

RELATO DE EXPERIÊNCIA: AÇÃO EDUCATIVA SOBRE OS RISCOS DA EXPOSIÇÃO SOLAR

ODS 3

Heloisa Cristina Lemos Pacheco (Universidade de Taubaté)
Miguel Helene Pelisão (Universidade de Taubaté)
Pedro Lucas Marcondes de Souza (Universidade de Taubaté)

A exposição solar inadequada é um importante fator de risco para o desenvolvimento de câncer de pele, fotoenvelhecimento precoce e lesões oculares, principalmente quando não há o uso regular de filtro solar. No Brasil, país de clima predominantemente tropical, a radiação ultravioleta (UV) apresenta níveis elevados durante todo o ano, tornando fundamental a conscientização da população quanto às medidas de fotoproteção. O objetivo deste trabalho é relatar a experiência de uma ação educativa realizada por acadêmicos de Medicina da Universidade de Taubaté junto aos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS), nas Estratégias Saúde da Família (ESF). A atividade ocorreu no segundo semestre de 2025. A metodologia utilizada incluiu rodas de conversa nas salas de espera e espaço para perguntas, permitindo que os usuários compartilhassem suas dúvidas sobre o uso correto do protetor solar, sua reaplicação e cuidados com crianças e idosos. Os principais temas abordados pelos acadêmicos foram: riscos da exposição solar sem proteção, horários de maior intensidade de radiação UV, importância do uso diário de filtro solar de fator de proteção 30 ou superior, além do uso de barreiras físicas, como chapéus, óculos escuros e roupas adequadas. Durante a abordagem, observou-se que muitos participantes desconheciam a necessidade do uso diário de filtro solar mesmo em dias nublados e fora do período de verão. Como resultado, percebeu-se grande interesse e participação da comunidade, que relatou melhor compreensão sobre os riscos da radiação UV e demonstrou intenção de incorporar hábitos de fotoproteção em sua rotina. Essa interação possibilitou aos acadêmicos vivenciar a realidade local, desenvolver habilidades de comunicação em saúde e reforçar os princípios do SUS, como a universalidade e a promoção da saúde. Conclui-se que ações de educação em saúde em ambientes de Atenção Primária, como as ESF, são estratégias eficazes para disseminar informações essenciais de prevenção, contribuindo para a redução futura de doenças relacionadas à exposição solar. Além disso, reforçam a importância da atuação do médico na promoção de hábitos protetores e na prevenção de agravos evitáveis, como o câncer de pele.

Palavras-chave: Educação em Saúde; Fotoproteção; Câncer de pele; Atenção Primária à Saúde; Sistema Único de Saúde.