

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIVATES
PÓS-GRADUAÇÃO *LATO SENSO* ESTÉTICA E SAÚDE

**ANÁLISE DO FOTOENVELHECIMENTO DOS IDOSOS DO VALE
DO TAQUARI**

Odith da Silva Leão

Lajeado
2016
Odith da Silva Leão

**ANÁLISE DO FOTOENVELHECIMENTO DOS IDOSOS DO VALE
DO TAQUARI**

Trabalho de conclusão de curso apresentado
no curso de Pós-graduação lato senso Estética
e Saúde.

Orientador: Dr. João Alberto Fioravante
Tassinary

Lajeado

2016

**ANÁLISE DO FOTOENVELHECIMENTO DOS IDOSOS DO VALE DO
TAQUARI**

ANALYSIS OF ELDERLY PHOTOAGING IN THE TAQUARI VALLEY

¹Odith da Silva Leão

²João Alberto Fioravante Tassinari

¹Estética Odith Leão.

²Centro Universitário UNIVATES.

Odith da Silva Leão

Rua Germano Berner, 539/201

Bairro Florestal. 95900-000. Lajeado/RS

(51) 3011-1032/ (51) 9724-5021

odithleao@gmail.com

Caracteres: 21.476

Palavras nos resumos: 646 (português) e 605 (inglês).

Palavras na discussão: 783

Figuras: 03

Referências: 09

RESUMO

O aumento da expectativa de vida da população em geral, juntamente com a queda das taxas de natalidade, deu origem ao fenômeno do envelhecimento populacional, que gera preocupação à medida que são identificados aspectos negativos à saúde na faixa etária idosa. Neste sentido o referido projeto tem o objetivo analisar o fotoenvelhecimento com o uso de protetor solar de idosos de três municípios da região do Vale do Taquari. Para tal, utilizaremos o banco de dados do projeto de extensão do Centro Universitário Univates, intitulado Ações Sociais e de Saúde em Gerontologia (ASSG). Os idosos da região do Vale do Taquari tem um grau de fotoenvelhecimento coerente com sua faixa etária e com correlação positiva quanto ao uso do protetor solar e seu histórico de atividade laboral. O objetivo primário é analisar o fotoenvelhecimento com o uso de protetor solar de idosos de três municípios da região do Vale do Taquari. Desta forma podemos correlacionar o fotoenvelhecimento da pele com o uso de protetor solar, idade, sexo e histórico de atividade laboral. Que o estudo possibilite maior subsidio para novas pesquisas acerca do assunto e ainda, para gestores públicos pensarem em políticas de prevenção e promoção da saúde dos idosos do Vale do Taquari. Este trabalho foi elaborado através de um banco de dados do projeto de extensão do Centro Universitário Univates, os resultados foram tratados e dispostos em gráficos. Foram avaliados no referido trabalho um total de 180 idosos com uma média de 69 anos de idade, sendo que destes 29 são do sexo masculino e 151 do sexo feminino. Inicialmente o estudo teve a finalidade de investigar o fototipo desta população. Os resultados mostraram conforme figura 1 que dos 180 idosos avaliados 93% apresentaram tipo IV e apenas 7% tipo III. Dentre os fatores relevantes junto aos resultados aferidos na avaliação do fototipo desta população, destaca-se o uso diário do protetor solar. Neste sentido, por conseguinte, analisou-se os idosos quanto ou uso ou não do protetor solar e com qual periodicidade. A partir do gráfico 2 se pode verificar que somente 27,5% dos 180 idosos analisados fazem uso diário do protetor solar, enquanto que 28,3% refere não fazer uso e 44% usam eventualmente. Levando em consideração o fato de que idosos que desenvolveram atividade laboral no âmbito rural tem maior propensão de receber radiação solar, avaliamos se os idosos do estudo provinham de um ambiente rural ou urbano. A partir dos resultados do gráfico 3 podemos analisar que 54% destes são da área urbana e 46% da área rural. Com o presente estudo pode-se observar que existem multiplus fatores associados ao processo de envelhecimento: fatores moleculares, celulares, sistêmicos, comportamentais, cognitivos e sociais. Estes interagem e regulam tanto o funcionamento típico quanto o atípico do indivíduo que envelhece. O uso de protetores solares pelos idosos estudados ainda é inferior ao desejado, muito embora reflita os hábitos da população brasileira em geral. O conhecimento dos riscos de exposição solar, bem como o habito do uso de protetores solares, tanto no âmbito rural e urbano, deve

ser intensificado para minimizar o aumento de casos de cânceres da pele que vem se alastrando a cada ano. É fundamental que o profissional, assim como os próprios idosos, seus familiares e cuidadores tenham uma visão integrada destes fenômenos. O fotoenvelhecimento se dá em função da radiação ultravioleta, que varia sazonalmente e de acordo com a localização geográfica e condições climáticas o dano solar causado na pele é acumulativo. Estudos demonstraram que as incidências de radiação solar sobre a pele causam efeitos negativos e o envelhecimento prematuro. Contudo, o uso de fotoprotetores é primordial para a manutenção e prevenção do fotoenvelhecimento. É preciso que as autoridades sanitárias e os governos se mobilizem e dêem a devida importância, não só para o tratamento, mas também para a prevenção e esclarecimento da população em geral.

PALAVRAS CHAVE

Idosos. Fotoenvelhecimento e protetor solar.

RESUME

The increase in life expectancy of the general population, coupled with falling birth rates, giving rise to the phenomenon of population aging, which raises concerns as they are identified negative aspects to health in old age. In this sense, this project aims to analyze the photoaging using sunscreen in nursing three municipalities of the Taquari Valley region. To do this, we will use the University Centre extension project database Univates entitled Social Work and Health in Gerontology (SWHG). The elderly of the Taquari Valley region has a degree of photoaging consistent with their age and positive correlation regarding the use of sunscreen and your history of labor activity. The primary goal is: to analyze photoaging using sunscreen in nursing three municipalities of the Taquari Valley region. This way we can correlate photoaging of the skin by using sunscreen, age, sex and work activity history. The study enables greater allowance for further research on the subject and also for public managers think in prevention policies and promoting the health of the elderly Taquari Valley. This work was done through an extension project of the database of the Univates University Center. The results were treated and graphed. Were evaluated in such work a total of 180 seniors with an average age of 69 years, and of these, 29 are male and 151 female. Initially the study aimed to investigate the phototype of this population. The results showed as Figure 1 that 93% of the 180 patients included had type IV and only 7% type III. Among the relevant factors together with the results obtained in the skin type assessment of this population, there is the daily use of sunscreen. In this sense, therefore, the elderly and analyzed with the use of sunscreen or not and at what frequency. From the graph 2 can be seen that only 27.5% of the 180 examined elderly make daily use of sunscreen, while 28.3% report not to use and 44% use eventually. Taking into consideration the fact that older people who developed labor activity in rural areas are more likely to receive solar radiation, we assessed whether the study of the elderly came from a rural or urban environment. From the graph 3 results we can analyze that 54% of these are urbans and 46% live in rural areas. With this study can be seen that there are multiplus factors associated with aging: molecular factors, cellular, systemic, behavioral, cognitive and social. They interact and regulate both the typical operating as atypical of the individual ages. The use of sunscreen by the studied elderly is still lower than desired, although it reflects the habits of the population in general. Knowledge of the risks of sun exposure, as well as the

habit of using sunscreen, both in rural and urban areas, should be intensified to minimize the increase in cases of skin cancers, which is spreading every year. It is crucial that health professionals, as well as older people themselves, their families and caregivers have an integrated view of these phenomena. The photoaging is a function of ultraviolet radiation, which varies seasonally and according to the geographic location and weather conditions. The solar damage to the skin is cumulative. Studies have shown that the incidence of solar radiation on the skin cause negative effects and premature aging. However, the use of sunscreen is essential to the maintenance and prevention of photoaging. It is necessary that the health authorities and governments mobilize and give due importance, not only for treatment but also for prevention and clarification of the general population.

KEY WORDS

Elderly. Photoaging and sunscreen.

INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento inclui modificações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas, que torna o indivíduo mais suscetível a processos patológicos, uma vez que ocorre a perda progressiva da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente. Considerando o relativo alto percentual de idosos da região do Vale do Taquari – cerca de 14% - somado ao fato de que, entre os cinco municípios brasileiros com maior população idosa, três localizam-se nessa região – Coqueiro Baixo (29,4%), Relvado (26%), Colinas (25,4%) – torna-se fundamental o detalhamento do perfil do idoso para instrumentalizar o poder público na proposição de novas políticas relacionadas à qualidade de vida, saúde e educação do idoso (¹).

O envelhecimento como um todo representa um conjunto de modificações no organismo a partir do nascimento. É um processo sistemático global, pelo qual todo o ser vivo invariavelmente passará, tendo como conseqüências varias alterações perceptíveis ou silenciosas. As pessoas podem envelhecer em velocidades diferentes, dependendo da qualidade de vida que as mesmas tiveram durante sua existência. Com o decorrer do tempo a pele vai apresentar agressões que sofreu por meio de diversas alterações, dentre elas destaca-se à exposição excessiva as radiações solares.

A pele não envelhece harmonicamente, isso ocorre porque vários fatores estão envolvidos no processo, fazendo com que tanto o ritmo quanto a profundidade em que ele ocorre dependem de causas diferentes. Esses fatores podem ser intrínsecos ou extrínsecos. Os intrínsecos, ou naturais são determinados por condições genéticas. Já os extrínsecos são relacionados as causas externas.

O fotoenvelhecimento, determinado por Radiação Ultravioleta (RUV) é o mais importante deles, seguido por produtos químicos, tabagismo e calor. Scotti; Velasco (²) afirmam que “os raios ultravioleta (UVA, UVB e UVC) provocam danos estruturais a pele, alterando a pigmentação cutânea, provocando enrugamento, causando envelhecimento precoce e também formando radicais livres reativos.”

O Câncer de pele é a forma mais comum e prevenível de câncer atualmente. Sua incidência tem aumentado nas últimas três décadas. Inúmeras causas têm sido apontadas: mudança dos hábitos de vida com exposição solar excessiva; rarefação da

camada de ozônio; envelhecimento populacional; diagnóstico precoce desses cânceres, alcançando proporções epidêmicas. Esse tipo de câncer representa hoje cerca de um terço de todas as formas diagnosticadas. Em suas pesquisas Nora et al (3) concluiu que 90% dos cânceres de pele são melanocíticos e 65% da incidência de melanomas possam ser atribuídos a exposição solar. O primeiro está associado a exposição cumulativa dos raios ultravioletas (UV), enquanto o último associa-se a intensos episódios de exposição solar resultantes de queimaduras. Dentre os fatores fenotípicos que oferecem susceptibilidade ao câncer cutâneo destacam-se: tipo de pele, cor dos olhos e cabelos, presença de sardas e nevus, história pessoal ou familiar de câncer cutâneo.

Nos últimos tempos a radiação aumentou consideravelmente, o que tornou muito importante a difusão do uso dos protetores solares para prevenir doenças de pele principalmente o câncer de pele. Os filtros solares ou protetores solares são substâncias que aplicadas sobre a pele protegem a mesma contra a ação dos raios ultravioletas do sol (4). O espectro solar que atinge a terra é quase completamente de radiação ultravioleta em torno de 100-400nm, menor que o espectro visível (400- 800nm) e infravermelho (mais de 800nm). Nosso corpo responde à incidência das radiações de formas diferentes, com calor para as ondas infravermelhas e reações fotoquímicas para as radiações ultravioletas (UV). Essas reações podem ir desde o estímulo de produção de melanina, até leves queimaduras e mutações no DNA que tem sido mais frequentes nos últimos anos (5). A radiação ultravioleta é dividida em UVA, UVB e UVC. A radiação UVC tem menor comprimento de onda e causa efeitos carcinogênicos e mutagênicos.

A radiação UVB causa queimaduras, lesões, bolhas e câncer de pele. A radiação UVA tem comprimento de onda maior e é mais lesiva, pois penetra mais profundo à derme e gera radicais livres, causando envelhecimento. Dados do Instituto Nacional de Pesquisas Espaciais (INPE) mostram que o Índice Ultravioleta (IUV) da maioria das capitais brasileiras encontra-se em níveis considerados Muito Altos ou Extremos, em Fortaleza e na maioria do Nordeste chega a se constatar IUV em 12 quase diariamente, outras capitais como Porto Alegre constata IUV em 8 ou mais. Somente essa informação já seria o suficiente para motivar a população brasileira ao uso de protetores solares e barreiras físicas contra o sol. Davolos (5), diz que a necessidade do uso de protetores solares, também denominados fotoprotetores, é uma realidade indiscutível. Estima-se que em 1992 o mercado nacional de protetores solares tenha comercializado 650 toneladas de produtos. Para Lonni (6), filtros solares são substâncias que, quando adicionadas aos produtos para proteção solar, tem a finalidade de filtrar raios ultravioletas visando proteger a pele de efeitos dos causados por estes raios, como envelhecimento precoce da pele e cânceres. O Câncer já representava em 2012 a segunda maior causa de morte nas Américas, com 2,8 milhões de casos novos e 1,3 milhões de mortos segundo a Organização Panamericana de Saúde (7).

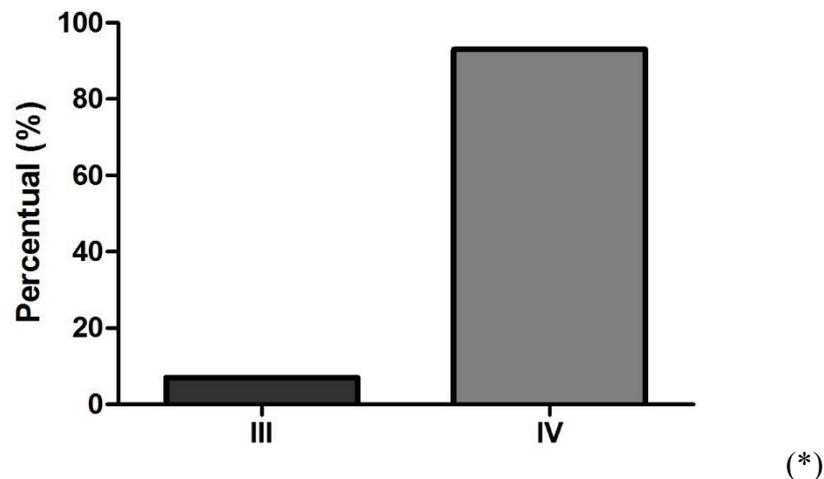
No Brasil em 2014, estimou-se 98.420 casos novos de câncer de pele não melanoma nos homens e 83.710 nas mulheres, dados do Instituto Nacional do Câncer. Este artigo agrega informações sobre a importância do uso de protetores solares, com relação a prevenção do fotoenvelhecimento e o câncer de pele. Além disso, buscam-se informações importantes sobre o conhecimento entre os idosos do Vale do Taquari e região juntamente com a área da saúde sobre a importância da manutenção de uma boa política preventiva de saúde acerca dos danos lesivos do sol.

MATERIAIS E MÉTODOS

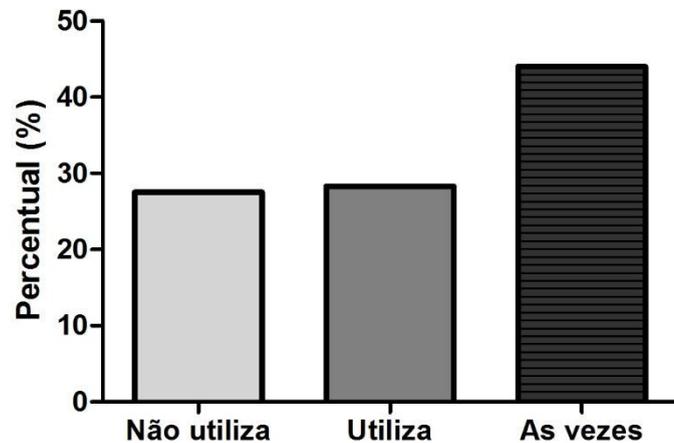
A população de estudo foi obtida do banco de dados do projeto de extensão do Centro Universitário Univates, intitulado Ações Sociais e de Saúde em Gerontologia (ASSG). O ASSG visa desenvolver espaços de informação e reflexão sobre aspectos relacionados a prevenção e promoção do bem estar do idoso. Foram correlacionados estatisticamente os dados do projeto referentes ao fototipo cutâneo, idade, sexo e histórico de atividade laboral, se rural ou urbano, sendo estes números relativos ao andamento deste projeto de extensão durante o período de 2014 até 2015. Sob os aspectos éticos permanecerá preservada a identidade dos sujeitos, e os dados foram avaliados e tabulados no Excel e posteriormente trabalhados no programa computacional SPSS versão 19.0.

RESULTADOS

Foram avaliados no referido trabalho um total de 180 idosos com uma média de 69 anos de idade, sendo que destes 29 são do sexo masculino e 151 do sexo feminino. Inicialmente o estudo teve a finalidade de investigar o fototipo desta população. Os resultados mostraram conforme figura 1 que dos 180 idosos avaliados 93% apresentaram tipo IV e apenas 7% tipo III.

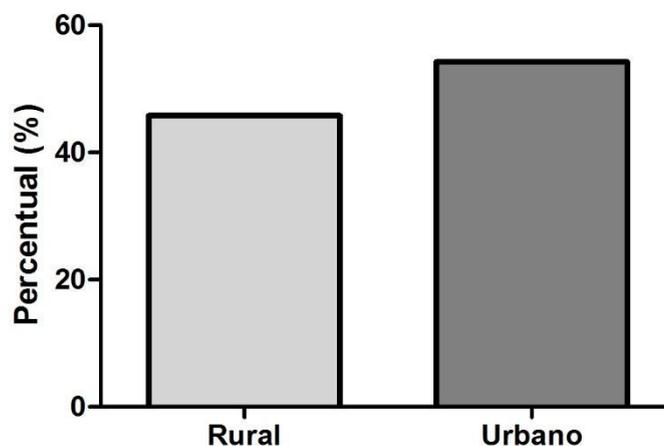


Dentre os fatores relevantes junto aos resultados aferidos na avaliação do fototipo desta população, destaca-se o uso diário do protetor solar. Neste sentido, por conseguinte, analisou-se os idosos quanto ao uso ou não do protetor solar e com qual periodicidade. A partir do gráfico 2 se pode verificar que somente 27,5% dos 180 idosos analisados fazem uso diário do protetor solar, enquanto que 28,3% refere não fazer uso e 44% usam eventualmente.



(**)

Levando em consideração o fato de que idosos que desenvolveram atividade laboral no âmbito rural tem maior propensão de receber radiação solar, avaliamos se os idosos do estudo provinham de um ambiente rural ou urbano. A partir dos resultados do gráfico 3 podemos analisar que 54% destes são da área urbana e 46% da área rural.



(***)

DISCUSSÃO

A pesquisa mostrou dados importantes, inicialmente indicando que mais de 90% dos idosos avaliados apresentou fototipo IV, dentro deste contexto, cabe ressaltar os principais fatores de risco para câncer de pele, segundo Cestari⁽⁸⁾, são: pele clara e/ou presença de sardas; cabelos loiros, ruivos ou castanhos claros; olhos claros (azuis, verdes, acinzentados); tendência a queimaduras solares com facilidade e pouco ou nenhum bronzeamento; história familiar de câncer da pele; residência em regiões de climas quentes e ensolarados; longos períodos de exposição solar diária ou curtos períodos de exposição solar intensa; grande quantidade de pintas.

O bronzeado é um sinal de agressão a pele. Num esforço para aumentar a proteção da pele contra os efeitos lesivos da radiação solar, as células produzem mais melanina e,

conseqüentemente, há escurecimento da pele. Entretanto, ao mesmo tempo em que o bronzeado se desenvolve, já ocorreu dano permanente nas células que, posteriormente, aparecerá sob a forma de rugas, manchas, melanoses, queratoses e, até mesmo, o câncer da pele. Portanto, o termo “bronzeado saudável” é uma contradição⁽⁹⁾.

Sendo assim, fica mais evidente o valor da proteção solar por parte desta população avaliada. Então, analisamos na sequência os dados referentes ao uso de protetor solar, conforme supracitado nos resultados somente 27,5% dos 180 idosos fazem uso diário do protetor solar, enquanto que 28,3% refere não fazer uso e 44% usam eventualmente. A importância do uso de protetor solar já é conhecida pela comunidade acadêmica, e a eficácia dos filtros costuma ser classificada em termos de proteção contra queimadura solar (fator de proteção solar ou FPS) e resistência contra remoção (substantividade) conferida em condições controladas.

Produtos com alto FPS (10 a 25 vezes mais protetores) são sempre mais aceitáveis do ponto de vista cosmético, ainda que pessoas com pele naturalmente mais escura possam ser protegidas de forma adequada com níveis mais baixos (FPS 5 a 10). No entanto, o tempo de exposição deveria ser limitado até quando o filtro solar é utilizado, uma vez que, doses de ultravioleta (UV) recorrentes subteritematogênicas podem também resultar em efeitos cutâneos adversos em longo prazo.

Assim, filtros não são somente cosméticos e sim protetores eficazes contra radiações ultravioletas em diversas situações. Desta forma, tais filtros são uma necessidade diária para toda a população, independente de cor, idade, raça e região geográfica, em virtude da proteção contra a queimadura solar, evitando o fotoenvelhecimento precoce da pele e degeneração tecidual antiestética, além de impedir o agravamento de doenças pre-existentes específicas.

Embora qualquer indivíduo possa desenvolver uma lesão ou câncer da pele, alguns são mais susceptíveis do que outros. Os estudos epidemiológicos indicam maior incidência de neoplasias cutâneas em indivíduos que receberam maior incidência de sol durante sua atividade laboral, de raça branca, especialmente aqueles de pele mais clara e que vivem em regiões geográficas mais ensolaradas⁽⁸⁾.

Seguindo esta premissa, avaliamos os dados do projeto referente a atividade laboral desenvolvida pelos idosos ao longo de sua vida. Os resultados mostraram que 54% dos idosos são provenientes da área urbana, e 46% da área rural. Quanto mais idoso o ser humano se torna, maior a sua chance de vir a desenvolver câncer cutâneo. As evidências mostram, porém, que eventos ocorridos na infância tem do câncer da pele na idade adulta. Além disso, cada vez mais indivíduos na segunda e terceira décadas da vida estão sendo tratados de câncer da pele. Ocasionalmente adolescentes e, mais raramente, crianças também tem sido afetados⁽⁸⁾.

Os indivíduos que tem queimaduras solares são mais propensos a terem câncer da pele do que aqueles que não se queimam; entretanto, a radiação ultravioleta causa danos na pele mesmo que o indivíduo nunca tenha sofrido queimadura solar⁽⁸⁾.

A pele pode reparar algumas das alterações superficiais causadas pelo sol. Isto explica por que a queimadura solar melhora após alguns dias e o bronzeado desaparece gradativamente, mas as alterações mais profundas permanecem. Através dos anos, após cada exposição solar sucessiva, os danos causados pela radiação ultravioleta se acumulam e os efeitos lesivos podem levar 20 ou 30 anos para se tornarem aparentes⁽⁸⁾.

A luz é necessária ao bem-estar dos humanos. A exposição aos raios ultravioleta (UV) pode induzir alterações sistêmicas, aumentando a concentração de vitamina D circulante ou reduzindo a função imunitária sanguínea. A radiação ultravioleta (UV), dependendo da constituição individual, predisposição genética, tempo e intensidade de exposição,

pode causar envelhecimento precoce da pele, degeneração tecidual antiestética, foto dermatoses, agravamento de doenças pré-existentes específicas e cânceres da pele. Por isso, não faça do sol e das irradiações um inimigo, aprenda como se proteger, sem causar danos a saúde. Para evitar problemas futuros, faça de alguns cuidados uma rotina: evite a exposição as irradiações, sem o uso de filtros solares.

CONCLUSÃO

Com o presente estudo pode-se observar que existem múltiplos fatores associados ao processo de envelhecimento: fatores moleculares, celulares, sistêmicos, comportamentais, cognitivos e sociais. Estes interagem e regulam tanto o funcionamento típico quanto o atípico do indivíduo que envelhece.

O uso de protetores solares pelos idosos estudados ainda é inferior ao desejado, muito embora reflita os hábitos da população brasileira em geral. O conhecimento dos riscos de exposição solar, bem como o hábito do uso de protetores solares, tanto no âmbito rural e urbano, deve ser intensificado para minimizar o aumento de casos de cânceres da pele que vem se alastrando a cada ano.

É fundamental que o profissional, assim como os próprios idosos, seus familiares e cuidadores tenham uma visão integrada destes fenômenos. O fotoenvelhecimento se dá em função da radiação ultravioleta, que varia sazonalmente e de acordo com a localização geográfica e condições climáticas o dano solar causado na pele é acumulativo. Estudos demonstraram que as incidências de radiação solar sobre a pele causam efeitos negativos e o envelhecimento prematuro. Contudo, o uso de fotoprotetores é primordial para a manutenção e prevenção do fotoenvelhecimento.

É preciso que as autoridades sanitárias e os governos se mobilizem e dêem a devida importância, não só para o tratamento, mas também para a prevenção e esclarecimento da população em geral.

BIBLIOGRAFIA

1. IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/>>. Acesso em: 12 out. 2015.
2. Scotti, Luciana;Velasco, Maria V.R. Envelhecimento cutâneo à luz da cosmetologia. São Paulo: Tecnopress, 2003 .
3. Nora, Adelar Bocchese et al. Frequência de aconselhamento para prevenção de câncer da pele entre as diversas especialidades médicas em Caxias do Sul. An. Bras. Dermatol., Rio de Janeiro, v. 79, n. 1, fev. 2010.
4. Araujo, T. S. E.; Souza S. O. Protetores Solares e os efeitos da radiação Ultravioleta. Scientia Plena, São Cristóvão, v. 4, n. 11, Ago. 2008. Disponível em: <<http://cuidadoscomocancer.blogspot.com.br/2015/11/a-importancia-do-uso-de-protetores.html>>. Acesso em: 04 dez. 2015.
5. Flor, J.; Davalos, M. R.; Correa, M. A. Protetores Solares, Agosto 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/qn/v30n1/26.pdf>>. Acesso em: 12

nov. 2015.

6. Lonni, A. A. S. G.; Duarte, J. C.; Oliveira, F. O.; Melquiades, F. L.; Ferreira, D. D. D.; Appoloni, C.R. 2008. Fluorescência de raios X por dispersão de energia aplicada no controle de qualidade de protetor solar.
7. OPS. Organização Panamericana de Saúde, 2014. Disponível em: <<http://www.paho.org/bra/>>. Acesso em: 23 dez. 2015.
8. Cestari, Tânia F.; Passato, Simone; Corrêa, Gustavo Pinto. Fototerapia: aplicações clínicas. Anais Brasileiros de Dermatologia. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_subject&lng=pt>. Acesso em: 20 nov. 2015.
9. Albuquerque, C. S. Sol e fotoproteção. Disponível em: <<http://www.scielo.br/scielo.php>>. Acesso em: 18 dez. 2015.

LEGENDAS DAS ILUSTRAÇÕES:

* Avaliação do fototipo dos idosos.

** Avaliação do uso de protetor solar.

*** Avaliação da atividade laboral dos idosos.