

Outubro, novembro e dezembro de 2014.

RIO



SOCIEDADE
BRASILEIRA DE
DERMATOLOGIA
REGIONAL
RIO DE JANEIRO

DERMATOLÓGICO



Regional comemora com associados seus 50 anos e o fim da gestão Prof^a Gabriela Lowy

Ainda nesta edição:

- ▶ **Política de Sombras da SBDRJ avança no município do Rio** p. 10
- ▶ **Entrevista: Dr. Flávio Luz fala sobre seus planos para a gestão 2015/2016** p. 14

Política de Sombras da SBDRJ avança no município do Rio

A Política de Sombras, criada pela SBDRJ sob a coordenação do Dr. Flávio Luz, tem dado resultados e mobilizado novos parceiros. No dia 07 de outubro de 2014 foi realizada uma reunião, onde esteve presente o secretário municipal de Saúde do município do Rio, Dr. Daniel Soranz e sua equipe. Na ocasião, o Dr. Flávio apresentou o trabalho para o secretário, que aprovou o projeto e deu carta branca para sua equipe prosseguir com as ações.

Já no dia 28 de outubro, uma segunda reunião foi feita com toda a equipe da Secretaria Municipal de Saúde - SMS, com a coordenação de Equidade e Intersetorialidade em Saúde e com a subsecretaria de Atenção Primária, Vigilância e Promoção da Saúde. Neste encontro, foi firmada a parceria da SMS com a SBDRJ para a realização da campanha no Dia de Combate ao Câncer de Pele, 29 de novembro, com a inclusão do posto da Policlínica Carlos Alberto Nascimento, em Campo Grande, como um posto da campanha da SBDRJ.

Outra iniciativa da SBDRJ foi o envio, para todos os postos da prefeitura, do conteúdo de uma cartilha, elaborada pela regional em parceria com a SMS, para que as informações fossem

inseridas nas televisões dos postos de saúde do município e também em seus blogs.

Algumas sugestões também foram feitas. Uma delas é a realização de um *flash mob* no Parque Madureira, por exemplo, conscientizando a população presente sobre a importância do uso de chapéu para proteção solar. Outra ideia foi desenvolver um conteúdo para inserção nas naveas de conhecimento do município, de forma lúdica, apresentando os cuidados com a proteção solar. Por fim, foi sugerida a criação de um aplicativo para celulares que oriente o cidadão sobre os cuidados que devem ser tomados em dias de radiação solar extrema. ■



Reunião da SBDRJ com o Secretário Municipal de Saúde, Dr. Daniel Soranz



Segunda reunião da SBDRJ com a equipe da Secretaria Municipal de Saúde

APRENDA A PROTEGER SUA PELE DO SOL

Com a chegada do verão é preciso redobrar os cuidados com a pele. As altas temperaturas e a pouca cobertura de nuvens fazem com que a emissão dos raios solares atinja o nível extremo, o que aumenta o risco de queimaduras, manchas, envelhecimento precoce e câncer de pele.

Para manter sua pele saudável, é recomendado:

- Usar chapéu de cor escura, alto e largo e óculos de proteção solar, com lentes amareladas, para diminuir a penetração dos raios na pele.
- Evitar o horário de maior incidência de raios solares, entre 10h e 15h, pois a quantidade de raios UVB é maior nesse período.
- Usar roupas escuras, preferencialmente algodão, que absorvem os raios UVB e UVA e não permitem que eles penetrem na pele.
- Proteger sua unidade de saúde. A referência sempre que houver um medicamento que não cubra ou uma pele que esteja lesionada.

Atenção! Crianças de até seis meses de idade não devem se expor diretamente ao sol e nem fazer uso regular de filtro solar.

Manter sua pele hidratada e protegida com cremes de sol, pois evita queimaduras por desidratação e o risco de desenvolver câncer de pele.

Visite qual é sua unidade de referência, o endereço, o horário de atendimento e o número de funcionamento em: www.rj.gov.br/secretaria-saude

PROTEÇÃO SOLAR É MUDANÇA DE ATITUDE!

Política de sombras: promovendo o conforto para prevenir o câncer de pele

A incidência dos raios solares UVA e UVB, no horário das 10h às 15h, é altamente danosa para a pele. É fundamental que o cidadão comum tenha acesso às informações e se proteja do sol. A população precisa se conscientizar da importância do uso do protetor solar, não apenas quando vai à praia, piscina ou no lazer, mas em seu dia a dia.

É fundamental que todos, antes de sair às ruas, apliquem o protetor solar e, repitam a operação, em intervalos de três horas. Além disso, usar óculos escuros, buscar o abrigo de sombras, usar chapéus de cor escura e circular com roupas que impeçam a penetração dos raios solares são medidas que previnem manchas na pele, queimaduras, o envelhecimento precoce e o câncer de pele.

Proteção solar é mudança de atitude!