

# EL SOL, UN PELIGRO

AUTORAS: ROSARIO RODRIGUEZ DE LA MAYA, ISABEL RODRIGUEZ DE LA MAYA Y ROSA MARIA RODRIGUEZ PASCUAL

## INTRODUCCION:

La incidencia del melanoma en los últimos 10 años se ha duplicado por los malos hábitos de los españoles, llegándose a diagnosticar 3.200 casos de melanoma y este mal está creciendo entre los jóvenes de entre 25 y 29 años.

## OBJETIVO:

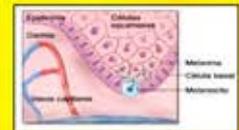
Conocer de primera mano si esta afirmación es cierta.

Concienciar a la juventud de los problemas de "estar moreno" a través de información de cambio de los malos hábitos.

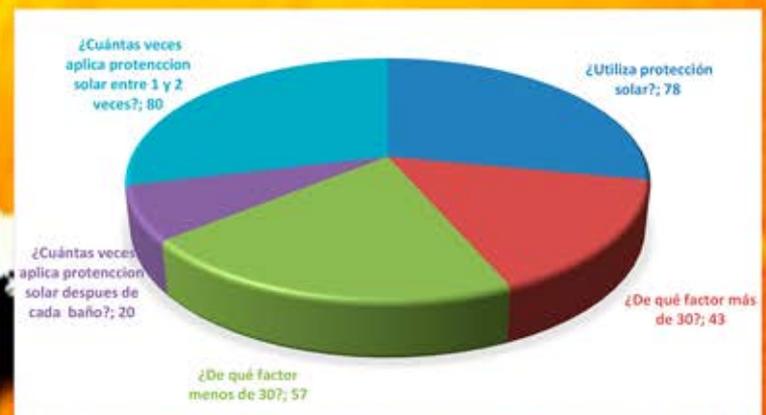
## METODO:

Encuesta realizada en el 2016 entre 100 jóvenes entre 20 y 30 años en la playa de Matalascaña (Huelva), con los siguientes ítems:

- ¿Sabes que es un melanoma?
- ¿Utiliza protección solar?
- ¿De qué factor?
- ¿Cuántas veces al día te las pones?
- ¿Qué medidas protección solar utilizas?



## RESULTADOS:



## CONCLUSION:

A la vista de los resultados observamos que hay que trabajar más con los jóvenes sobre este tema.

La prevención es la mejor cura que podemos hacer y el SOL es el principal enemigo. Tomando unas sencillas precauciones podemos evitar este mal:

- Utilizar un protector solar de 50.
- Aplicarse el protector antes de la exposición y renovar con frecuencia.
- Evitar las horas de mayor intensidad (de 12h a 16h).
- Exposición al sol de forma progresiva.
- Proteger los ojos con gafas del sol homologadas que filtren los rayos UVA y UVP.
- Revisar las manchas y los lunares cuando algunos cambian de color o forma acudiendo al dermatólogo.