

Dossier de premsa

abans de
deixar-t'hi
la pell,
consulta

Atenció
pell

Campanya de prevenció del càncer de pell

Del **23 de maig**, Dia Mundial
del Melanoma; al **13 de juny**,
Dia Europeu de la Prevenció
del Càncer de Pell

Organitza:



Patrocina:



1. Els punts clau de la campanya



En què consisteix?

Sota el lema "**Abans de deixar-t'hi la pell, consulta**", més de **300 farmàcies de Barcelona** ofereixen **consell sobre com exposar-se al sol correctament, educació en prevenció del càncer de pell i detecció dels factors de risc** a partir d'enquestes de salut



Qui l'organitza?

El **Col·legi de Farmacèutics de Barcelona**, en col·laboració amb el **Grup Melanoma de l'Hospital Clínic de Barcelona**



Quines novetats s'han introduït?

S'ha donat **un pas més en la coordinació dels professionals sanitaris** i en les **eines utilitzades** per fer una **avaluació inicial de les lesions pigmentades de la pell**.

Més informació: a la pàgina següent



Què es va aconseguir a la 1a edició?

Van participar **218 farmàcies** i, gràcies a **5.500 enquestes**, es van conèixer **hàbits de la població en el moment d'exposar-se al sol**.

Més informació: a la pàgina 5

2. Les novetats de la 2a edició

Més coordinació amb els professionals sanitaris

01

32 farmàcies de la zona de l'Hospital Clínic participaran a l'estudi DERMA-RISC i derivaran al Servei de Dermatologia de l'Hospital aquells usuaris amb factors de risc perquè es puguin realitzar una revisió dermatològica especialitzada gratuïta.

Nova eina per avaluar les lesions pigmentades de la pell

02

A més d'un qüestionari per detectar els factors de risc de patir un càncer de pell, s'ha implementat una nova eina perquè els farmacèutics puguin examinar les lesions pigmentades amb major precisió gràcies a una regleta dermatològica.

Carpa itinerant per diferents localitats de Barcelona

03

La campanya també està present a una carpa itinerant, atesa per farmacèutics, que s'anirà desplaçant per diferents punts de la província de Barcelona.



Escaneja el codi per accedir al mapa interactiu



3. Els materials

Cartell de la campanya

abans de
deixar-t'hi
la pell,
consulta

Atenció
pell

Campanya de prevenció del càncer de pell
a la farmàcia comunitària del 23 de maig al 13 de juny del 2017

Organitza

Col·legi de Farmacèutics de Barcelona

UDM

CLÍNICA

Almirall

Eau Thermale d'Avène

Ladival

La Roche-Posay

Fulletó amb consells sanitaris per evitar riscos en l'exposició al sol

consells per
no deixar-t'hi
la pell

2 passos per gaudir del sol i no estar
exposat als seus efectes perjudicials

Atenció
pell

- ### 1 PROTEGIR-SE del sol
- #### A L'AIRE LLUIRE
- > És important estar protegit de totes les radiacions solars
 - > Els núvols delven passar els raigs UV
 - > L'aigua, la neu, la sorra i l'herba reflecteixen les radiacions
 - > Cal protegir-se sempre
 - Com s'ha de fer per protegir-se a l'aire lliure?
 - > Evitar sempre les cremades solars
 - > No exposar-se al sol entre les 12h i les 16h, especialment en els mesos de més insolació
 - > Utilitzar barrets, ulleres de sol i roba seca
 - > En activitats a l'aire lliure aplicar protectors solars durant TOT L'ANY, sobretot en zones descobertes com la cara, nas, llavis, orelles, cap, mans i braços
- #### EFFECTE LUPA DE L'AIGUA
- > L'aigua a la pell fa efecte lupa i incrementa el risc de cremades solars
 - > Posar-se roba mullada no protegeix; deixa passar els raigs UV
 - Com s'ha de fer per evitar l'efecte lupa?
 - > Assecar-se bé després de cada bany i aplicar el protector de nou ja que aquests productes poden eliminar-se amb el fregament de la tovallola

- ### CONÈXER EL FOTOTIPUS
- > El FOTOTIPUS de cada persona permet escollir el PROTECTOR SOLAR més adequat
 - > El fototipus és el que indica la sensibilitat personal al sol i la capacitat per bronzear-se segons el color de la pell, el cabell i els ulls
 - Com s'ha de fer per conèixer el fototipus?
 - > Consultar el fototipus al metge o farmacèutic
 - > No existeixen protectors solars universals: el farmacèutic coneix quin és el més indicat per cada persona i situació

- ### PROTECTORS SOLARS
- > Protegeixen si s'apliquen en la quantitat indicada
 - > Els productes solars un cop oberts tenen un període d'ús recomanat
 - Com s'han d'aplicar els protectors solars?
 - > Aplicar-los abans de sortir de casa i repetir de nou cada 2-3 hores
 - > Llegir i seguir les instruccions d'ús
 - > En cas de molta suor aplicar-los més sovint
 - > Repetir l'aplicació després de cada bany perllongat, encara que el producte sigui resistent a l'aigua

> REVISAR
periòdicament la pell
pel metge o dermatòleg
> CONSULTAR sempre
si observo que alguna
piga canvia de forma,
mida o color

- ### PROTECCIÓ MÀXIMA
- > Hi ha situacions en què la protecció ha de ser màxima, consulta al farmacèutic
 - En quines situacions?
 - > En alta muntanya, a alta mar o a la neu
 - > En l'embaràs i en nens menors de 3 anys
 - > En determinades malalties, intervencions quirúrgiques, trasplantaments, cicatrius i en medicaments fotosensibilitzants

- ### 2 HIDRATAR-SE per restaurar la pell
- #### CUIDAR LA PELL
- > La pell recupera el seu benestar si ens en cuidem després de l'exposició al sol
 - Com cuidar la pell?
 - > Aplicar sempre cremes i locions refrescants i calmants, que permetran reparar i hidratar la pell
- #### AIGUA
- > L'aigua que es perd amb l'exposició al sol s'ha de recuperar
 - Com recuperar l'aigua?
 - > Beure aigua encara que no es tingui sensació de set i oferir-ne sovint als nens i a la gent gran
 - > Fer una dieta variada amb abundant fruita i verdura

Atles de lesions

atles de lesions
sospitoses

Atenció
pell

fitxa de suport

GUÍA PRÁCTICA PER LA VALORACIÓ DELS FACTORS DE RISC DEL CÀNCER DE PELL

Si la persona presenta alguna lesió semblant a les de les imatges en qualsevol part del cos

TAULA DE CLASSIFICACIÓ DEL FOTOTIPUS DE LES PERSONES

El fototipus és el que indica la sensibilitat personal al sol i la capacitat per bronzear-se segons el color de la pell, el cabell i els ulls.

Color cabells de 10 anys	Color ulls	Tendència a cremar-se	Tipus de bronzet
I Pèl ric	Pel molt clara i als clars	En crema fàcilment	Mé se bronzaja
II Pèl	Pel clara i als blau-verd	En crema fàcilment	Mé se bronzaja
III Canyà	Pel clara i als marron-gris	En crema moderadament	Bronzaja amb un to marró clar de forma grauet uniforme
IV Canyà fosc	Pel més i als fosc	Quasi mai se crema	Bronzaja marró fosc
V Canyà molt fosc	Pel més i als fosc	En crema molt poc	Bronzaja marró fosc
VI Negre	Pel negra	Mé se crema	Pel negra

es compten més de 20
lesions pigmentades,
de més de 2 mm
de diàmetre entre
els 2 braços

s'observen
lesions de diàri
solar crònic
en les zones descobertes
de la cara, cap o braç

Una piga de color
negre o marró
irregular o que
ha crescut

Una lesió
a la cara o al cos
que no es cura
i ha sagrat en
els darrers mesos

Una taca a la cara
irregular en color
i forma

Una taca
en una ungla

Una piga
al peu o a la mà

4. Els resultats + destacats de la 1a edició

Participació



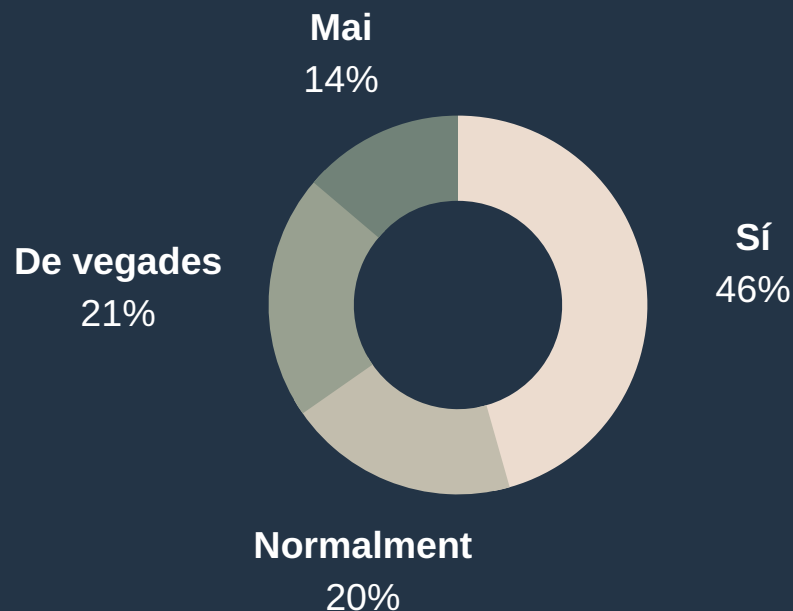
218 farmàcies



Més de 5.500 persones

**El 98% va valorar molt positivament
que la farmàcia realitzés activitats
de prevenció**

Aplicació del fotoprotector



Motius per no posar-se crema



Es considera que no es pren el sol



Resulta incòmoda



No enrecordar-se



No fa falta