



A IMPORTÂNCIA DOS CUIDADOS COM A PELE MEDIANTE À EXPOSIÇÃO SOLAR NA SAÚDE

Alex Sandro Balieiro Rodrigues¹; Davi Rodrigues Silva Pereira¹; Gabriel Teixeira de Brito¹; Humberto Carvalho de Abreu Júnior¹; Anna Caroline Ferreira Cordeiro²; Ana Flávia Carvalho Amarante²; Fahine Martins da Costa²; Giovana Maria Silveira Brant Soares²; Jade Lhouisy de Oliveira Carvalho²; Júlia Marques Corrêa Soares²; Kirya Peçanha Moura Cambuí de Souza²; Larissa Almeida Souza²; Maria Clara Reis Duarte²; Maria Júlia Miranda Gavioli²; Nathalia Oliveira Leite²; Gilvandro Doretto Rosine³.

1. Aluno do Período 1 do curso de Medicina das Faculdades Integradas Padrão – FIPGuanambi; E-mail: alekib4f333@gmail.com
2. Aluna do Período 1 do curso de Medicina das Faculdades Integradas Padrão – FIPGuanambi; E-mail: carol.ferreira.95@hotmail.com
3. Professor(a) do curso de Medicina das Faculdades Integradas Padrão – FIP Guanambi; E-mail: givandro.rosine@fip-gbi.edu.br

Introdução: Por estar localizada no semiárido nordestino, Guanambi, BA apresenta altos índices de radiação ultravioleta. A exposição excessiva ao sol, especialmente em horários inadequados, pode causar fotoenvelhecimento precoce, câncer de pele e o surgimento de rugas em diversas partes do corpo. **Objetivo:** Educar e conscientizar a população sobre a importância da proteção contra os efeitos da radiação solar, a fim de reduzir os índices de doenças causadas pela exposição aos raios UV. **Método:** Trata-se de um projeto de extensão, executado pelos alunos do 1º período de medicina da FIP-Guanambi. Realizado no Parque da Cidade, localizado na Avenida Pref. José Neves Teixeira, em outubro de 2024. Foram realizadas abordagens orais com as pessoas que estavam realizando caminhada, afim de convidá-las para uma roda de conversa sobre os perigos da exposição excessiva aos raios UV para a pele, e como minimizá-los por meio de orientações sobre uso adequado de protetor solar, boa alimentação, uso de roupas com FPS e chapéu. Em seguida foi oferecido café da manhã saudável. **Resultados:** Participaram da ação 50 pessoas, entre 8 a 60 anos de idade que foram orientadas sobre os riscos da exposição excessiva aos raios UV e as formas de proteção. Durante a roda de conversa, os participantes demonstraram interesse nas informações fornecidas, especialmente sobre o uso adequado de protetor solar e a adoção de hábitos saudáveis, como o consumo de alimentos nutritivos e o uso de roupas com proteção solar. Durante o café da manhã saudável os participantes relataram que, a partir da ação, passariam a adotar novas práticas de proteção solar em suas rotinas diárias. **Considerações finais:** O projeto contribuiu para um aumento na conscientização sobre a importância de hábitos preventivos para a saúde da pele, especialmente entre os frequentadores do parque que praticam atividades físicas ao ar livre. A continuidade de ações como essa é crucial para ampliar o conhecimento sobre os riscos da radiação solar. Iniciativas educativas como esta podem ajudar a prevenir doenças de pele, promover hábitos saudáveis e garantir que mais pessoas adotem práticas de proteção, melhorando a qualidade de vida da comunidade.

Palavras-chave: Pele. Exposição solar. Câncer de pele.