

Sol requer atenção

Verão 2018. Rio Grande do Sul está sob buraco na camada de ozônio, que resulta em menor proteção natural aos raios solares. Porto Alegre tem altos índices de incidência de raios ultravioleta e de câncer de pele

O bairro Moinhos de Vento registrou escaldantes 40,2°C na sexta-feira. Outros bairros não ficaram muito atrás na mesma tarde: Menino Deus teve registro de 39,8°C, o Lami de 39,6°C, a Tristeza de 37°C, o Sarandi de 36,2°C e o Centro, pela proximidade com o Guaíba, 34,2°C. Esses primeiros dias de verão já dão uma ideia de como será a estação: dias de sol intenso e muito calor serão bastante frequentes nos próximos três meses. E aí vai o alerta das autoridades: como o Estado está sob um buraco na camada de ozônio, a incidência de raios ultravioleta é maior e requer cuidados ao sol.

Atualmente, cerca de 30% dos tumores malignos no Brasil são decorrentes de câncer de pele, conforme o Inca (Instituto Nacional de Câncer). E o perigo de desenvolvimento da doença nos porto-alegrenses é ainda maior, já que a cidade se encontra numa localização desprotegida. “O Rio Grande do Sul fica numa região relativamente próxima à da Linha do Equador, onde há maior intensidade solar, e da Antártida, onde há um buraco na camada de ozônio”, explica Cássio Moura, professor de física da PUCRS.

Moura conduziu um estudo sobre a incidência de raios ultravioleta em Porto Alegre

que apontou risco o ano inteiro (veja mais abaixo).

Para prevenir o câncer de pele, o chefe do Serviço de Dermatologia do Hospital de Clínicas de Porto Alegre, Renato Bakos, alerta que o primeiro passo é evitar as queimaduras solares. “Trabalhos científicos apontam que eventos repetidos de queimadura solar, um número superior a 30 ao longo da vida, é um marcador de risco para o desenvolvimento de um câncer de pele no futuro.”

Além dos riscos a longo prazo, as queimaduras também causam irritação, coceira, hipertermia, desidratação e queda de pressão. Em casos mais graves a pessoa pode necessitar de cuidados médicos. Portanto, é importante evitar o período do dia de maior risco à pele, entre 10h e 16h.

“Se a pessoa se bronzear no começo da manhã e no final da tarde receberá mais raios UVA, que é menos prejudicial para a saúde e confere um tom mais dourado. Além disso, esse bronzeado permanece na pele cerca de três meses enquanto o bronzeado dos horários críticos deixa a pele acinzentada e logo desaparece”, explica Moura.

Independentemente do horário, a recomendação é nunca esquecer de passar o protetor solar. **METRO POA**

Cuide-se

O câncer de pele não melanoma é o mais frequente no Brasil (correspondente a 30% de todos os tumores malignos registrados). A doença, no entanto, apresenta altos percentuais de cura quando detectada precocemente:

Prevenção.

Evite tomar sol sem proteção, especialmente no horário entre 10h e 16h. É preciso levar em conta que o bronzeamento é a reação do organismo ao dano já provocado pelo sol.

Sintomas.

Procure manchas que coçam, que descamam, ou que sangram; sinais ou pintas que mudam de tamanho, forma ou cor; feridas que não cicatrizam em 4 semanas. Nesses casos, deve-se procurar um dermatologista.

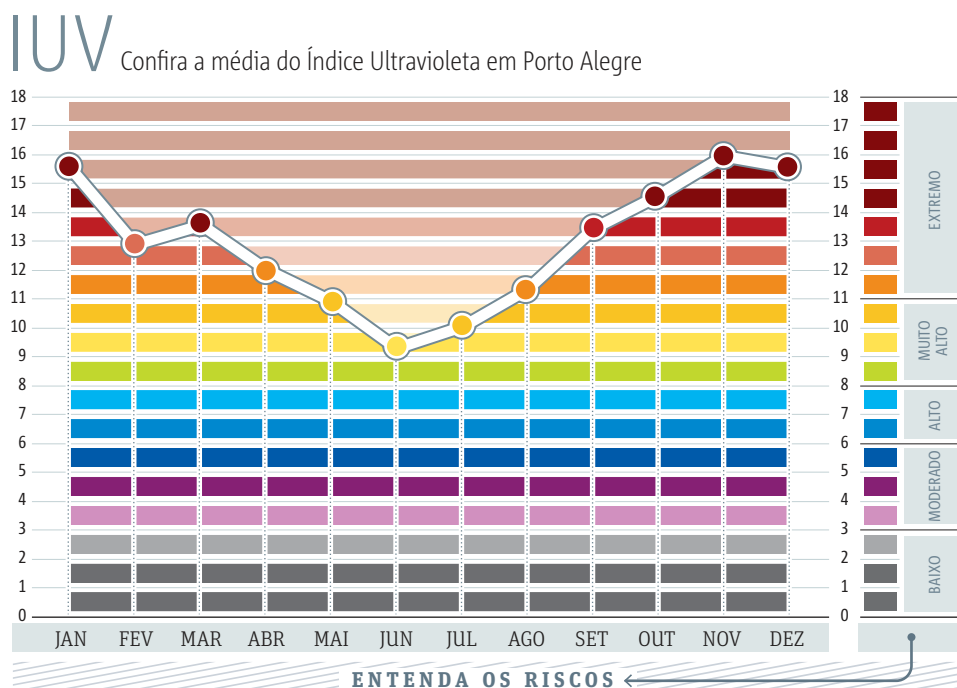
Tratamento.

Cirurgia é o tratamento mais comum. Em alguns casos, também é necessário radioterapia.

Fonte: Inca



População deve evitar exposição ao sol entre 10h e 16h | FERNANDO TEIXEIRA/FUTURA PRESS



ENTENDA OS RISCOS

0 A 2	3 A 5	6 A 7	8 A 10	11 OU MAIS
Risco baixo Permite a exposição por até uma hora sob o sol do meio-dia para a maioria das pessoas. Mesmo assim, boné e chapéu são recomendados	Risco moderado Pessoas de pele clara já podem apresentar queimaduras após exposição de 30 a 60 minutos. Boné ou chapéu, óculos com barreira 99-100% do UV e filtro solar com fator de proteção de no mínimo 15 são indicados	Risco alto A exposição direta pode resultar em queimaduras em 20 ou 30 minutos. Evitar o sol entre as 11h e às 15h. Proteção para a cabeça, olhos e fator de proteção acima de 15 são as recomendações	Risco muito alto Pele pode queimar em menos de 20 minutos. Exposição deve ser mínima entre 11h e 15h	Risco extremo Exposição ao sol não é recomendada. Caso seja necessário, todas as precauções citadas anteriormente devem ser tomadas

FONTE: GRUPO INTERDISCIPLINAR DE GEOFÍSICA APLICADA DA FACULDADE DE FÍSICA DA PUCRS

Veraneio

Capão terá casa da Band no verão

A Prefeitura de Capão da Canoa e o Grupo Bandeirantes de Comunicação firmaram uma parceria para a temporada de verão de 2018. A cidade vai ser uma das sedes de verão dos veículos da Band, juntamente com Punta del Este. O prefeito Amauri Magnus Germano afirmou que a parceria trará benefícios, potencializando o turismo e a economia local. O positivismo da cobertura foi destacado pelo diretor-geral da Band, Sérgio Cossio, dentro do conceito editorial de valorizar o que o Estado tem de melhor. No verão, a cidade de 70 mil moradores passa a quase 300 mil. **BANDNEWS**

No Uruguai

Dois gaúchos morrem afogados

Dois gaúchos morreram afogados sábado à noite na praia de Solanas, nas proximidades de Punta del Este. Os corpos foram localizados na manhã de ontem. O jornalista Robson Pandolfi, 31 anos, ex-professor da UniRitter, e Alexandre Batista, 38, professor de uma faculdade do PR, estavam na água após o horário das salvavidas quando desapareceram. O sobrinho de Pandolfi, que estava junto, se salvou. **METRO POA**

Violência

Argentinos sofrem assalto na BR-290

Quatro turistas argentinos foram assaltados na madrugada de ontem na BR-290, em Cachoeira do Sul. O grupo se deslocava ao litoral norte quando foi parado por um Vectra branco. Quatro homens com armas longas desceram e obrigaram os argentinos a sair da caminhonete. Os ladrões levaram o veículo com todos os objetos das vítimas. Ninguém ficou ferido. **BANDNEWS**

www.uruguaynatural.com

FÉRIAS COM BENEFÍCIOS
DEVOLUÇÃO DOS IMPOSTOS



UruguayNatural