

A IMPORTÂNCIA DA FOTOPROTEÇÃO EM IDOSOS: EXPERIÊNCIA DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

Alana Amarante Rigon; Matheus Cadona Kovaleski; Sabrina Américo Mardh; Sandiely Kayline Antunes; Greice Kelly Koproski Daltoé; Ana Paula Christ

RESUMO

O presente relato de inserção na comunidade descreve as ações realizadas por um grupo de estudantes da sétima fase do curso de Farmácia durante a Atividade Prática de Extensão (APEX), desenvolvida com idosos de uma instituição de longa permanência. Por meio de uma dinâmica interativa de “Mitos e Verdades” e de uma apresentação acessível, abordou-se a importância da fotoproteção e do uso adequado do protetor solar. A participação ativa dos envolvidos evidenciou conhecimentos prévios inconsistentes sobre o tema. Ao final da atividade, observou-se maior clareza sobre o assunto e incentivo à adoção de novos hábitos de cuidado com a pele.

No primeiro semestre de 2025, estudantes da sétima fase do curso de Farmácia da Unoesc, campus São Miguel do Oeste, realizaram uma atividade educativa com idosos de uma instituição de longa permanência, como parte da Atividade Prática de Extensão (APEX). A ação teve como tema central a importância da fotoproteção e o uso adequado do protetor solar, abordando orientações fundamentais sobre cuidados com a pele na terceira idade.

A escolha do tema baseou-se no conhecimento de que, com o envelhecimento, a pele torna-se naturalmente mais sensível e vulnerável à

radiação ultravioleta (UV). Isso aumenta o risco de lesões como queratoses actínicas, envelhecimento precoce e, sobretudo, câncer de pele, que é o tipo de neoplasia maligna mais comum no Brasil, segundo dados do Instituto Nacional de Câncer (INCA) (Lima et al., 2022; Santos et al., 2023). Embora o uso diário do protetor solar possa reduzir significativamente esses riscos, a adesão ao uso regular ainda é baixa entre o público idoso, o que evidencia a importância de ações educativas voltadas à prevenção e ao autocuidado (Silva e Dumith, 2019).

A intervenção foi planejada com base em princípios de acessibilidade e interação. Para facilitar a assimilação das informações, optou-se por uma abordagem dinâmica e participativa. A atividade iniciou-se com uma breve apresentação dos estudantes e, em seguida, com a realização de um jogo denominado "Mitos e Verdades", que propôs perguntas sobre o uso do protetor solar, horários de exposição solar, reaplicação do produto e crenças populares relacionadas à proteção da pele. Essa etapa teve o objetivo de valorizar o conhecimento prévio dos participantes, provocar reflexões e criar um ambiente descontraído e de confiança.

Ao longo da atividade 35 pessoas estiveram presentes, entre residentes e colaboradores da instituição, sendo que aproximadamente 12 idosos interagiram diretamente durante a atividade, opinando, fazendo perguntas e compartilhando suas experiências. As dúvidas e posicionamentos manifestados ao longo do jogo permitiram identificar que, embora muitos possuíssem alguma familiaridade com o tema, havia informações desconhecidas ou incompletas, especialmente sobre a frequência de uso, os fatores de proteção mais indicados e a importância da reaplicação diária.

Em continuidade, foi realizada uma apresentação com exposição de informações com conteúdo ilustrado, técnico e acessível. Foram abordados temas como as funções da pele, as alterações dermatológicas comuns no envelhecimento, os perigos da radiação UV, os tipos e formas de uso do protetor solar, além de orientações práticas sobre como aplicar corretamente o produto. A apresentação foi conduzida de forma interativa, abrindo espaço para perguntas, comentários e esclarecimentos a cada novo tópico.

Ao longo da atividade, observou-se crescente envolvimento dos participantes, com expressões de surpresa diante de informações que contrariavam crenças anteriores, como a necessidade de usar protetor mesmo em dias nublados e a importância da reaplicação ao longo do dia. Essas descobertas foram recebidas com curiosidade e interesse, refletindo o sucesso da metodologia adotada.

Ao final, muitos relataram maior clareza sobre o assunto e expressaram disposição em incorporar novos hábitos de cuidado com a pele em suas rotinas. A ação também fortaleceu o vínculo entre os estudantes e a comunidade, promovendo o diálogo, o acolhimento e o protagonismo dos idosos no processo do conhecimento. Além disso, possibilitou aos acadêmicos vivenciar na prática o papel social da profissão farmacêutica, exercitando competências como escuta ativa, comunicação efetiva, empatia e atuação preventiva na promoção da saúde.

Essa experiência reforça o potencial da extensão universitária como ponte entre o conhecimento científico e as necessidades reais da sociedade. Com esta ação, buscou-se contribuir para a promoção da saúde e incentivar práticas de autocuidado entre os idosos. Acredita-se que a atividade tenha despertado reflexões e promovido aprendizados relevantes, ao mesmo tempo em que proporcionou aos estudantes uma vivência enriquecedora em sua formação acadêmica e humana.

REFERÊNCIAS

LIMA, Fernanda Lina da Silva; SAMPAIO, Karine Keila De Sousa Vieira; GUIMARÃES, Lilian Ariadne Pereira. Prevalência de dermatoses em idosos institucionalizados da cidade de Imperatriz – MA. Revista de Ciências Médicas e Biológicas, Salvador, v. 21, n. 3, p. 529-534, set./dez. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.9771/cmbio.v21i3.5111>

SANTOS, Marcell de Oliveira; LIMA, Fernanda Cristina da Silva de; MARTINS, Luís Felipe Leite; OLIVEIRA, Julio Fernando Pinto; ALMEIDA, Liz Maria de; CANCELA, Marianna de Camargo. Estimativa de incidência de câncer no Brasil, 2023-2025. Revista Brasileira de Cancerologia, Rio de Janeiro, v. 69, n. 1,

p. e-213700, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2023v69n1.3700>

SILVA, Elizabet Saes da; DUMITH, Samuel Carvalho. Não uso de protetor solar entre adultos e idosos no sul do Brasil. Anais Brasileiros de Dermatologia, Rio de Janeiro, v. 94, n. 5, p. 567–573, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.abd.2018.10.002>

Imagens relacionadas

Atividade "mitos e verdades"



Fonte: os autores (2025).

Apresentação de informações sobre o tema



Fonte: os autores (2025).

Sorteio de brindes entre os participantes



Fonte: os autores (2025).

Sorteio de brindes entre os participantes



Fonte: os autores (2025).

Brindes sorteados



Fonte: os autores (2025).

Participantes da atividade



Fonte: os autores (2025).