# Bezpieczne opalanie - nie lekceważ

Kategoria: Polityka Zdrowotna
Opublikowano: wtorek, 01, sierpień 2017 23:31
Tadeusz Narkun
Odsłony: 1054

Ministerstwo Zdrowia prowadzi w ramach Narodowego Programu Zdrowia 2016-2020 działania informacyjno-edukacyjne dotyczące bezpiecznego opalania. Są one kierowane do rodziców i opiekunów, dzieci oraz młodzieży, a także do właścicieli solariów.

W ostatnich dwóch dekadach w Polsce znacznie wzrosła liczba zachorowań na nowotwory skóry. Najprawdopodobniej są one skutkiem promieniowania UV, nie tylko pochodzenia naturalnego, ale i sztucznego. Tymczasem wiedza na temat zagrożeń, wynikających ze zbyt dużej ekspozycji na słońce oraz korzystania z solariów, pozostaje wciąż na stosunkowo niskim poziomie. Dlatego Ministerstwo Zdrowia rozpoczęło kampanię informacyjną, dotyczącą bezpiecznego opalania. Kampanie prowadzi wyłoniona w konkursie fundacja Medicover.

## Działania kierowane do rodziców i młodzieży

Fundacja prowadzi działania m.in. na portalach adresowanych do rodziców. Pojawiają się tam artykuły, które uświadamiają wagę poparzeń słonecznych u dzieci. Teksty nie tylko tłumaczą zagrożenia i wskazują właściwe zachowania wakacyjne, ale podpowiadają też praktyczne rozwiązania, takie jak nagradzanie dzieci za cierpliwe znoszenie zabiegów chroniących ich skórę.

Aby dotrzeć do nastolatków, fundacja wykorzystuje portale społecznościowe oraz internetowe komunikatory, angażuje także w kampanii głos ośmiu influencerów. W sierpniu zaplanowano konkurs – jego uczestnicy będą publikować zdjęcia z wakacji, na których będą trzymać kartkę z hasztagiem akcji #bezpiecznewakacje.

Merytoryczną stroną kampanii zajmuje się dermatolog dr hab. n. med. Elżbieta Kowalska-Olędzka.

## Promieniowanie ultrafioletowe

Światowa Organizacja Zdrowia definiuje promieniowanie ultrafioletowe jako rodzaj promieniowania elektromagnetycznego. Promieniowanie:

- UVA – w większości dociera na Ziemię. Wpływa na strukturę kolagenu i elastyny w skórze, a w efekcie prowadzi do fotostarzenia.
- UVB – na Ziemię dociera ok. 10 proc. tego promieniowania. Odpowiada ono za poparzenia skóry, które zwłaszcza u osób poniżej 20 roku życia, zwiększają ryzyko nowotworu w przyszłości.
- UVC – jest niemal całkowicie absorbowane przez ozon atmosferyczny.

## Narodowy Program Zdrowia 2016-2020

Wspomaga różne inicjatywy prowadzące do zwiększenia świadomości Polaków na temat indywidualnych zachowań prozdrowotnych. Oczekuje się, że w wyniku prowadzonych działań wydłuży się średnia długość życia poprawi się ogólny stan zdrowia społeczeństwa oraz zmniejszy się liczba zgonów zależnych od stylu życia.

*Źródło: mz.gov.pl*



Phoca PDF