

## CONHECIMENTO DOS ACADÊMICOS DE FISIOTERAPIA SOBRE FOTOPROTEÇÃO

### KNOWLEDGE OF PHYSIOTHERAPY ACADEMICS ON PHOTOPROTECTION

Alberth Emanuel Almeida Monção<sup>1</sup>  
 Erislane Santos Braga de Queiroz<sup>2</sup>  
 Wellington Danilo Soares<sup>3</sup>

#### RESUMO

**Objetivo:** Objetivou-se avaliar o conhecimento dos acadêmicos de fisioterapia acerca da fotoproteção. **Materiais e Métodos:** Trata de uma pesquisa de caráter descritivo, com abordagem quantitativa e transversal. A amostra foi constituída por 119 acadêmicos de Fisioterapia de uma instituição privada de ensino superior cidade de Montes Claros-MG. O levantamento de dados foi feita através de um questionário composto de 11 questões, sendo 3 fechadas e 8 abertas. Foi feita uma análise descritiva dos dados com valores de média, desvio padrão, frequência real e absoluta. Toda análise foi feita no programa estatístico software *Statistical Package for the Social Sciences* – SPSS, versão 22.0 para Windows. **Resultados:** O número de acertos, média de 3,12 ( $\pm$  0,19), foi estatisticamente superior ao número médio de erros 1,87 ( $\pm$  0,18). **Conclusão:** Pôde-se concluir que os acadêmicos avaliados detêm o conhecimento sobre fotoproteção. Entretanto, eles não aplicam corretamente os ensinamentos na sua rotina diária.

**Palavras-chave:** Conhecimento; Fotoproteção; Fisioterapia.

#### ABSTRACT

**Objective:** To evaluate the knowledge of physiotherapy students about photoprotection. **Materials and Methods:** This is a research in descriptive character, with a quantitative and transversal approach. The sample was constituted by 119 academics of Physiotherapy of a private higher education institution of the city of Montes Claros-MG. Data collection was performed through a questionnaire composed of 11 questions, 3 being closed and 8 open. A descriptive analysis of the data was carried out with values of mean, standard deviation, real and absolute frequency. All analysis was done in the statistical software program *Statistical Package for the Social Sciences* - SPSS, version 22.0 for Windows. **Results:** The hit number, mean of 3.12 ( $\pm$  0.19), was statistically higher than the mean number of errors 1.87 ( $\pm$  0.18). **Conclusion:** It could be concluded that the evaluated students hold knowledge about photoprotection. However, they do not correctly apply the teachings in their daily routine.

**Keywords:** Knowledge; Photoprotection; Physiotherapy;

<sup>1</sup> Acadêmico Fisioterapia da Faculdades Unidas do Norte de Minas.

<sup>2</sup> Acadêmica Fisioterapia da Faculdades Unidas do Norte de Minas.

<sup>3</sup> Doutor em Ciências da Saúde. Docente de ensino superior nas Faculdades Unidas do Norte de Minas – Funorte. Rua Osmani Barbosa, 11.111 – Jk. Montes Claros – MG. telefone: (38) 2101-9292 E-mail: wdansoa@yahoo.com.br



## INTRODUÇÃO

A luz solar é primordial à vida dos seres vivos. É a única capaz de produzir uma fonte de energia através de uma reação fotossintética ao expor à pele a luz solar. Essa reação produz a vitamina “D” que é vital ao organismo. É considerada como um seco-esteroide, não é produzida pelo organismo. É comprovado que 80 a 90% da vitamina “D” corpórea sejam produzidas através da síntese cutânea e o restante por meio da ingestão de alimentos (PETERS, 2015).

Algumas doenças estão relacionadas à exposição excessiva da radiação solar ultravioleta, que pode causar alterações na pele, desde o envelhecimento, bem como melanomas e não melanomas, pois o sol é a maior fonte natural dessa radiação, provocando um número crescente de câncer de pele na população mundial. Essa neoplasia maligna é a de maior incidência devido a uma maior exposição ao sol. O Brasil está entre os países com maior índice de raios ultravioletas, devido ao ângulo de incidência perpendicular à superfície terrestre, pela sua maior área intertropical é um dos países mais ensolarados do planeta (DIDIER, 2014).

Dados do Instituto Nacional do Câncer (INCA, 2014) estimam que haverá 182.130 de novos casos de câncer de pele não melanoma no país; 98.420 em homens; 83.710 em mulheres. O melanoma, apesar da letalidade elevada, tem incidência baixa, com estimativa de 5.890 novos casos; 2.960 em homem e 2.930 mulheres.

A exposição inadequada à radiação e o aumento de casos de câncer de pele têm ganhado uma importância crescente de morbidez. Acredita-se que 50% das pessoas brancas com mais de sessenta anos desenvolverão algum tipo de câncer cutâneo, não é possível a exatidão nos dados, pois muitos não chegam a ser diagnosticados e sua incidência pode exceder a de câncer de pulmão, mama, próstata e outros (DIDIER, 2014).

A aplicação de bloqueadores solares, o uso de chapéus e o hábito de buscar a sombra ao locomover-se, quando estiver em áreas ensolaradas, tem sido eficaz na proteção e na diminuição da formação de lesões pré-cancerígenas e cancerígenas (PICANÇO *et al.*, 2011).

O Consenso Brasileiro de Fotoproteção criou primeiro documento oficial sobre fotoproteção, desenvolvido no país com recomendações básicas que foram internacionalmente aceitas: exposição restrita ao sol, uso de vestimentas e acessórios (luva, boné, chapéu, guarda-sol, óculos) e fotoproteção tópica através de protetor solar é de grande eficácia, outra medida importante é o autoexame da pele (URASAKI *et al.*, 2016).



O filtro solar é recomendado com fator de proteção 15 ou mais para pessoas de todas as idades e tipos de pele, sendo que, para crianças, somente acima de seis meses de idade. O uso regular desse tipo de filtro solar, durante os primeiros 18 anos de vida, pode reduzir em até 78% o risco do câncer de pele não melanoma. Com relação à roupa, alguns estudos indicam que o nylon, tecido de algodão e outras telas firmemente tecidas fornecem uma maior proteção. Os indivíduos devem utilizar, de preferência, as cores mais escuras porque absorvem a radiação, enquanto as roupas claras as refletem. Tratando-se dos chapéus, somente os que possuem abas maiores de 7,5 cm conferem proteção satisfatória para o nariz, os lábios, o pescoço e as orelhas, áreas mais expostas à luz solar. Para a região dos olhos, recomendam-se óculos de sol que possuem, preferencialmente, fator de proteção 100% de UV (OLIVEIRA *et al.*, 2013).

Essas informações são básicas na formação de qualquer profissional da área da saúde e devem ser abordadas durante a graduação. Profissionais qualificados a transmitir esses ensinamentos para a comunidade acerca da foto proteção podem colaborar para uma possível redução na incidência de câncer de pele (ROCHA *et al.*, 2018).

Nessa perspectiva, o foco principal do estudo foi analisar o real conhecimento acerca da fotoproteção dos acadêmicos de fisioterapia de Montes Claro-MG.

## **MATERIAIS E MÉTODOS.**

O presente estudo foi avaliado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa das Faculdades Unidas do Norte de Minas - Funorte sob o parecer 2.806.685/2018. Trata de uma pesquisa de caráter descritivo, com abordagem quantitativa e transversal.

A amostra foi constituída por 119 acadêmicos, devidamente matriculados, ambos os sexos, com idade mínima de 18 anos, selecionados de forma aleatória, que estavam cursando do sexto ao décimo período, da instituição privada de ensino superior em Fisioterapia, da cidade de Montes Claros-MG.

Foram incluídos na pesquisa os acadêmicos que aceitaram participar da pesquisa voluntariamente, regularmente matriculados no curso e excluídos os questionários respondidos de forma errada, e aqueles que não compareceram ao dia da coleta de dados.

O levantamento de dados foi feita através de um questionário composto de 11 questões sendo 3 fechadas e 8 abertas, elaborado pelos próprios pesquisadores para responder a questão do estudo.

Inicialmente foi apresentada a proposta de pesquisa para a coordenadora pedagógica da instituição, e firmada a autorização para a realização da pesquisa, através da assinatura do Termo de Concordância da Instituição.

Em seguida, os questionários foram aplicados pelos próprios pesquisadores no mês de setembro/2018, em uma sala reservada para esse fim, preservando o sigilo dos dados e identidade dos avaliados.

Foi feita uma análise descritiva dos dados com valores de média, desvio padrão, frequência real e absoluta. Toda análise foi feita no programa estatístico *ftware Statistical Package for the Social Sciences – SPSS*, versão 22.0 para Windows.

## RESULTADOS

Foram aplicados questionários a 119 acadêmicos de Fisioterapia do 6º ao 10º período com idade de 19 a 46 anos ( $23,2 \pm 4,0$  anos). Os resultados estão apresentados na tabela abaixo. Conforme a tabela 1 foi, verifica-se que houve um predomínio de estudantes do sexo feminino (77,3%) e, a maioria, acadêmicos do 10º período (34,5%), e 8º período (30,3%). Conforme a tabela 2, verifica-se que houve um predomínio no número de acertos dos acadêmicos (3,12%) contra (1,87%) de erros.

**Tabela 1** – Demonstra os dados encontrados com valores de frequência real e absoluta nas variáveis sexo e período (n=119)

VARIÁVEL	OPÇÕES	FREQUÊNCIA	PORCENTAGEM (%)
Sexo	Masculino	27	22,7
	Feminino	92	77,3
Período	6º	30	25,2
	7º	4	3,4
	8º	36	30,3
	9º	8	6,7
	10º	41	34,5

**Fonte:** Próprios autores.

**Tabela 2** – Apresenta a comparação das médias dos acertos e erros através do teste t de *Student*

VARIÁVEL	MÉDIA $\pm$ DP	SIG
Acertos	$3,12 \pm 0,19$	0,007*
Erros	$1,87 \pm 0,18$	

**Fonte:** Próprios autores. DP – Desvio Padrão/ SIG – Nível de Significância. \*  $p \leq 0,05$



## DISCUSSÃO

A maioria dos universitários avaliados referiu a exposição ao sol por menos de 2 horas/dia durante os dias da semana, preferencialmente em horários de menor intensidade de radiação solar. O uso de filtro solar em exposição voluntária ao sol foi referido pela maioria dos investigados, sendo mais frequente entre as mulheres.

Considerando-se que um indivíduo se expõe a 75% da radiação ultravioleta (UVA e UVB) nos primeiros 20 anos de vida, campanhas educativas que visam à conscientização dos riscos à saúde da pele e da importância do uso de medidas foto protetoras são de extrema importância. A Campanha Nacional de Prevenção do Câncer de Pele (2014) tem como objetivo detectar lesões pré-malignas e malignas, além de informar à população sobre os riscos da fotoexposição excessiva e os cuidados necessários para a prevenção do câncer de pele. Apesar disso, cerca de 70% dos brasileiros, especialmente adolescentes e jovens, expõem-se ao sol sem qualquer proteção. Diferentemente dessa realidade, os estudantes pesquisados referiram preferência por horários de baixa intensidade de radiação ultravioleta, uso de protetor solar e outras medidas de fotoproteção, tanto nas situações de exposição diária quanto nas de exposição voluntária ao sol (DIDIER, 2014)

As mulheres adotam um padrão de proteção solar e fotoexposição mais adequado do que os homens: usam os filtros solares com maior frequência, seja no dia a dia, seja em exposição solar voluntária. Esse fato foi comprovado por diversas outras pesquisas (DIDIER, 2014) (ALFLEN, 2018). É possível que se trate de um padrão de exposição decorrente da menor realização de atividades ao ar livre ou da adoção de medidas para prevenir o câncer de pele e o envelhecimento precoce da pele.

Ainda que a frequência de utilização de fatores de proteção tenha sido alta, a forma como o fotoprotetor é usado mostrou-se inadequada: mais da metade dos avaliados relatou aplicá-lo apenas uma vez ao dia e pouco mais de 1/3 reaplicam o produto mais de uma vez, quando em exposição voluntária. Considera-se adequada uma aplicação 20 minutos antes da exposição ao sol, e sua reaplicação a cada 2 horas. O uso de filtro solar sem os devidos cuidados pode contribuir para o aumento da incidência do câncer de pele.

Além dos protetores solares, vestimentas, acessórios adequados e exposição segura ao sol são instrumentos essenciais da fotoproteção. No presente estudo, porém, verificou-se que outras formas de fotoproteção – além do fotoprotetor – são bem menos utilizadas. Entre elas, o uso de camisetas é o mais prevalente, ainda que menos da metade dos jovens utilizem essa estratégia e o



uso de guarda-sol e bonés ocorra em menos de 30% dos casos. Além do filtro solar, as mulheres também utilizaram mais o guarda-sol, que protege todo o corpo das radiações solares. Diferentemente, os homens usam com maior frequência camisetas e chapéus/bonés/viseiras, que protegem apenas o rosto, no máximo o pescoço. (DIDIER, 2014. ALFLEN, 2018. PIAZZA, *et al.*, 2007).

Alguns estudos comparativos indicam que grande parte dos acadêmicos conhece os riscos da exposição solar e os meios de proteção, porém, ainda se expõe excessivamente ao sol sem as devidas recomendações, apesar de serem estudantes de cursos da área da saúde (PIAZZA, *et al.*, 2007 DIDIER, 2014. ALFLEN, 2018).

O estudo foi feito através de perguntas semiabertas e fechadas de múltipla escolha, sobre dados pessoais, sendo: nome, idade, gênero, etnia, renda, fototipo de pele, e foram abordadas questões referentes à exposição, conhecimento sobre os efeitos negativos do sol, frequência do uso de protetor solar, modo de proteção do sol e os cuidados com a pele e observou-se que a maioria dos acadêmicos conhece os riscos da exposição solar e os meios de proteção, porém, ainda se expõe excessivamente ao sol, sem efetiva proteção solar. (ALFLEN, 2018).

Um fator limitante do nosso estudo foi por tratar-se de uma pesquisa com desenho transversal, no qual existe a impossibilidade na inferência da relação causa e efeito.

## CONCLUSÃO

Os resultados nos permitem concluir que os acadêmicos de Fisioterapia avaliados detêm o conhecimento sobre fotoproteção, mas não aplicam os conhecimentos teóricos na prática cotidiana, apesar de entenderem os riscos da radiação solar em horários inadequados.

Ficou evidente a necessidade de uma busca por abordagens didáticas que promovam também a mudança no hábito de quem adquire o conhecimento. É possível que os resultados reflitam uma característica que pode ser atribuída à população em geral, na qual o impacto para a mudança de hábitos inadequados com o intuito de prevenir o desenvolvimento de determinada patologia, mesmo aquelas com os piores prognósticos, só ocorre quando a problemática torna-se uma realidade muito próxima do indivíduo.

O presente estudo provê uma plataforma para pesquisas de cunho experimental. Assim sendo, sugere-se a produção de novas investigações científicas.

## REFERÊNCIAS

- ALFLEN, A.H; SOUZA, C.A. Nível de conhecimento dos acadêmicos da área de saúde sobre os danos causados pela exposição solar. Trabalho de conclusão do curso de Tecnologia em Cosmetologia e Estética da Universidade **do Sul de Santa Catarina**, 2018.
- DA ROCHA, C.R.M. Foto exposição: Hábitos e Conhecimento de Estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**. v.22, n.2, p.149-154, 2018.
- DIDIER, F.B.C.W; BRUM, L.F.S; AERTS, D.R.G.Castro. Hábitos de exposição ao sol e uso de fotoproteção entre estudantes universitários de Teresina, Piauí. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.23, p.487-496, 2014.
- FITZPATRICK, T.B. The validity and practicality of sun-reactive skin types I through VI. **Archives of dermatology**, v.124, n.6, p.869-871, 1988.
- OLIVEIRA, D.S. Conhecimento e prática acerca da prevenção do câncer de pele: um estudo com adolescentes. **RBM-Revista Brasileira Medicina**, v.70, n. 10, p. 363-7, 2013.
- PETERS, B. S. E.; MARTINI, L. A. Funções Plenamente Reconhecidas de Nutrientes-Vitamina D. **Brasil: International Life Sciences Institute Brasil (ILSI)**, 2014.
- PIAZZA, F.C.P.; MIRANDA, M. E.S. Avaliação do conhecimento dos hábitos de exposição e de proteção solar dos adolescentes do colégio de aplicação UNIVALI de Balneário Camboriú (SC).[Trabalho de Conclusão de Curso de Tecnologia e Cosmetologia e Estética]. Balneário Camboriú. **Universidade do Vale do Itajaí-UNIVALI**, 2007.
- PICANÇO, A.C.G. Conhecimentos, atitudes e práticas dos acadêmicos de fisioterapia acerca da fotoproteção em atendimentos nas comunidades. **Terapia Manual**. v.9, n.45, p. 465-469, 2011.
- URASAKI, M.B.M. Práticas de exposição e proteção solar de jovens universitários. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.69, n.1, p.126-133, 2016.