

Cari genitori,

noi ci occupiamo della prevenzione del tumore della pelle e partecipiamo ad un programma della campagna **Clever in Sonne und Schatten** (al sole o all'ombra in maniera intelligente). Questo programma si occupa di inserire la protezione dal sole in maniera sostenibile all'interno della vita quotidiana e di sensibilizzare i bambini riguardo al tema del comportamento inerente la protezione solare. Il programma si basa su consigli nazionali e internazionali relativi alla prevenzione del tumore della pelle:

Cercare l'ombra!

Verso mezzogiorno circa la metà della dose quotidiana di UV raggiunge la superficie terrestre, ovvero nelle due ore prima fino a due ore dopo la massima irradiazione solare. L'esposizione quotidiana ai raggi UV viene indicata con l'indice UV (UVI). Le prognosi attuali sono messe a disposizione dall'ufficio federale per la protezione contro le radiazioni (Bundesamt für Strahlenschutz) su www.bfs.de/uv-prognose e dal servizio meteorologico tedesco (Deutscher Wetterdienst) su www.dwd.de/uvindex. In caso di esposizione media e alta ai raggi UV (UVI 3-7) si consiglia di trattenersi all'ombra durante le ore centrali del giorno. Se possibile, le attività andrebbero spostate alle ore mattutine o serali. *L'indice UVI anche con temperature miti può essere talmente alto da danneggiare la pelle!*

Evitare le scottature!

La protezione autonoma della pelle dei bambini non è ancora completamente sviluppata. Pertanto la pelle dei bambini è molto più sensibile ai raggi solari rispetto alla pelle degli adulti. I danni cutanei da irradiazione UV subiti durante l'infanzia o l'adolescenza aumentano sensibilmente il rischio di contrarre il tumore della pelle. Per questo motivo si dovrebbe evitare di far scottare i bambini. I neonati non andrebbero mai esposti ai raggi diretti del sole.

Coprire la pelle!

In caso di indici UVI medi o alti si consiglia di indossare vestiti protettivi, cappellini e occhiali da sole quando si esce. Soprattutto le parti del corpo che sono maggiormente esposte al sole (p.e. naso, nuca, spalle), hanno bisogno di una protezione efficace. La protezione solare va utilizzata per le parti del corpo che non vengono coperte dall'abbigliamento. Non è concepita per prolungare l'esposizione al sole. La protezione solare deve avere un fattore di protezione adeguato (minimo 30) e va spalmata abbondantemente. Inoltre va riapplicata ogni 2 ore (oppure dopo aver fatto il bagno o aver sudato molto).



Cari genitori, noi abbiamo bisogno della vostra collaborazione nell'attuare i nostri consigli presso la nostra sede. Nei mesi da aprile a settembre per favore aiutateci nel proteggere il vostro bambino dai raggi solari!

Grazie mille!

Version 01/2020