

Mesajul campaniei:

PRIMEȘTI O SINGURĂ PIELE!

AI GRIJA DE EA! PROTEJEAZ-O DE SOARE!

Campania Euromelanoma day a Societății Române de Dermatologie, ajunsă la a XII-a ediție, este o continuare a campaniilor derulate în anii precedenți. Astfel, SRD și-a propus și în acest an să aducă medicii dermatologi tot mai aproape de pacienți în lupta împotriva cancerului de piele, aceștia urmând să ofere informații și să acorde consultații gratuite populației aflate pe Litoralul Marii Negre, în stațiunile: Mangalia, Neptun și Jupiter și elevilor din București, Iași, Cluj Napoca, Tg. Mureș, Constanța, Oradea și Craiova dar și în alte instituții precum fabrici, companii multinaționale etc.

“ Am demarat această acțiune cu scopul de a sensibiliza populația la problema cancerelor de piele. Ne propunem să convingem opinia publică să conștientizeze pericolul expunerii la radiațiile solare, dar și să încurajăm prezentarea la medicul dermatolog pentru diagnosticul precoce al cancerului de piele” a declarat **Prof. dr. Calin Giurcaneanu, președintele SRD.**

Campania EuroMelanoma Day anul acesta având mesajul: **PRIMEȘTI O SINGURĂ PIELE! AI GRIJA DE EA! PROTEJEAZ-O DE SOARE!** se va desfășura simultan în cele trei stațiuni, în perioadele - 14 – 16 iulie, 11-13 august și 18-20 august în intervalul 08:00-12:00 și 15:00-18:30. Astfel, în locurile ce vor fi special amenajate minimum 12 medici dermatologi din țară, câte patru în fiecare stațiune, vor oferi consultații și informații gratuite pacienților, dar și turiștilor doritori de investigații de prevenție. Pe lângă informații legate de depistarea melanomului și prevenirea cancerului cutanat, aceștia vor mai primi și mostre de creme fotoprotectoare.

În ceea ce privește unitățile de învățământ, în perioada mai-iunie 2017 medicii se vor deplasa în liceele din București., Iași, Cluj Napoca, Tg. Mureș, Constanța, Oradea și Craiova, dar și în alte locații precum fabrici, companii multinaționale etc.

„Din nefericire, prevalența cancerelor de piele crește, motiv pentru care considerăm foarte utilă campania de față. Aceasta își propune depistarea precoce a leziunilor cu potential malign sau a tumorilor maligne în stadiul incipient. În continuare, susținem necesitatea educării populației în legătură cu această problemă încercând să subliniem o dată în plus importanța măsurilor profilactice, posibilitățile de depistarea precoce a leziunilor și modalităților terapeutice existente în România și la nivel mondial”, a declarat dr Alin Nicolescu, secretarul general al SRD.

Se știe deja că prea mult soare produce cancerul de piele. Motivul este radiația ultravioletă din razele solare. Acest tip de cancer este printre cele mai răspândite. Sunt mai multe tipuri de cancer de piele, multe care afectează pielea, dar nu se transmit de la piele la alte părți ale organismului. Un tip de cancer însă, melanomul, este de multe ori mortal.

Melanomul este un tip de cancer cutanat ce își are originea în melanocite - celulele producătoare de pigment. Aceste celule se divid necontrolat și invadează țesuturile din jurul acestora.

Razele ultraviolete sunt de trei feluri: UVA, UVB și UVC.

Ultravioletele UVA sunt responsabile pentru îmbătrânirea pielii și se consideră că și ele sunt vinovate de apariția cancerului, dar dintre cele trei tipuri de ultraviolete sunt privite ca cel mai puțin nocive.

Ultravioletele UVB declanșează procesul de producere a vitaminei D, provoacă arsurile pielii în urma expunerii prelungite la soare, dar sunt și cele mai periculoase pentru sănătate.

Ultravioletele UVC sunt cele mai periculoase, dar din fericire, în cea mai mare parte a planetei acestea sunt blocate de stratul de ozon.

Riscul apariției cancerului de piele se raportează la expunerile cumulate de-a lungul vieții. Pe cât posibil, este de evitat să se stea pentru mult timp în soare în special între orele 10.30 și 15.00. Dacă sunteți la plajă, folosiți loțiuni protectoare. Oamenii de știință cred că riscul expunerii la soare este foarte mare la copii. Arsurile severe la vârste fragede pot duce la apariția cancerului ulterior. De aceea se impune acoperirea capului copiilor care se joacă în plin soare.

Fazele campaniei sunt:

1. INVATAȚĂ!

Cancerul de piele poate afecta pe oricine, dar este mai des întâlnit la persoanele cu vârsta peste 50 de ani și la persoanele care s-au expus timp îndelungat la soare fără protecție solară.

2. VERIFICĂ NIVELUL DE RISC

Cancerul de piele poate fi vindecat, practic este cel mai ușor de tratat cancer dacă este depistat la timp și tratat corespunzător.

Pentru a putea fi tratat este foarte important să-i depistăm simptomele din timp. Cancerul de piele poate fi văzut, de aceea trebuie să ne verificăm pielea periodic (lunar de noi înșine, anual de medicul dermatolog) și să fim atenți la orice modificare care apare la nivelul ei.

3. VERIFICĂ

În mod normal în câteva minute o dată de luna, se poate verifica pielea. De exemplu: în fața unei oglinzi, se verifică fața (nasul, buzele, gura, după urechi), cu ajutorul unui pieptam se verifică scalpul, apoi verifică corpul, mâinile (inclusiv între degete), picioarele, spatetele, acest lucru îți poate salva viața.

4. PREVENȚIE

Pielea este în funcție de anumite caracteristici de mai multe tipuri (tip 1- este o piele deschisă la culoare de cele mai multe ori cu pistrui, păr blond sau roșu, ochi albaștri sau verzi; acest tip este extrem de sensibil la soare și de cele mai multe ori se arde, tip 2 – este o piele un pic mai închisă decât pielea tip 1, cu păr blond sau blond închis, ochi albaștri- și acest tip de piele este sensibil la soare, se bronzează încet și este predispus la arsuri solare; tip 3- este o piele mai închisă, păr saten, diverse culori la ochi- pielea este sensibilă la soare, se bronzează rapid și ușor, bronzul durează o perioadă mai lungă de timp și pielea tip 4- piele maro deschisă, ochi negri, părul este de culoare maro închis sau negru- pielea este robustă, se bronzează rapid și profund, bronzul durează o perioadă mai lungă de timp.

Nu putem influența factorii de risc genetic care pot genera melanom, cum ar fi de exemplu un ten echitabil, alunițe numeroase sau antecedente familiale de melanom. Cu toate acestea, riscul de a dezvolta melanom poate fi redus în mod semnificativ prin respectarea unor reguli de bază.

1. Expunerea la soare

Ar trebuie să fie evitată expunerea bruscă, îndelungată și directă la soare. Trebuie evitată înroșirea pielii (arsuri solare), de aceea este indicat sa se evite expunerea pielii la soare între orele 11.00 și 15.00.

Cele mai nocive sunt arsurile solare care produc vezicule sau durere mai mult de 48 ore.

2. Protecția solara

Crema de protecție solară trebuie să aibă cel mai mare factor de protecție solară și să ofere o protecție egală de UVA și UVB. Crema de protecție solară se aplică cu o jumătate de oră înainte de expunerea la soare și se reaplică la fiecare două ore.

3. Temperatura

Este indicat să fim atenți chiar și atunci când suntem așezați la umbra, deoarece razele UV sunt reflectate și prin materiale textile, nori, iar brizele pot indica un sentiment fals de aer rece, adică de expunere la soare în siguranță.

4. Hainele

Îmbrăcăminte poate oferi cea mai puternică protecție solară. Tricourile cu maneca lungă, sunt indicate în locul celor cu manecă scurtă, iar culorile închise sunt indicate în locul celor deschise.

Materialul din care sunt confecționate hainele ar trebui să fie, de preferință, strâns țesut și cu protecție UV certificat. Este bine să folosim pălării cu boruri largi și ochelari de soare Polaroid (deoarece razele UV sunt, de asemenea, daunatoare pentru ochi). În zilele noastre, îmbrăcăminte pentru copii, inclusiv costume de baie, cu protecție solară încorporat (până la factor 50) sunt disponibile.

5. Produsele cosmetice și medicamentele

Anumite medicamente cresc sensibilitatea la lumină. Administrarea medicamentelor trebuie să fie discutată cu un medic sau farmacist înainte de a expune la soare. Deodorantele, cosmeticele și parfumurile pot provoca o reacție neplăcută la soare sau de pigmentare permanentă. Prin urmare, aplicarea de astfel de produse trebuie evitate înainte de expunerea la plajă.

Bronzare este procesul prin care culoarea pielii este întunecată sau „bronzată”. Bronzul, fie din timpul petrecut la plajă, pe un sezlon, fie prin expunerea accidentală la soare, este dăunător și periculos.

Bronzul provenit de la radiațiile nocive ultraviolete (UV) sau de la lămpile de soare (lămpi de bronzat) fac ca ADN-ul din piele să fie deteriorat.

Pagubele cumulative cauzate de radiațiile UV poate duce la îmbătrânirea prematură a pielii (inclusiv riduri, piele laxă, pete maro), precum și la cancerul de piele.

Sezlongurile trebuie evitate să fie folosite timp îndelungat ca suport pentru expunerea la soare.

Să nu uităm că:

- Pielea reprezintă cel mai mare organ al corpului, aproximativ 16% din greutate;
- Pielea este oglinda stării de sănătate a organismului;
- Pielea se reface mai greu pe măsură ce îmbătrânim;

- Dacă o aluniță sau un neg arată ciudat, crește în dimensiuni, te mănâncă sau chiar dacă doar te enervează, medicii recomandă să consulți dermatologul. Și, nu uita!, spune-i medicului și de alte pete, alunițe sau negi ciudat dezvoltati pe care știi că îi ai.
- Există o "relație" complexă între Soare și piele. Pe de o parte, Soarele este cel care stimulează crearea vitaminei D în piele. Pe de altă parte, prea mult soare poate duce la apariția cancerului de piele.

Rezultatele campaniei EMD-SRD 2016:

- Au fost consultate 2.629 de persoane, din 2322 persoane pe litoral și 307 persoane în licee, școli.
- Din numărul total de persoane 58.7% au fost de sex feminin și 41,3% de sex masculin.
- 1108 reprezintă numărul total de persoane cu vârste mai mici de 19 ani, 1452 persoane cu vârste între 20-64 ani și 69 de persoane cu vârsta peste 64 ani.
- La întrebarea „Ce v-a determinat să participați la această campanie”, 23,8% au răspuns că au multe alunițe, 6,2% ca au alunițe recent modificate, 0,3% diagnostic anterior de cancer de piele iar 69,7% au răspuns ca au participat din dorința de a face un control complet al alunițelor.
- La întrebarea:” Aplicați cremă protectoare când mergeți să vă bronzati”, 16% din cei întrebați au răspuns că niciodată, 44,9% au răspuns, uneori, iar 39% întotdeauna.
- Ca urmare a acestor consultații au fost descoperite 9 cazuri de melanom, 23 cazuri de carcinom bazocelular (BCC), 9 cazuri de carcinomul scuamos celular (SCC) și 101 cazuri de alte leziuni.
- Din persoanele consultate la întrebarea dacă “Folosiți solarul” 2458 de persoane au răspuns- NU, 99 de persoane folosesc mai puțin de 20 sesiuni pe an solarul iar 10 persoane folosesc mai mult de 20 sesiuni pe an solarul.

Despre Societatea Română de Dermatologie

Societatea Română de Dermatologie (SRD) este o asociație profesională și științifică a medicilor dermatovenerologi din România, fondată în anul 1928. Colaborează strâns cu Academia Europeană de Dermatovenerologie (EADV) și partener al Asociației Europene Dermatologie și Oncologie (EADO).

SRD participă din anul 2006 la programul „**Euromelanoma Day**”.

Sponsorii campaniei 2017: Eau Thermale Avene, Farmec – Gerovital, La Roche Posay, Novartis, Solartium.
Parteneri ai campaniei: Academia Europeană de Dermatologie și Venerologie (EADV), Asociația Europeană de Dermatologie și Oncologie (EADO); Primaria Municipiului Mangalia, Hotel Mera Resort Venus