

Proteja a camada de ozônio.

Uma camada de proteção.

A camada de ozônio é uma concentração de gás ozônio situada na alta atmosfera, entre 10 e 50 Km da superfície da Terra. Ela funciona como um filtro solar, protegendo todos os seres vivos dos danos causados pela radiação ultravioleta do Sol. A absorção do UV-B por essa espécie de escudo cria uma fonte de calor, desempenhando um papel fundamental na temperatura do planeta.

Mas algumas substâncias produzidas pelo homem, como os gases CFCs (utilizados durante anos em geladeiras, condicionadores de ar, sprays etc.), vêm atacando essa camada protetora, levando a uma diminuição desse filtro. O resultado é que uma quantidade muito maior de raios UV-B está chegando à Terra.

o problema.

A redução da camada de ozônio provoca efeitos nocivos para a saúde humana e para o meio ambiente.

Nos seres humanos, a exposição a longo prazo ao UV-B está associada ao risco de dano à visão, à supressão do sistema imunológico e ao desenvolvimento do câncer de pele. Os animais também sofrem as conseqüências com o aumento do UV-B. Os raios ultravioletas prejudicam os estágios iniciais do desenvolvimento de peixes, camarões, caranguejos e outras formas de vida aquáticas e reduz a produtividade do fitoplâncton, base da cadeia alimentar aquática.

o que é o câncer de pele?

O câncer de pele é um tumor formado por células que sofreram uma transformação e se multiplicaram de maneira desordenada e anormal, dando origem a um novo tecido. Os cânceres mais comuns são:

- carcinomas basocelulares;
- espinocelulares;
- melanomas.

Proteja a camada de ozônio. Você vai sentir a diferença na pele. Proteja a camada de ozônio. Você vai sentir a diferença na pele.

Mude de atitude!

Você não pode mudar de pele.



Proteja a camada de ozônio.

Ministério da Saúde

Ministério do Meio Ambiente



Que fatores contribuem para o surgimento do câncer de pele?

A radiação ultravioleta é a principal responsável pelo surgimento do câncer de pele. Ela se concentra nos raios solares e também nas cabines de bronzeamento artificial. A exposição inadequada e prolongada ao sol contribui não só para o risco de desenvolvimento de câncer, mas também para o envelhecimento precoce da pele. O efeito do UV-B é cumulativo, podendo se manifestar anos depois.



Como reconhecer o câncer de pele?

Em primeiro lugar, só um dermatologista pode dar um diagnóstico seguro. Porém, é importante estar atento a alguns sinais, tais como:

- alterações na pele de aparência elevada, brilhante, translúcida, avermelhada, castanha, rósea ou com mais de uma cor;
- existência de pinta preta ou castanha que muda de cor e textura, que se torna irregular nas bordas ou que aumenta de tamanho;
- persistência de manchas ou feridas que não cicatrizam, crescem, coçam ou sangram.

Mude de atitude!

Você não pode mudar de pele.



Proteja a camada de ozônio.

Ministério da Saúde

Ministério do Meio Ambiente



O Câncer de pele tem cura?

Embora o câncer de pele seja o tipo de câncer mais freqüente, correspondendo a cerca de 25% de todos os tumores malignos registrados no Brasil, quando detectado precocemente esse tipo de câncer apresenta altos percentuais de cura.

Quem corre o risco de desenvolver o Câncer de pele?

Qualquer pessoa pode ter câncer de pele, mas as que apresentam maior risco são:

- as de pele, olhos e cabelos claros, que sempre se queimam e nunca se bronzeiam;
- as ruivas e as que têm sardas;
- as que se expõem ao sol por tempo prolongado como, por exemplo, trabalhadores que executam suas atividades no meio externo, agricultores e esportistas;
- as que possuem histórico familiar de tumor de pele.

Proteja-se

Se os cuidados com a pele forem intensificados até os 18 anos de idade, as chances de desenvolver o câncer são reduzidas em até 85%.

Veja alguns cuidados simples que você pode ter para evitar problemas:

- proteja-se dos raios solares com roupas e/ou filtros solares adequados;
- não se esqueça de que a radiação solar é mais intensa entre 10 horas da manhã e 15 horas da tarde;
- não faça bronzeamento artificial;
- não use filtro solar em bebês com menos de seis meses de idade. Mantenha-os fora do sol. Assegure-se de que há sombra total nos carrinhos e na cadeirinha do carro;
- proteja as crianças maiores de seis meses com roupas e chapéu adequados. Um bom chapéu de sol deve proteger as orelhas, nariz e lábios.
- examine a sua pele regularmente e reconheça os sinais



precoces de tumor;

- aplique filtro solar com FPS 15 ou mais em todo o seu corpo e no de seus filhos;
- reaplique o filtro solar a cada duas horas, principalmente quando entrar na água ou transpirar muito;
- alguns remédios fazem com que a pele fique mais sensível ao sol. Quando o médico prescrever alguma medicação, pergunte se o sol deve ser evitado;
- não se engane com dias nublados. Os raios solares perigosos atravessam as nuvens e a neblina;
- cuidado com a luz refletida. A luz do sol reflete na areia, na neve, no concreto e na água, atingindo a pele mesmo na sombra;
- as barracas e guarda-sóis usados na praia devem ser, preferencialmente, de algodão ou lona, que absorvem 50% da radiação ultravioleta. As barracas de nylon formam uma barreira pouco confiável: 95% dos raios UV ultrapassam o material.



Mudança de atitude

No dia-a-dia, utilizamos alguns produtos com substâncias que afetam a camada de proteção da Terra. A sua participação é fundamental para evitar que o buraco na camada de ozônio continue aumentando. Portanto:

- não utilize objetos pontiagudos ou cortantes (por exemplo, facas) para limpeza do congelador. Desta forma, evitará a perfuração dos evaporadores e, conseqüentemente, o vazamento do gás CFC;
- ligue o ar condicionado do seu carro pelo menos uma vez por semana, cerca de cinco minutos, para evitar o ressecamento dos anéis de vedação do sistema e diminuir o vazamento do gás de refrigeração.

Mais informações:

www.mma.gov.br