

ICONET Notícies 09/06/2008

Es posa en marxa la campanya d'estiu de prevenció de càncer de pell

- La campanya, que es fa cada any quan arriba l'estiu, té la finalitat de conscienciar a la població dels riscos de l'excés d'insolació i oferir consells a l'hora de prendre el sol
- Enguany, s'han editat 700.000 tríptics i 7.800 pòsters informatius
- Els casos de melanoma augmenten entre el 4 i el 5% cada any

Com cada any quan arriba l'estiu, l'Institut Català d'Oncologia impulsa la "Campanya de prevenció del càncer de pell". L'objectiu és advertir dels perills d'una exposició excessiva als raigs solars i oferir consells per prendre el sol amb seguretat.

En aquest cas, s'han imprès 575.000 exemplars en català i 125.000 en castellà del tríptic "Mesures de protecció solar per a infants i joves" i 7.800 exemplars del pòster "Protegim-nos del sol". El material recull les recomanacions preventives bàsiques de protecció solar orientades principalment als infants, joves i adolescents.

Els tríptics i els pòsters es distribuïran en centres d'atenció primària, consultes de pediatria, farmàcies, centres educatius, entitats de lluita contra el càncer, casals d'estiu i centres esportius.

El càncer de pell

S'ha demostrat que l'exposició excessiva al sol és el factor de risc més important del càncer de pell, tant del melanoma com del no melanoma. **Més del 80% dels casos de càncer de pell es podrien prevenir** evitant una exposició excessiva al sol i les cremades cutànies, especialment durant la infantesa i l'adolescència.

- Melanoma: és el més agressiu i està associat a episodis de cremades solars. És una malaltia poc freqüent però amb una morbiditat i una mortalitat elevades. A Catalunya, se'n diagnostiquen uns 740 casos (510 dones i 230 homes) cada any i representa l'1,2% de tots els tumors en els homes i l'1,6% en les dones. Des de fa uns anys s'observa **un increment continuat en la incidència de l'ordre del 5% en els homes i del 4% en les dones cada any.**
- Càncer no melanoma: està associat a l'exposició solar acumulada al llarg de la vida i apareix en els llocs del cos més exposats. Suposen el 95% de tots els càncers de pell i presenten poca mortalitat.

Mesures de protecció

Per gaudir del sol de manera saludable cal:

- Començar a prendre el sol de manera gradual i evitar l'exposició prolongada i les hores de màxima intensitat –de les 12:00 a les 16:00-.
- Cobrir-se amb samarretes i roba de cotó, gorra o barrets d'ala ampla, per protegir també coll i orelles. Dur ulleres de sol homologades, preferiblement amb banda lateral.
- Utilitzar crema de factor de protecció elevat (superior a 20). Aplicar-la en quantitat suficient, una estona abans de l'exposició i periòdicament després de banyar-se o si se sua molt.
- Beure aigua per evitar la deshidratació i evitar prendre el sol si es pren medicació fotosensible.

També cal tenir en compte

- No patir calor no vol dir que s'eviti la cremada solar. Les cremades es deuen a l'exposició als raigs ultraviolats i l'efecte tèrmic, en canvi, a la radiació infraroja. De la mateixa manera, el fet que estigui núvol tampoc evita les cremades.
- L'aplicació de productes fotoprotectors no es pot considerar una manera segura de protegir la pell ni un mitjà per perllongar l'exposició al sol.
- L'exposició prolongada produeix danys i envelliment de la pell i arrugues prematures. També afecta els ulls i pot alterar el sistema immunològic.
- Les làmpades i els llits de sol artificial també poden ser perjudicials per l'emissió de radiacions ultraviolades.
- A la platja, l'aigua i la sorra reflecteixen la llum i augmenten la intensitat solar. El mateix passa a la muntanya a més altitud o amb neu.

L'ICO fomenta la participació d'entitats i institucions en les polítiques per a la prevenció de la salut que promou. Enguany, participen en la Campanya de prevenció del càncer de pell: el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, la Societat Catalana de Pediatria, l'Àrea de Salut Pública i Consum de la Diputació de Barcelona, l'Ajuntament de Barcelona, l'Agència de Salut Pública de Barcelona, el Col·legi de Farmacèutics de Barcelona, la Federació Catalana d'Entitats de Lluita Contra el Càncer, Turisme Juvenil de Catalunya, Fundació Esplais de Catalunya, Fundació Pere Tarrés i el Laboratori Pierre Fabré. També hi col·laboren els Ajuntaments del Baix Llobregat que tenen conveni amb la Fundació ICO: Abrera, Begues, Cervelló, Cornellà, Esplugues de Llobregat, l'Hospitalet de Llobregat, EL Papiol, Pallejà, Sant Andreu de la Barca, Sant Boi, Sant Climent de Llobregat, St. Esteve Sesrovires, Sant Feliu de Llobregat, Sant Joan Despí, Sant Just Desvern i Vallirana.