão e Pesquisa
em Qualidade de Vida**

REFERÊNCIAS

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA. Orientação para acidentes por águas-vivas e caravelas no litoral catarinense. 2014. Disponível em: <http://www.sbd.org.br/AguaViva.aspx>. Acesso em: 28 jan 2014

Lessa, R. Queimaduras: o que fazer? Portal da Saúde de Sergipe, 2014. Disponível em: <http://www.saude.se.gov.br/index.php?act=leitura&codigo=1264> >. Acesso em 28 Jan 2014.

O QUE FAZER EM CASO DE LESÕES POR:

Água viva

Causa linhas avermelhadas ou marcas arredondadas (popularmente conhecida como queimadura), muito dolorosas, imediatamente após o contato com os animais nas praias.

Após o contato deve-se lavar com água fria e aplicar vinagre.

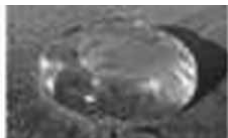


Imagem: <http://euacheipri-meiro.com/blog/2013/01/10/doencas-de-pele>



Imagem: National Geographic Television

Queimadura Solar

Evite o sol das 10h às 16h e use filtro solar (mínimo fator 15) e reaplique-o a cada 2h.

- O bronzeamento não acontece em um só dia e sim gradualmente (48 e 72h).
- Prefira roupas claras, com tecidos leves.



Imagem: <http://saude.culturamix.com/dicas/como-prevenir-os-perigos-das-queimaduras-de-sol>

Lagarta/Taturana

- Use luvas para atividades de jardinagem, evitando assim contato com lagartas.
- Em caso de contato direto lave o local com água e sabão
- Procurar atendimento médico e se possível leve a lagarta para a identificação da espécie.



Imagem: <http://forum.mundofotografico.com.br/index.php?topic=65997.0>

Figura 1 - Panfleto informativo: Cuidados para aproveitar melhor o verão!



Figura 2 – Atividades extensionistas: prevenção de queimaduras.

Fonte: da Própria pesquisa

Ainda, pôde ser observado que frequentadores da praia encontravam-se utilizando acessórios que contribuíam com a proteção aos raios solares, como guarda-sol, óculos, chapéus e roupas mais claras, além de utilizarem fotoprotetor, principalmente em crianças.

A ação teve o intuito de incentivar os participantes a tomarem iniciativas para a prevenção de queimaduras solar e, assim, orientar a forma correta de agir frente aos problemas, para minimizar os danos momentâneos e futuros à saúde; além de incentivar a tornarem-se também multiplicadores do conhecimento adquirido.

DISCUSSÃO

As lesões causadas pelos raios solares são cumulativas, ou seja, à medida que o indivíduo se expõe ao sol, os efeitos desses se somarão e causarão danos possivelmente irreversíveis. Quando a exposição solar se dá na praia, as pessoas recebem uma intensidade maior e contínua das radiações, sendo importante considerar a diferença de intensidade dada em diferentes lugares (locais de turismo)⁷, assim como nos diferentes horários do dia.

O bronzeamento é um processo contínuo, entretanto, é perceptível a exposição ao sol de pessoas em horários considerados inadequados, já que raios solares apresentam sua maior intensidade. Algumas pesquisas realizadas na cidade de Pelotas revelaram que 44,4% dos participantes apresentam certa sensibilidade quando expostos ao sol, causando assim queimaduras leves. Além disso, metade dos participantes alegou não fazer uso de fotoprotetor e quando esteve exposta ao sol na praia (ou tomando banho de sol), no trabalho ou na prática de esporte, a prevalência de queimadura solar foi de 48,6% (IC 95%: 45,8;51,4), 35,1% (IC 95%: 29,8;40,4) e 20,6% (IC 95%: 17,8;23,4), respectivamente⁸.

Em um estudo realizado na cidade de Brasília, os autores⁹ identificaram que 66,9% dos entrevistados se expunham ao sol

por lazer, enquanto 10,1% permaneciam no sol por motivos ocupacionais. Do total de participantes, apenas 25% faziam uso de fotoprotetor diariamente. Ainda, referem que as mulheres tendem a se proteger e ter cuidados a mais, quando comparadas com os homens⁹.

É importante destacar que a não exposição excessiva ao sol, isto é, proteger a pele dos raios UV, é a melhor maneira de prevenir o melanoma e outros tipos de tumores cutâneos, principalmente em pessoas fototipo I e II, as quais são de pele clara, com sardas, cabelos claros ou ruivos e olhos claros, além das que possuem histórico familiar¹⁰.

O intuito da ação de prevenção foi contribuir com o conhecimento das pessoas e alertá-las sobre a importância do uso do fotoprotetor, assim como a necessidade de respeitar os horários indicados e saudáveis para exposição ao sol. Adotar os cuidados adequados permite que a população desfrute das atividades de lazer, que envolvem a exposição prolongada a raios solares na estação de verão, com maior segurança e saúde.

CONCLUSÃO

Torna-se necessária a realização frequente de atividades de educação em saúde junto à população, objetivando o incentivo do conhecimento sobre promoção e prevenção de queimaduras no verão devido à ocorrência da grande exposição ao sol da população.

Assim, as atividades extensionistas direcionadas à prevenção emergem como estratégias fundamentais para a disseminação do conhecimento, orientações e esclarecimentos sobre a temática com os indivíduos, a fim de diminuir os acidentes provocados devido às queimaduras solares. Também contribuem com o conhecimento dos acadêmicos sobre a temática e sobre o importante papel de educador em saúde, principalmente, na promoção e prevenção

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Especializada. Cartilha para tratamento de emergência das queimaduras. Brasília: Ministério da Saúde; 2012.
2. Takejima ML, Netto RFB, Toebe BL, Andretta MA, Prestes MA, Takaki JL. Prevenção de queimaduras: avaliação do conhecimento sobre prevenção de queimaduras em usuários das unidades de saúde de Curitiba. *Rev Bras Queimaduras*. 2011;10(3):85-8
3. Sociedade Brasileira de Queimaduras. Conceitos e causas de queimaduras. 2013 [Acesso 07 Fev. 2015]. Disponível em: <http://sbqueimaduras.org.br/queimaduras-conceito-e-causas/>
4. Brasil. Ministério da Saúde. INMETRO - Informação ao consumidor. Protetor solar. 1998 [Acesso 06 Fev. 2015]. Disponível em: <http://www.inmetro.gov.br/consumidor/produtos/protetorSolar.asp>
5. Brasil. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. Queimaduras de Sol. 2003 [Acesso 06 Fev. 2015]. Disponível em: <http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/dicas/34queimadura.html>
6. Barbosa SRTGS. Caracterização de patologias da pele por ultrassons. [Dissertação de mestrado]. Coimbra: Departamento de Engenharia Electrotécnica e de Computadores, Universidade de Coimbra; 2013.
7. Rodrigo FG, Rodrigo MJ. O sol, a praia e a pele das crianças: conceitos essenciais. *Acta Pediatr Port*. 2011;42(2):71-7.
8. Haackl RL, Horta BL, Cesar JA. Queimadura Solar em Jovens: estudo de base populacional no Sul do Brasil. *Rev Saúde Pública*. 2008;42(1):26-33.
9. Castilho IG, Sousa MAA, Leite RMS. Fotoexposição e fatores de risco para câncer da pele: uma avaliação de hábitos e conhecimentos entre estudantes universitários. *An Bras Dermatol*. 2010;85(2):173-8.
10. Sociedade Brasileira de Dermatologia. Programa Nacional de Combate ao Câncer de Pele [Acesso 07 Fev. 2015]. Disponível em: <http://www.sbd.org.br/acoes/programa-nacional-de-combate-ao-cancer-da-pele/>

TITULAÇÃO DOS AUTORES

Lucas Henrique de Rosso - Acadêmico de Enfermagem da Faculdade de Enfermagem (FEn) da Universidade Federal de Pelotas (UFPeL), Pelotas, RS, Brasil.

Paulo Roberto Boeira Fuculo Junior - Acadêmico de Enfermagem da Faculdade de Enfermagem (FEn) da Universidade Federal de Pelotas (UFPeL), Pelotas, RS, Brasil.

Evelyn Andrade dos Santos - Acadêmica de Enfermagem da Faculdade de Enfermagem (FEn) da Universidade Federal de Pelotas (UFPeL), Pelotas, RS, Brasil.

Simone Coelho Amestoy - Professor Adjunto do Departamento e do Programa de Pós-Graduação da Faculdade de Enfermagem (FEn) da Universidade Federal de Pelotas (UFPeL), Pelotas, RS, Brasil.

Maria Elena Echevarría-Guanilo - Professor Adjunto do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, SC, Brasil.

Correspondência: Lucas Henrique de Rosso.

Universidade Federal de Pelotas. Rua Silva Só, nº139 - Bairro Santa Cecília -Porto Alegre, RS, Brasil – CEP: 90610-270

E-mail: lukz_rosso@hotmail.com

Artigo recebido: 10/3/2015 Artigo aceito: 22/4/2015

Local de realização do trabalho: Faculdade de Enfermagem (FEn) da Universidade Federal de Pelotas (UFPeL), Pelotas, RS, Brasil.