



Modalidade do trabalho: Relato de experiência
Evento: 2011 JE - XII Jornada de Extensão

AS CONSEQUÊNCIAS DA RADIAÇÃO SOLAR EM MULHERES AGRICULTORAS¹

**Janine Athaide Cadore², Cassiana Dos Santos³, Kátia Castro⁴, Mônica Ribeiro⁵,
Heloísa Meincke Eickhoff⁶, Maira Heck⁷**

- ¹ Estudo resultante de atividade de extensão do Curso de Tecnologia em Estética e Cosmética da Unijui
² Aluna do Curso de Tecnologia em Estética e Cosmética
³ Aluna do Curso de Tecnologia em Estética e Cosmética da Unijui
⁴ Aluna do Curso de Tecnologia em Estética e Cosmética da Unijui
⁵ Aluna do Curso de Tecnologia do Curso de Estética e Cosmética da Unijui
⁶ Professora do Departamento de Ciências da Vida da UNIJUI; email: heloisa@unijui.edu.br
⁷ Fisioterapeuta, colaboradora do estudo.

Resumo

O presente estudo relata a experiência de acadêmicas do Curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, em atividade promovida pela Associação Rio-Grandense de Empreendimentos de Assistência Técnica e Extensão Rural e pela Associação Sulina de Crédito e Assistência Rural, com mulheres do meio rural, do município de Catuípe, Rio Grande do Sul. Foram realizadas avaliações faciais com objetivo de verificar as possíveis alterações cutâneas neste grupo de mulheres, causadas pela radiação solar e com isto, passar informações sobre os métodos de prevenção contra os raios UV. São apresentados os resultados obtidos, com ênfase nas consequências da exposição solar em relação ao fotoenvelhecimento.

Palavras-Chaves: Fotoenvelhecimento; Raios UV; Melanina; Fotoproteção

Introdução

É sabido os efeitos do sol sobre a pele do ser humano e suas consequências variam desde pequenas manchas, como lentigos solares e melasmas até tumores de gravidades variadas. As mulheres agricultoras tornam-se uma população de risco pela alta exposição ao sol e por sua constante rotina de trabalho e se constituem em um grupo de maior vulnerabilidade para desenvolverem doenças crônicas de pele podendo ocasionar o surgimento do câncer tipo melanoma e alterações inestéticas. Com o objetivo de estudar sobre os efeitos do sol em mulheres agricultoras, este estudo relata a realidade encontrada para a partir dos dados, obter subsídios para ações profissionais necessárias.

Metodologia





Modalidade do trabalho: Relato de experiência

Evento: 2011 JE - XII Jornada de Extensão

O presente estudo foi desenvolvido a partir de uma atividade de extensão do Curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética da UNIJUI, junto a um evento promovido pela Associação Rio-Grandense de Empreendimentos de Assistência Técnica e Extensão Rural (EMATER) com mulheres agricultoras no interior do município de Catuípe (RS). Foram realizadas ações que tinham por objetivo identificar o perfil cutâneo do grupo participante, dar orientações individualizadas de cuidados com a pele e de fotoproteção, com intuito de estimular o cuidado e a saúde cutânea. Para avaliar o perfil cutâneo e identificar as conseqüências da radiação solar na pele das mulheres agricultoras participantes do evento, utilizou-se uma ficha de anamnese facial contendo dados de identificação, etnia, sobre a rotina diária de exposição solar, uso de cosméticos e de filtro solar; também foi pesquisado se eram fumantes, se já se encontravam na menopausa, se tinham realizado algum tratamento com esteticista ou médico dermatologista e se fazem o uso de contraceptivo hormonal. Neste mesmo instrumento, para avaliar o tipo de pele, foi utilizada a escala de Fitzpatrick (Roberts, 2009), que está baseada na cor da pele do indivíduo e sua reação à exposição solar. Nesta classificação, o Fototipo 0 (albino) tem cabelos brancos, a cor da sua pele é branca. O Fototipo I possui o cabelo ruivo, a cor de pele leitosa.. O Fototipo II possui cabelos dourados, a cor da pele é clara, possui bronzeado halo e a proteção contra o sol é fraca. O Fototipo III tem cabelos loiros, a cor da pele e o bronzeado são claros e a proteção contra o sol é leve. O Fototipo IV tem cabelos castanhos, a cor da pele é mate, o bronzeado é escuro e a proteção contra o sol é grande. O Fototipo V tem cabelos escuros, cor da pele morena, o bronzeado é muito escuro e a proteção é muito grande. Por último, o Fototipo VI (negro) tem cabelos negros, cor da pele negra, bronzeado negro e a proteção contra o sol é muito grande. A escala de Glogau (Callaghan, 2008), foi utilizada para quantificar o nível de envelhecimento da pele. Nesta classificação de envelhecimento, são citados 4 tipos de peles. O Tipo 1 apresenta a ausência de rugas, geralmente para pessoas de 20 a 30 anos, poucas alterações de pigmentação e ausência de lesões queratósicas. Já o Tipo 2, que contempla pessoas na faixa de idade entre 30 e 40 anos, possuem rugas dinâmicas, Lentigos senis iniciais e queratoses palpáveis (não-visíveis). O Tipo 3 apresenta rugas estáticas, melanoses e telanglectasias, queratoses visíveis, classificando as pessoas com idade superior a 50 anos. Por último tem-se o Tipo 4, que apresenta somente rugas, para pessoas acima de 60 anos, coloração amarela-cinzentada, pode ter lesões malignas e possui pele actínica. A seguir, foram avaliadas as manchas pigmentares relativas à melanina, as manchas por alteração vascular, as alterações de queratinização, o grau de hidratação e o tipo cosmético de pele de cada voluntária.

Resultados

A amostra constou de 10 mulheres agricultoras. A idade das participantes variou de 42 a 62 anos sendo 7 da etnia italiana, 2 brasileiras e 1 alemã. Quanto à exposição solar, 90% não possuem o hábito de se bronzear. Nenhuma mulher relatou ser fumante, 80% já entrou na menopausa e nenhuma faz uso de contraceptivo hormonal. Em relação ao uso diário de cosméticos, 50% fazem o uso de hidratantes, 70% usam o filtro solar com FPS 30, 50% utilizam cremes noturnos e 30% usam maquiagem. Questionadas sobre a frequência com que





Modalidade do trabalho: Relato de experiência

Evento: 2011 JE - XII Jornada de Extensão

recorrem à esteticista e dermatologista, 50% já consultaram um médico dermatologista, 10% já haviam realizado o procedimento de limpeza de pele, 10% recorreu ao médico por apresentar vitiligo e 10% já havia feito cauterização em lesões de pele. Em relação à cor da pele das voluntárias, 50% possuem pele clara que algumas vezes queima, porém sempre bronzeia; 40% são de pele morena clara que raramente queima e sempre bronzeia; 10% possui pele clara que sempre queima e algumas vezes bronzeia. Na classificação de Glogau, 80% possuem rugas dinâmicas estáticas leves, 10% possui rugas dinâmicas estáticas moderadas e os outros 10% possui rugas dinâmicas. Quanto às manchas pigmentares e por alteração vascular, 90% possuem lentigos solares, 20% possuem acromias, 20% apresentam efélides, 60% possuem petéquias, 30% apresentam pele com eritema e 30% não apresentavam nenhuma alteração. Segundo análise feita quanto ao grau de hidratação da pele, 80% apresentam hidratação normal e 20% pele desidratada. Quanto ao tipo cosmético da pele, 40% possuem pele normal, 30% possuem pele normal sensível, 10% apresenta pele oleosa, 10% possui pele sensível e 10% pele normal oleosa.

Discussão

Ao avaliar a pele de mulheres agricultoras, a amostra estudada evidenciou um perfil de tipos de pele diferentes, desde mais claras até mais escuras. Apesar de não possuírem o hábito de bronzear-se ao sol, acredita-se que a exposição solar em mulheres do campo seja maior pois ficam um maior tempo ao ar livre. Nesse sentido, evidencia-se as consequências do sol no rosto das mesmas pois apresentam manchas pigmentares e por alteração vascular como, lentigos solares, acromias, efélides, eritema e petéquias. Apenas 30% delas não apresentavam alterações relacionadas ao sol. Ressalta-se que a utilização do filtro solar se faz presente na maior parte da amostra estudada, tornando-se um fator importante de proteção à pele das mesmas. Também não tem o hábito de bronzear-se.

A radiação UV exige muitos cuidados com a pele, mas o mais importante e principal deles é a fotoproteção. Utilizar filtro solar com FPS 30 ou mais para bloquear os raios UVB, e que contenha, também, PPD 10 para bloquear os raios UVA deve ser um hábito diário de todos os indivíduos, pois a radiação solar está cada vez mais forte e os raios UVA apresentam o comprimento de onda mais longo, indutora de processos oxidativos. Sua intensidade é constante durante o ano todo e seus raios são os principais responsáveis pelo fotoenvelhecimento e pela ocorrência de câncer. A incidência dos raios UVB aumenta durante o verão, provocando queimaduras solares, porém, penetra superficialmente na pele (<http://www.dermatologia.net/novo/base/index.shtml>). Os raios UVB também causam alterações celulares, predispondo ao câncer. A radiação UVC é absorvida pela camada de ozônio, que em alguns lugares não está completamente constituída, o que pode acarretar sérios problemas à saúde, pois os raios UVC são altamente penetrantes e danosos ao organismo. O uso do protetor solar evita também os lentigos solares, que em geral, são causados por exposição solar ou queimadura solar. Eles são totalmente passíveis de prevenção, evitando-se o sol e usando-se filtro solar. Percebe-se que eles contribuem para a aparência envelhecida, tanto ou mais que as rugas (Baumann, Leslie 2007). Outra afecção



Modalidade do trabalho: Relato de experiência

Evento: 2011 JE - XII Jornada de Extensão

cutânea é o melasma, também conhecido como “máscara da gravidez”, consiste em manchas da totalidade marrom-clara, escura ou, ainda, acinzentada, variando desde o tamanho de um dime até extensas áreas no rosto ou tronco. Aparecendo em áreas expostas ao sol, é bastante comum em mulheres grávidas ou naquelas que fazem tratamentos com estrogênio, uso de pílulas anticoncepcionais ou reposição hormonal. O melasma pode causar um grave transtorno psicológico e, em casos graves, pode ser desfigurante. Mais comumente visto em pessoas com pele escura (Baumann, Leslie, 2007).

Alterações vasculares como telangectasias foram diagnosticadas em algumas voluntárias, como sendo uma modificação da estrutura e dilatação dos vasos sanguíneos e também o eritema, que é uma coloração avermelhada da pele ocasionada por vasodilatação capilar, sendo um sinal típico da inflamação.

Com base nos resultados obtidos observou-se que mesmo tomando as devidas precauções com relação à fotoproteção, as agricultoras apresentam fotoenvelhecimento cutâneo e as alterações provenientes do mesmo. São fatores a serem estudados e que podem interferir no perfil das mulheres estudadas é o tempo que estão em uso do fotoprotetor, assim como cuidados como a reaplicação do mesmo durante o dia, assim como o tempo que ficam expostas ao sol durante o dia. Um aspecto importante da avaliação foi que nenhuma das agricultoras relatou utilizar contraceptivo hormonal e utilização de fitoestrógeno ou reposição hormonal, o que pode ter resultado na ausência de melasmas em todas as voluntárias avaliadas.

Conclusão

A partir da realidade estudada, conclui-se que nas mulheres de 42 à 62 anos as consequências do sol se mostram evidentes, pois todas nesta faixa etária apresentam algum tipo de alteração na pele, em maior ou menor quantidade. O estudo se mostrou de grande valia para, além de levantar o perfil do grupo estudado, fornecer informações a estas mulheres quanto aos cuidados com a pele, e particularidades quanto aos efeitos do sol e uso do fotoprotetor.

Agradecimentos

À Associação Rio-Grandense de Empreendimentos de Assistência Técnica e Extensão Rural, às voluntárias agricultoras que contribuíram com os dados cadastrados e pela colaboração da Fisioterapeuta Maira de Moraes Heck pela metodologia de avaliação que foi utilizada para análise das peles.

Referências

Baumann, Leslie. *Pele Saudável: a fórmula perfeita para o seu tipo de pele*. Tradução e revisão técnica Érica Monteiro. Rio de Janeiro: Elsevier, 2007.

Callaghan, T. M. & Wilhe, K. P. *Int. J. Cosmet, Sci.* 30, 323-332. 2008.

Dermatologia. Net: www.dermatologia.net

Roberts, W. E. *Dermatol Clin.* 27, 529-533. 2009.





Modalidade do trabalho: Relato de experiência
Evento: 2011 JE - XII Jornada de Extensão