

A relação dos consumidores com o protetor solar

LARISSA DA MOTA EVANGELISTA MELO

Resumo

A conscientização do consumidor sobre a importância do uso do protetor solar é imprescindível para se obter resultados satisfatórios em tratamentos faciais e na prevenção do câncer de pele. Cada vez mais se busca uma pele perfeita, então é necessário saber sobre os raios ultravioleta, já que eles são os responsáveis pelo fotodano cutâneo, disfunções como machas, acne, oleosidade excessiva da pele, ressecamento, podem ser minimizados e até evitados somente com o uso correto do protetor solar. Os resultados analisados neste artigo, indicaram que o uso do protetor solar não está no dia a dia dos consumidores, e que o consumidor não sabe a importância da reaplicação, nem do uso da quantidade correta para se ter uma boa fotoproteção. Concluiu-se também que a qualidade dos produtos interfere diretamente na introdução do mesmo, na rotina do consumidor. Produtos livres de óleo mineral ou cremes com componentes como parafina ou vaselina acabam causando o efeito tamponante de poros, assim, provoca uma piora da respiração do tecido cutâneo, resultando em acúmulo de gordura e favorecendo o surgimento de cravos e espinhas, motivo pelo qual 96% dos homens entrevistados não usam mais o protetor solar. Produtos como filtros fotoestáveis são essenciais, já que a maior dificuldade relatada pelos entrevistados foi conseguir tempo para reaplicação do produto. Assim, no final deste artigo, apresenta-se uma lista, para orientação na escolha de um filtro solar, e também sobre o seu uso correto, de acordo com a entrevista com especialistas (Apêndice B) e informações de artigos científicos.

Palavras chave: (Raios ultravioleta, Proteção solar, fotoestabilidade, câncer de pele, prevenção)

1 INTRODUÇÃO

O acesso a informações, a busca pela “pele perfeita” junto com o crescimento dos casos de melanomas e tumores cutâneos tem aumentado o uso frequente de protetor solar pela população. (Flor, Rosaly Davolos, & Antônio Correa, 2007)

De acordo com vários sítios brasileiros, houve um aumento de 85% na procura de procedimentos estéticos, devido à pressão por um rosto mais bonito nas imagens.

Apesar disso pouco se fala em prevenção, especialmente em um país onde a pele bronzeada é sinal de “saúde”. A conscientização sobre a importância do uso do protetor solar é fundamental. (Sociedade Brasileira de Dermatologia, SBD).

A localização do Brasil nos coloca como um dos países mais ensolarados do planeta, a sua superfície demográfica está localizada entre o Trópico de Capricórnio e o Equador. O Brasil recebe maior intensidade dos raios solares por estar mais próximo ao sol. Este fato é um dos principais responsáveis pelo aumento de número de pessoas com câncer de pele (INMETRO, 2009)

Desde 1977, quando cientistas detectaram pela primeira vez um buraco na camada de ozônio, na Antártida, vários estudos foram publicados observando a relação direta entre o afinamento da camada de ozônio e o aumento da exposição aos raios solares pelos seres vivos, consequentemente um aumento de disfunções estéticas e doenças cutâneas.

Mesmo assim, uma pesquisa realizada em 2011 pela SBD, constatou que apenas 59,85% dos entrevistados se expõem a luz solar sem qualquer proteção. Além disso, a maior parte dos homens não usa qualquer proteção contra o sol – cerca de 79% contra apenas 15,13% que usam protetor. De acordo com os resultados, as mulheres demonstram se cuidar mais, pois enquanto 49,03% usam o produto, 45,16% não usam.

Ressalta-se que 5,87% dos homens pesquisados não apresentam resposta sobre o usar ou não o protetor.

Ainda segundo o INMETRO, os raios ultravioletas (raios UV) podem provocar também reações tardias, devido ao efeito cumulativo a radiação durante a vida causando o envelhecimento cutâneo e as alterações celulares que, através de mutações genéticas, predispõe ao câncer de pele.

Hoje já se sabe que 80% dos danos causados pelo sol ocorrem antes dos 18 anos e que o efeito do sol é cumulativo (Khury e Borges, 2006).

Segundo a gerente geral de cosméticos da Anvisa, “Todas as pessoas, independente da raça ou etnia, sofrem com a exposição solar”.

Acompanhando esta tendência de uso do protetor solar, há uma exigência por produtos com melhor eficiência de proteção, maior estabilidade química e mais acesso a população e virou o foco de muitas empresas do mercado. (Flor *et al.*, 2006)

Em 2013 a Anvisa aprovou novas regras para estes produtos, visando maior esclarecimento ao consumidor, e se adequando a novas necessidades, como um valor mínimo de filtro para raios UVA, que terá de ser 1/3 do fator que nos protege contra os raios UVB.

Mas, mesmo com as mudanças na legislação, a recomendação dos especialistas e a quantidade de informações disponíveis para ao consumidor, muitos ainda não sabem, por exemplo, que

existe variações de filtros para diferentes raios solares, e que a exposição abundante a estes raios provoca disfunções diferentes no nosso corpo.

Diante do exposto, este trabalho tem o intuito de responder a seguinte questão de pesquisa: Como é a relação do consumidor com o filtro solar?

O objetivo geral da pesquisa é analisar como o consumidor escolhe e usa seu filtro solar e discutir as melhores práticas para escolha do produto em casos específicos. As etapas deste estudo deverão seguir a seguinte ordem: Realizar pesquisa com consumidores de protetores e identificar práticas e protetores escolhidos; descrever as características dos três protetores mais citados pelos consumidores envolvidos; realizar entrevista com dermatologistas acerca das indicações e especificações relevantes para escolha dos protetores; legislação sobre o tema; elaborar uma síntese das informações mais relevantes frente à escolha e benefícios esperados.

Justifica-se o artigo frente a duas argumentações: social e acadêmica. A primeira refere-se à demanda da população em geral que procura tratamentos estéticos visando aparência saudável a pele, independente dos cuidados diários. Esta demanda gera uma corrida por tratamentos estéticos que, muitas vezes, não são bem-sucedidos ou não tem efeito duradouro devido ao fato das pessoas não seguirem os cuidados diários indicados e essenciais para manter a pele protegida dos diversos agentes externos, como raios UVA e UVB. Logo, espera-se que, com este artigo, as pessoas e profissionais passam refletir sobre os cuidados que são necessários no dia a dia de todos. Academicamente pretende-se avançar na discussão da importância do uso do protetor solar diário como indicado pelos autores Davolos (2006) e Correa (2006) fato relevante aos profissionais da estética diante da responsabilidade destes perante a formação dos hábitos de clientes como forma de garantir sucesso nos procedimentos adotados e resultados esperados.

2 REFERENCIAL BIBLIOGRÁFICO

2.1 Luz Solar e fatores nocivos à pele

Segundo Flor, Davolos e Correa (2007), o Sol é essencial para a vida na Terra e seus efeitos sobre o homem dependem das características individuais da pele exposta, intensidade, frequência e tempo de exposição, que por sua vez dependem da localização geográfica, estação do ano, período do dia e condição climática. Estes efeitos trazem benefícios ao ser humano, como sensação de bem-estar físico e mental, estímulo à produção de melanina com consequente bronzeamento da pele, tratamento de icterícia (cor amarela da pele e do branco dos olhos de bebês, causada pelo excesso de bilirrubina no sangue), etc., porém, a radiação solar também pode causar prejuízos ao organismo, caso não se tome os devidos cuidados quanto à dose de radiação solar recebida.

Diferentes comprimentos de onda compõe a luz solar. As luzes que conseguem atingir nossa atmosfera são divididas em ultravioleta (UV), visível (VIS) e infravermelha, sendo que, segundo Flor *et al.* (2007), a radiação ultravioleta é a que interessa em fotoproteção.

No entanto, a luz solar promove benefícios essenciais à saúde do homem, como a conversão do ergosterol em vitamina D.

A pele humana possui três mecanismos de autodefesa: produção de melanina pelos melanócitos, espessamento da camada córnea e produção de ácido urocônico (Flor *et al.*, 2006)

Mas, hábitos como bronzamento que antes não eram tão nocivos a pele, passaram a ser, devido a diminuição ou afinamento da camada de ozônio.

2.2 Camada de ozônio

A camada de ozônio (O₃) envolve a Terra, protegendo-a das radiações solares (UVA, UVB e UVC) que são nocivas para os seres vivos. Os cientistas têm verificado uma redução dessa camada, devido às substâncias lançadas na atmosfera como o clorofluorcarbonetos (FCF's), que são utilizadas em aerossóis e como isolantes em equipamentos de refrigeração. O aumento da emissão desses poluentes no ar atmosférico contribui para formação de buracos na camada de ozônio, aumentando a incidência direta de raios UV na superfície do planeta, podendo ocasionar o fotoenvelhecimento cutâneo, queimaduras, eritemas e câncer de pele (Khury e Borges, 2006).

2.3 Tipos de raios Solares

O sol emite três tipos de raios invisíveis que atingem a atmosfera do planeta terra. (Balogh *et al.*, 2011)

A faixa da radiação UV (100 a 400 nm) pode ser dividida em três partes:

- UVA (320 a 400 nm)

Frequentemente a radiação UVA não causa eritema. Dependendo da pele e da intensidade da radiação recebida, o eritema causado é mínimo. Quando comparada à radiação UVB, sua capacidade em induzir eritema na pele humana é aproximadamente mil vezes menor, porém penetra mais profundamente na derme. Induz pigmentação da pele promovendo o bronzamento por meio do escurecimento da melanina pela fotoxidação da leucomelanina, localizada nas células das camadas externas da epiderme. É mais abundante que a radiação UVB na superfície terrestre (UVA 95%, UVB 5%). Histologicamente causa danos ao sistema vascular periférico e induz o câncer de pele, dependendo do tipo de pele e do tempo, frequência e intensidade de exposição. A radiação UVA também pode agir de maneira indireta, formando radicais livres.

- UVB (280 a 320 nm)

A radiação UVB atinge toda a superfície terrestre após atravessar a atmosfera. Possui alta energia e, com grande frequência, ocasiona queimaduras solares. Também induz o bronzamento da pele, sendo responsável pela transformação do ergosterol epidérmico em vitamina D, e causa o envelhecimento precoce das células. A exposição frequente e intensa à radiação UVB pode causar lesões no DNA, além de suprimir a resposta imunológica da pele. Desta forma, além de aumentar o risco de mutações fatais, manifestado sob a forma de câncer de pele, sua atividade reduz a chance de uma célula maligna ser reconhecida e destruída pelo organismo.

- UVC (100 a 280 nm)

A radiação UVC é portadora de elevadas energias, característica que a torna extremamente lesiva aos seres vivos.

Devido à absorção pelo oxigênio e pelo ozônio na estratosfera, nenhuma radiação UVC, e pequena fração de UVB, chegam à superfície da Terra. Devido a fatores ambientais, a redução na camada de ozônio tem levado a um aumento da radiação UVB na superfície da Terra, ocasionando maior incidência de queimaduras e, conseqüentemente, câncer de pele. A Austrália vem tendo grandes problemas com os níveis de radiação ultravioleta devido a sua localização e à destruição em larga escala da camada de ozônio na Antártica, provocando maior incidência de câncer de pele. Fatores como estes justificam a preocupação com a destruição da camada de ozônio. (A. G. Santos, L. M. Santos, C. R. Grignoli, L.C.Grignoli & Simionato, 2013).

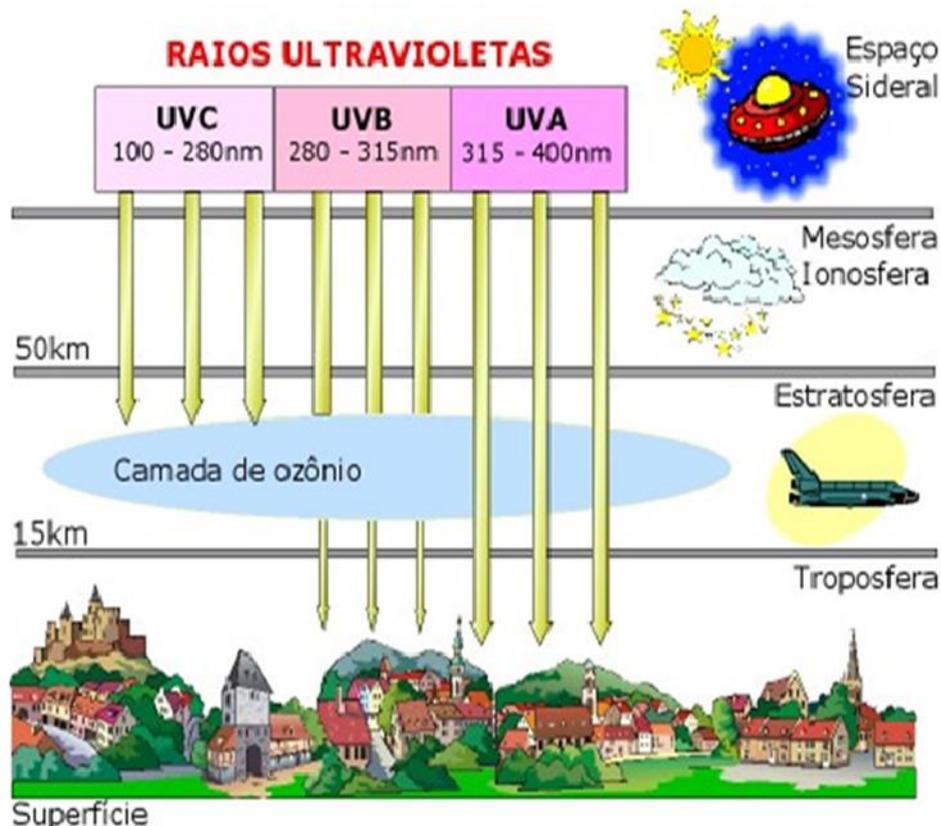


Figura 1

Absorção dos raios ultravioleta

Fonte: Silva, G. D da Ogawa, M. M., & Souza, P. C. (2016). Os efeitos da exposição à Radiação Ultravioleta Ambiental. Revista Eletronica ebah. Absorção dos raios ultravioleta

A exposição excessiva aos raios UV pode levar ao fotoenvelhecimento cutâneo, queimaduras, eritemas e câncer de pele (Proença, 2009)

Os raios UVA conseguem atravessar o sistema imunológico, alterando o código genético das células e também diminuir a resistência do organismo, provocando doenças como a herpes. (Autor Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica SBCD).

Observando a relação no aumento de absorção de UV pelo ser humano, ao crescimento de disfunções estéticas e doenças, podemos afirmar que a radiação ultravioleta é o principal fator de risco para o aparecimento de rugas, aspereza, ressecamento, teleangectasias, pigmentação irregular, uma variedade de lesões benignas, pré-malignas ou malignas (Sgarbi, Carmo, Rosa,

2007), e sua exposição está diretamente relacionado ao envelhecimento extrínseco (fotoenvelhecimento) SBCD.

Com base nas duas percepções acima citadas, observa-se a importância de conhecer os tipos de raios UVA e UVB, e seus efeitos sobre a pele, para prevenção de disfunções estéticas e doenças, e para alcançar melhores e duradouros resultados nos tratamentos da pele já lesionada, a fim de proteger de danos extrínsecos que causam efeito rebote, influenciando diretamente nos resultados.

Segundo declaração da ONU a cada 1% de camada de ozônio que perdemos surgem 50 mil novos casos de câncer de pele e 100 mil novos casos inclusive de cegueira ocasionada pela catarata. (Gogoy Santos *et al.*, 2013)

2.4 Proteções Solar

Os fotoprotetores contêm substâncias ativas capazes de absorver, refletir e/ou dispersar a radiação ultravioleta evitando seus danos. (Khury e Borges 2006)

2.4.1 FPS

Significa Fator de proteção Solar, o Filtro solar tem um número, que determina essa proteção, que pode variar de 2 a 100 em alguns produtos comercializados no Brasil. O FPS nos protege dos raios UVB, responsáveis pela queimadura solar.

2.4.2 Proteção UVA ou PPD

O Fator de proteção PPD, vem do Inglês Persistent Pigment Darkening que pode ser traduzido em pigmentos persistentes de pigmentação. O PPD representa a proteção contra os raios UVA. Este tipo de raio traz prejuízos a pele como, lesões mais simples e em casos mais graves, o câncer de pele.

Segundo o dermatologista Bruno Vargas, o PPD ideal é a partir de 10, e deve representar, no mínimo, um terço do FPS, por exemplo, um protetor com FPS 30, tem que ter o PPD igual ou superior a 10. Assim é garantida a proteção da sua pele de forma eficaz, evitando distúrbios como melasma e acne, e tumores cutâneos.

A exposição ao sol tornou-se um assunto de saúde. Órgãos como vigilância sanitária e associações médicas começaram a tratar o assunto com mais seriedade. A preocupação com a imagem e o crescimento de artigos científicos relacionando câncer de pele ao sol fizeram com que a população procurasse mais informações e a se preocupar mais com o assunto.

2.5 Fotoestabilidade

Quando se usa um protetor solar, espera-se que o mesmo, proteja a pele dos raios solares e da radiação, evitando danos extrínsecos e retardando efeitos como o envelhecimento. Mas criar um produto com alta capacidade de proteção e estabilidade química ao longo do tempo não é uma tarefa fácil. A dificuldade aumenta quando o consumidor não usa o produto de forma correta, por exemplo, não usar a quantidade certa para atingir a proteção necessária, ou quando mistura o produto com outros cosméticos como, maquiagem, hidratantes. (Balogh *et al.*, 2011)

Existem vários filtros para proteção solar, mas apenas 10% deles é fotoestável.

Fotoestabilidade é a capacidade que o produto tem de permanecer por grande tempo na pele sem se degradar na presença da luz do sol ou da radiação (Cruz, Avolos & Barja, 2011). No mercado

já existe produtos que garantem essa fotoestabilidade, mas como a tecnologia é mais avançada, e os filtros são importados, (Nenhum filtro é produzido no Brasil) e o preço é bem mais alto do que os comuns encontrados no mercado. Mas a fotoestabilidade é um diferencial essencial para a eficácia do produto, já que a maioria das pessoas não tem o habito de reaplica lo. Um exemplo de filtro sem fotoestabilidade ainda muito encontrado nos protetores solares é o avobenzona, também encontrado na nomenclatura Butilmetoxidibenzoilmetano, este filtro se degrada 66% em apenas meia hora. Então, ao menos que o consumidor reaplique o produto de duas em duas horas, ele ficará desprotegido a maior parte do tempo e exposto nas horas de pico de luz solar e radiação.

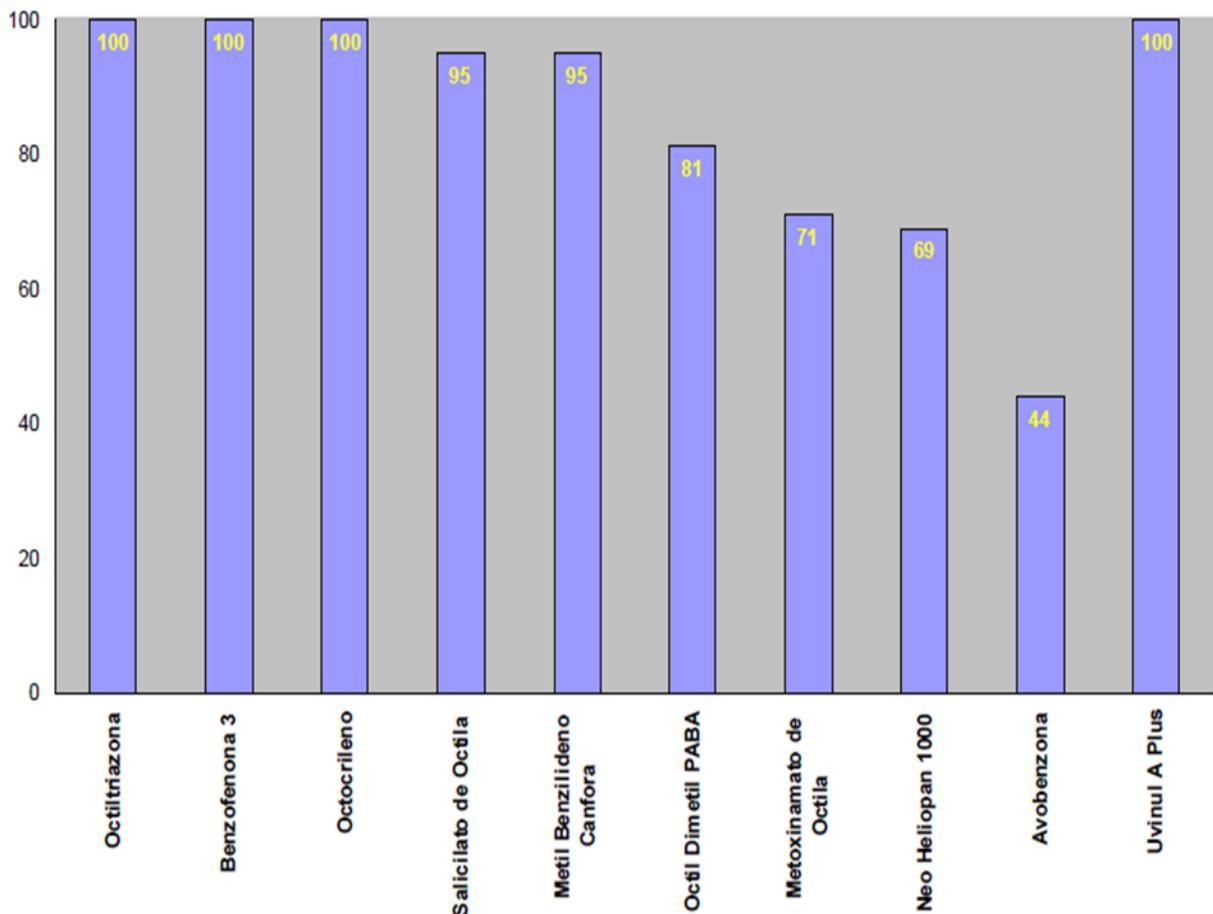


Figura 2

Foto estabilidade dos filtros após 30 minutos de radiação solar

Fonte: Grippa, J. (2013). Aula de Introdução a cosmetologia. Recuperado em Fev/2016 de [www/ nome da diciplina](http://www.nome-da-diciplina)

Pode se entender que, o conhecimento sobre os raios solares e a intensidade de energia total absorvida pela pele em diferentes situações e ambientes, é fundamental para a escolha do protetor ideal, de acordo com a necessidade de cada pele, ou tratamento

2.6 Legislação

O Instituto Brasileiro de defesa do Consumidor (IDEC) avalia que, com mais acesso a informações, o consumidor poderá optar pelo produto que traz maior benefício à saúde, analisando qual o nível de eficácia do protetor solar, não só quando em contato com a água, como em todas as situações. A legislação norte-americana (FDA 99)¹⁰ classifica os protetores solares como medicamentos não prescritivos. No Brasil, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) define os protetores solares como produtos cosméticos, essa diferença influencia principalmente na maneira de realização dos testes de comprovação de eficácia e na exigência de filtros não tóxicos a saúde por exemplo. (Schalka e Silva Reis, 2011).

Acompanhando as mudanças feitas na regulamentação do Food and Drug Administration (FDA), órgão que regulamenta o setor de alimentação e medicamentos nos EUA, finalmente foi alterada a Resolução DC nº237/02, da Anvisa.

O novo Regulamento Técnico (RT) sobre Protetores Solares (GMC nº 1/10 Rev.1) é válido para todo o Grupo do Mercado Comum (GMC), que abrange os países do Mercosul.

Nos EUA, o FDA determinou que o fator máximo utilizado nos rótulos seja FPS 50. Essa medida foi tomada considerando o consenso entre os profissionais de que valores superiores não correspondiam em nível de proteção relevante. Assim, é apenas uma questão de tempo para que a mesma medida seja adotada no Brasil (e no mundo), já que a intenção é universalizar esse tipo de informação para facilitar a compreensão das diferenças entre produtos e orientar melhor as escolhas dos consumidores.

Termos “bloqueador solar”, “à prova d’água” e “à prova de suor” serão banidos dos rótulos. Todos os produtos serão denominados “Protetores” já que sua função se mantém apenas quando reaplicados constantemente, de acordo com a indicação dos fabricantes.

A expressão “amplo espectro” só poderá ser utilizada por produtos que comprovarem proteção contra os raios UVA e UVB, além de informar o tempo de resistência na pele, quantos minutos os produtos são efetivos quando submetidos à água e ao suor.

Fica proibida a comercialização de produtos com FPS inferior a 6.

Produtos com FPS entre 6 e 14 deverão incluir no rótulo que não ajudam na prevenção de câncer e outras doenças. Essa informação de que o produto reduz o risco de câncer de pele e o envelhecimento precoce só poderá constar em produtos com FPS superior a 15.

Todos produtos deverão trazer no rótulo seu fator de proteção contra os raios UVA e UVB. O FPS, que já era obrigatório, representa apenas a proteção antirradiação UVB. Para determinar a proteção contra os raios UVA há outros indicadores, como o PPD – do inglês “Persistem Pigment Darking”, que agora também será indicado no rótulo.

3 METODOLOGIA

Este artigo é uma pesquisa descritiva de natureza qualitativa onde pretende-se atender aos objetivos específicos como fases.

A primeira fase conta com questionário estruturado que visa compreender as práticas e uso de protetores solares (Apêndice A) e outro roteiro de entrevista à especialistas (Apêndice B).

Quanto ao questionário estruturado, a amostra por acessibilidade e por prazo determinado (pretende-se disponibilizar o questionário impresso no período de 10 dias) sendo o público alvo estudantes universitários e clientes de clínicas estéticas. O tratamento de dados foi descritivo

usando estatística simples demonstrando a frequência de cada resposta por questão o que indica as mais citadas e possibilita um ranking das mesmas.

As entrevistas serão tratadas de forma a analisar o conteúdo abordado indicando as questões que são similares e diferentes entre os públicos envolvidos.

A segunda fase será uma pesquisa documental onde pretende-se descrever as características e composição dos três protetores mais citados na primeira fase da pesquisa.

A terceira fase contará com entrevista com roteiro não estruturado à dois dermatologistas e dois esteticistas acerca das indicações e especificações relevantes para escolha dos protetores.

E por último, a quinta fase que buscará gerar uma síntese das informações mais relevantes frente à escolha e benefícios esperados no uso de protetor solar.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

4.1 Características dos respondentes

A partir do questionário aplicado (Apêndice A) que foi enviado a 30 pessoas que eram estudantes da Universidade FUMEC no primeiro semestre de 2016 e clientes de um salão e uma clínica de estética.

Quanto ao gênero e idade dos respondentes percebeu-se maior concentração no número de mulheres (Figura 1) sendo que 90% deles eram estudantes universitários dos cursos de direito, arquitetura e estética.

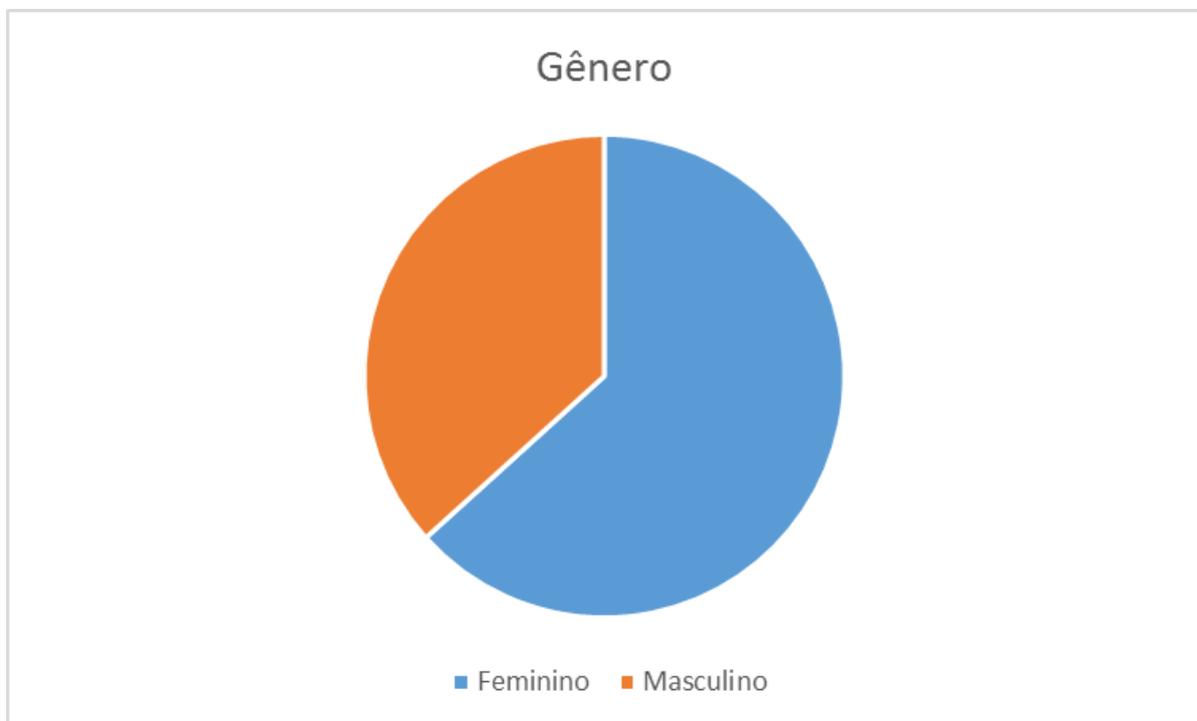


Figura 3

Respondentes por gênero

Fonte: Dados da pesquisa

Dentre as mulheres, 4 (21%) responderam que usam protetor solar todos os dias embora apenas 1 relatou que reaplica. As outras 15 (78,94%) relataram que já usaram protetor solar, mas a muito tempo.

As mulheres têm idade de 16 a 29 anos sendo que os homens tinham idade de 16 a 39 anos.

Dos homens, nenhum relatou usar protetor solar e, apenas 2 (18,18%) citaram o uso de protetor quando vão se expor ao sol em períodos prolongados como praia ou ao jogar futebol. Desta forma, estes respondentes parecem se preocupar somente em evitar queimaduras e, quando questionados sobre a importância do uso do protetor solar não citaram prevenção de câncer de pele.

Das 19 mulheres, 2 (10,52%) relataram histórico de câncer de pele na família sendo que nenhum homem relatou este fato.

Sobre a fonte ou origem da escolha da marca do protetor solar apenas 4 (21,05%) relataram utilizar protetor solar por indicação de especialistas (dermatologistas, esteticista e farmacêuticos) enquanto as outras 15 (78,94%) mulheres relataram seguir indicação de amigos ou de propagandas da internet (rede social, blogs etc).

Nenhum homem relatou possuir disfunções estéticas, enquanto todas as mulheres relataram disfunções sendo as mais comuns: acne, excesso de oleosidade, manchas no rosto ou efélides (sardas).

As 15 mulheres que relataram não usar mais protetor, responderam em sua maioria, que pararam com o uso do protetor, por causa da sensação de pele oleosa que os produtos deixavam, e algumas relataram o alto preço dos produtos e que sempre esqueciam de aplicá-lo.

Já os homens relatavam que não utilizam por sentirem o rosto mais oleoso e “sujo” quando usavam o produto, outros relataram que não tinham necessidade de usar.

O produto mais conhecido e usado entre homens e mulheres foi o “Sundown”, outras marcas citadas foram Minesol e La Roche.

A segunda fase da pesquisa visa descrever as marcas citadas nesta fase de pesquisa de campo.

4.2 Análise da composição dos produtos Minesol, Sundown e La Roche

De acordo com informações da composição dos protetores solares, foi encontrado filtros fotoestáveis aos raios UVB como Tinosorb, e ethilhexyltriazona, por isso impedem a pessoa de ficar vermelha, por ter boa proteção UVB, porém, não apresentam estabilidade aos raios UVA que são mais críticos. Além disso os protetores Sundown e Minesol possui a substância Oxibenzona, sinónimos: Benzophenone-3 e 2-Hidroxi-4-metoxibenzofenona, que é um agente e composto orgânico que protege a pele de determinadas ondas solares. O problema que a oxibenzona consegue penetrar nas camadas profundas da pele, com isso, a substância fica em quantidade significativa acumulada no organismo.

Vários danos são provocados pela oxibenzona, desde reações alérgicas na pele com o protetor, e devido ao seu efeito cumulativo pode levar ao câncer de pele. (SBD)

Nos protetores Sundown e La Roche, foi encontrado o filtro avonbezona, descrito como Butil-toxi-Dibenzoeno e Butil methoxidibenzoyl-methane, que protege a pele dos raios UVA, porém

como descrito acima, é extremamente instável, perdendo 66% de suas propriedades em meia hora, requer associação com outros filtros para se estabilizar.

Também foi encontrado parabeno nos protetores, que é um composto químico com a função de conservante, contém alto teor de toxicidade, alguns estudos relacionam o uso do composto químico com desenvolvimento de câncer. Eles penetram na pele e se depositam nas glândulas, indo direto para corrente sanguínea alterando os níveis de estrogênio, interferindo no sistema endócrino (Maia Bila, & Dezotti, 2007).

5º fase que buscará gerar uma síntese das informações mais relevantes frente à escolha e benefícios esperados no uso de protetor solar.

4.3 Guia para Escolha do Protetor Solar

De acordo com entrevistas feitas com dermatologistas e esteticistas, o presente artigo formulou uma síntese das informações mais relevantes para ajudar na escolha do protetor solar ideal para cada tipo de pele.

Para escolher o protetor solar facial de uso diário é preciso levar em conta o tipo de pele: há produtos destinados a peles mais oleosas ou mais secas, por exemplo.

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none">✓ Quanto a exposição ao sol intencional como ir à praia ou na piscina, o fator de proteção solar (FPS) deve ser de no mínimo 30, com proteção UVA e UVB (PPD) na formula, o ideal é sempre 1/3 do valor do FPS.✓ Profissionais indicam aplicar protetor 30 minutos antes da exposição solar e repetir a ação a cada duas horas (Nos casos de filtros instáveis) e após sair da água, ou ainda nos casos de transpiração intensa.✓ O cálculo aproximado de proteção é, por exemplo, medindo o tempo que o consumidor fica vermelho ao se expor ao sol.✓ Por exemplo uma pessoa que fica vermelha a partir de 10 minutos de exposição solar, com o uso do protetor solar 15 ficará protegida 150 minutos. Multiplique o fator e o tempo para encontrar o intervalo de proteção. Ou seja, 10 x 15, equivale a 150 minutos, cerca de duas horas de meias.✓ Protetores com cor ou bases podem ajudar a aumentar a adesão ao produto para pessoas que costumam usar maquiagem.✓ Especialista recomendam usar protetores solar em todas áreas expostas. No dia a dia, por exemplo, rosto e braços devem ser protegidos. | <ul style="list-style-type: none">✓ Quanto a quantidade na aplicação, especialistas indicam 1g de fotoprotetor, para cada aplicação, lembrando que a reaplicação do produto é muito importante, então, com o uso de um protetor fotoestável o consumidor irá aplicar o produto duas vezes ao dia, sendo assim, pode se observar se o uso está correto pela durabilidade do seu produto, que normalmente vem em uma bisnaga de 50 a 60g, então a duração correta é de um mês a uma mês e meio apenas.✓ Caso essa quantidade estiver menor do que a recomendada, seu FPS poderá cair pela metade, ou até menos, ex: um FPS de 30 em uma quantidade menor do que a recomendada ficaria na verdade, um FPS 15, reduzindo drasticamente sua proteção.✓ Pode se medir a quantidade de forma mais caseira, para o rosto e pescoço por exemplo, usar uma colher de chá cheia do produto.✓ Evitar produtos com substâncias como parabeno e avonbenzona, pois essas substâncias aumentam a chance de reações e alergias na pele.✓ Evitar produtos com óleo mineral.⚙ Proteção é o carinho que sua pele merece |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

5 CONCLUSÕES

O aumento por tratamentos faciais devido à valorização da imagem pessoal e a exposição em redes sociais, nos faz pensar, em que está provocando danos e disfunções em nossa pele.

Ao longo do artigo conhecemos o fotodano, cutâneo, provocado principalmente pela ação do raio ultravioleta, que nos leva a disfunções como manchas, flacidez tissular, acne, e o câncer de pele.

Prevenção pode ser considerada uma palavra-chave frente ao problema. Afinal, estudos demonstraram que apenas com o uso do protetor solar, o fotodano seria bem menor, diminuindo assim a necessidade de intervenções estéticas. Pensando nisso, o objetivo do artigo foi verificar como ocorre a rotina de consumidores no uso do protetor solar, avaliando assim o nível de proteção tanto por parte do consumidor (com o uso ou não correto do produto) quanto do produto (fotoestabilidade dos filtros, toxicidade, quantidade efetiva de proteção).

Os resultados indicaram uso de filtros que se degradam rapidamente dificulta o uso dos consumidores já que de acordo com a pesquisa realizada neste artigo, 74% dos consumidores não reaplicam o produto, ou seja, usam uma vez ao dia e ficam sem proteção a maior parte do tempo, principalmente nos horários de pico, que é das 10:00 as 16:00, ficando assim expostos a radiação com a pele desprotegida.

Ainda pode-se verificar que os filtros usados na composição dos produtos, analisados neste artigo, são instáveis, ou seja, quando absorvem a radiação ocorre a perda da função de proteção.

Ações que levam a maior informação sobre o uso correto do protetor solar, que aumente o nível de conhecimento sobre o produto, elevam a conscientização e assim, facilitam a introdução correta do uso do protetor solar na rotina das pessoas, e faz com que o consumidor exija produtos com maior qualidade, em cada vez menor nível de toxicidade e sempre com fotoestabilidade.

Como sugestão de novo estudo pode-se indicar uma pesquisa com diversos consumidores ao longo de alguns anos de utilização de determinados produtos com fotoproteção e os resultados obtidos comparando-os por idade e tons de pele.

REFERÊNCIAS

- Balogh, T. S., Velasco, M. V. R., Pedriali, C. A., Kaneko, T. M., & Baby, A. R. (2011). Proteção à radiação ultravioleta: recursos disponíveis na atualidade em fotoproteção. *An Bras Dermatol*, 86(4), 732-42. recuperado em Mar/2016 de http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?fase=r003&id_materia=4846
- Bila, D. M., & Dezotti, M. (2007). Desreguladores endócrinos no meio ambiente: efeitos e consequências. *Química nova*, 30(3), 651. Recuperado em Mar/2016 de http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-40422007000300027
- da Cruz, V. M. F. R., Acosta-Avalos, D., & Barja, P. R. (2016). Estudo Da Fotoestabilidade De Protetores Solares Por Espectroscopia Fotoacústica. Recuperado em Maio/2016 de <http://biblioteca.univap.br/dados/INIC/cd/epg/epg4/epg4-51%20corrigido.pdf>

- de Melo, M. R. (2012). Desenvolvimento de uma loção fotoprotetora, avaliação da estabilidade e determinação in vitro do FPS. Recuperado em Mar/2016 de <http://perquirere.unipam.edu.br/documents/23456/55708/desenvolvimento.pdf>
- Dermatologia.net. *Entenda os filtros solares*. (2015). Recuperado em Mar/2016 de <http://www.dermatologia.net/cat-a-pele/entenda-os-filtros-solares/>
- Flor, J., Davolos, M. R., & Correa, M. A. (2007). Protetores solares. *Química Nova*, 30(1), 153. recuperado em Mar/2016 de <http://www.scielo.br/pdf/%0d/qn/v30n1/26.pdf>
- Inmetro. *Informações ao consumidor*. (2014). Recuoerado em Mar/2016. De <http://www.inmetro.gov.br/consumidor/produtos/protetorSolar.asp>
- Khury, E., & Borges, E. (2011). Protetores solares. *Rev. Brás. Med.*, São Paulo, 68(4), 4-18.
- O Globo. *Nova normas da Anvisa para protetores solares aumentam a proteção ao consumidor*. (2013). Recuperado em Mar/2016 de <http://oglobo.globo.com/economia/defesa-do-consumidor/novas-normas-da-anvisa-para-protetores-solares-aumentam-protexao-ao-consumidor-7153997>
- Portal da Sociedade Brasileira de Dermatologia. *Cuidados com a pele no verão*. (2014). Recuperado em Mar/2016 de <http://www.sbd.org.br/cuidados/cuidados-com-a-pele-no-verao/>
- Portal do melasma. *Você sabe a diferença entre FPS e PPD?* (2014). Recuperado em Mar/2016 de <http://portaldomelasma.com.br/voce-sabe-a-diferenca-entre-fps-e-ppd/>
- Santos, A., Morele dos Santos, L., Roberto Escrivão Gringnoli, C., Vilhena Simionato, M I., Cristina Esquisatto, L., (2013). Relação do uso do protetor sola com a incidência do câncer de pele. *Revista Científica da Uniararas*. Recuperado em abril/2016 de http://www.uniararas.br/revistacientifica/_documentos/art.8-005-2013.pdf
- Schalka, S., & Reis, V. M. S. D. (2011). Sun protection factor: meaning and controversies. Recuperado em Mar/2016 de
- Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica. *Fotoenvelhecimento*. (2014). Recuperado em Mar/2016 de <https://www.sbcd.org.br/pagina/1718>
- Terra. *Selfies aumentam procura por procedimentos estéticos*. (2014). Recuperado em Mar/2016 de <http://beleza.terra.com.br/selfies-aumentam-procura-por-procedimentos-esteticos%2c94a3be3cd08410VgnVCM20000099cceb0aRCRD.html>

APÊNDICES

Apêndice A – Questionário sobre uso do protetor solar

Esta pesquisa faz parte de pesquisa acadêmica de trabalho de conclusão de curso de Bacharelado em Estética e sua participação é muito importante. Você não gastará mais que 10 minutos para o preencher. Os dados desta pesquisa não tratam de informações pessoais ou clínicas dos envolvidos e as informações não identificam os respondentes, sendo dispensável, portanto, admissão em comitê de ética.

Você deve preencher somente uma resposta para cada pergunta e nenhuma deve ficar em branco.

O protetor solar é uma é uma loção, spray ou produto tópico que ajuda a proteger a pele da radiação ultravioleta do sol, o que reduz as queimaduras solares e outros danos à pele, intimamente ligado a um menor risco de câncer de pele. Sendo que existem produtos que possuem outras atribuições conjuntas como base ou hidratantes que podem ser considerados similares para esta pesquisa de campo.

Local de sua avaliação: _____

Faixa etária:

- Até 16 anos
- 16 aos 29 anos
- 30 aos 39 anos
- 40 aos 49 anos
- igual ou acima de 50 anos

Gênero

- masculino
- feminino

Grau de escolaridade

- 1º Grau completo (Fundamental)
- 2º Grau completo(Ensino médio)
- Especialização (Cursos técnicos, etc)

Ensino superior em curso

Ensino superior completo

Tipos de pele:

normal

oleosa

seca

sensível

mista

Fitzpatrick. (Respondido pela avaliadora)

| Tipo de pele | Descrição |
|--------------|----------------------------------------------------------|
| Tipo I | Pele muito clara, sempre queima, nunca bronzeia |
| Tipo II | Pele clara, sempre queima e algumas vezes bronzeia |
| Tipo III | Pele menos clara, algumas vezes queima e sempre bronzeia |
| Tipo IV | Pele morena clara raramente queima e sempre bronzeia |
| Tipo V | Pele morena escura, nunca queima e sempre bronzeia |
| Tipo VI | Pele negra, nunca queima, sempre bronzeia |

Tipo: _____

Disfunções estéticas já percebidas em sua pele.

Descreva:

Há histórico de câncer de pele na sua família?

sim

não

Bloco 2

Você usa protetor solar?

Sim

Não

Descreva : _____

A escala deste questionário utiliza o valor 1 para nunca e 5 para sempre.

Questão 1 2 3 4 5

Eu uso diariamente o protetor solar.

Quantas vezes por dia você reaplica seu protetor solar (marque somente uma alternativa):

- () nunca
- () 1 vez por dia
- () 2 vezes por dia
- () 3 vezes por dia
- () mais de 3 vezes por dia

Quanto tempo dura seu protetor solar?

- () 1 mês
- () 2 meses
- () 4 meses
- () 6 meses
- () acima de 6 meses

Qual marca você já usou e usa atualmente?

Descreva:

Como você escolhe seu protetor solar (marque uma alternativa ou descreva):

- () Indicação de especialista
- () Indicação de amigos
- () Pesquisas na internet
- () Pesquisa em locais de compra ex: farmácias, lojas de conveniências, supermercados etc
- () Outros. Descreva: _____

Apêndice B – Entrevista sobre a indicação do protetor solar

Esta pesquisa faz parte de pesquisa acadêmica de trabalho de conclusão de curso de Bacharelado em Estética e sua participação é muito importante. Os dados desta pesquisa não tratam de informações pessoais ou clínicas dos envolvidos e as informações não identificam os respondentes, sendo dispensável, portanto, admissão em comitê de ética.

O que não pode faltar em um protetor solar para se alcançar uma boa fotoproteção.

O que o consumidor deve saber sobre a aplicação do produto, para garantir a proteção efetiva contra raios UVA e UVB.

Qual a importância da reaplicação do produto.

Quais substâncias o consumidor deve ficar atento ao encontrar no protetor solar.

Como é feito o cálculo de medida do valor do FPS para cada pessoa.

Qual a importância do fator de proteção PPD.

Quais os principais cuidados que devemos ter antes de nos expor ao sol.

Quais disfunções e doenças podem ser minimizadas ou evitadas com o uso contínuo de protetor solar.

