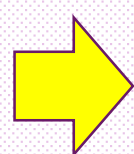




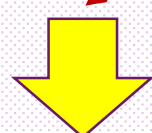
Sensibilizzazione sui rischi legati all'eccessiva esposizione ai raggi UV

Le radiazioni Ultraviolette, provenienti dal sole o irradiate da apparecchiature artificiali, sono considerate, da parte della Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro (IARC) affiliata alla Organizzazione Mondiale della Sanità, (OMS) come la principale causa di tumori cutanei e di cataratta nell'uomo. I tumori indotti da tali radiazioni possono essere melanoma o epiteliomi (NMSC). Ogni individuo reagisce in modo diverso alle radiazioni solari. Il tipo di reazione insieme alle caratteristiche somatiche (colore della pelle, degli occhi e dei capelli) definisce il nostro **FOTOTIPO**.

E tu...quale fototipo sei?



Più basso è il fototipo, maggiore è la possibilità di scottarsi al sole e maggiore è il rischio di sviluppare tumori cutanei



Fototipo	Sensibilità agli UV	Comportamento in conseguenza dell'esposizione solare
I	MOLTO ELEVATA	Si scotta sempre con facilità, non si abbronzia mai
II	ELEVATA	Si scotta sempre con facilità, si abbronzia poco
III	MEDIA	Si scotta sempre moderatamente, si abbronzia gradualmente
IV	SCARSA	Si scotta minimamente, si abbronzia sempre e con rapidità
V	MINIMA	Raramente si scotta, si abbronzia intensamente con rapidità
VI	NULLA	Non si scotta mai, sempre intensamente pigmentato

L'UV Index è una misura dell'intensità della radiazione UV sulla superficie terrestre, "pesata" sulla base della sua efficacia a produrre effetti sulla pelle umana

L'Indice Universale della Radiazione UV Solare (UVI) descrive il livello di radiazione UV solare sulla superficie terrestre. E' uno strumento operativo importante per incrementare la consapevolezza dell'opinione pubblica e per allertarla sulla necessità di adottare misure protettive quando si è esposti alle radiazioni UV.

I valori dell'indice variano da uno in su: più è alto il valore dell'indice, maggiore è il potenziale di danno per la pelle e per gli occhi e minore è il tempo necessario perché detto danno accada.

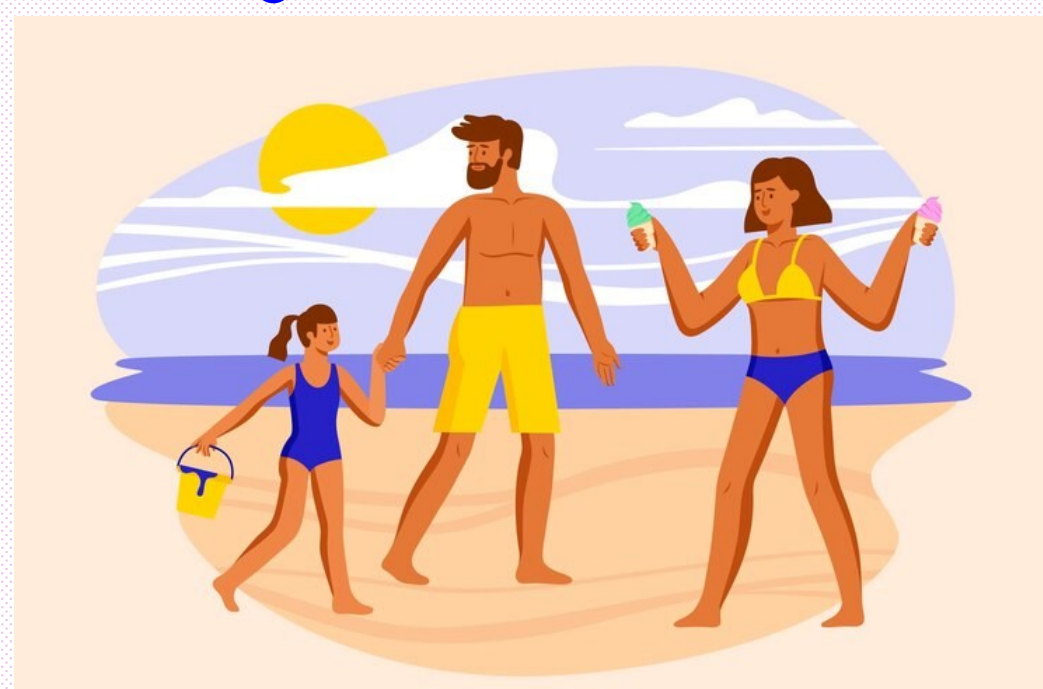
Quando l'indice è superiore a 3, occorre mettere in atto le misure preventive.

BASSA	< 2
MODERATA	3 - 5
ALTA	6 - 7
MOLTO ALTA	8 - 10
ESTREMA	11 +

Dalle 08.00 alle 10.00
SOLE E MARE A VOLONTÀ!! Indossare vestiti aderenti, cappello a tesa larga o con visiera

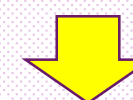
Evitare l'uso di lampade o lettini abbronzanti prima dei 18 anni

Nelle ore più calde dalle 10 alle 16 limitare le esposizioni e preferire **zone all'ombra**: alberi, tettoie ed ombrelloni ti proteggono parzialmente dai raggi solari



Protegersi dal sole
“pericoloso” tramite una App?
Oggi si può

Lanciata dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), dall'Organizzazione Meteorologica Mondiale (OMM), dal Programma delle Nazioni Unite per l'Ambiente (UNEP) e all'Organizzazione Internazionale del Lavoro (OIL).



Fornisce previsioni meteo e UV per cinque giorni, evidenzia le fasce orarie in cui è necessaria la protezione solare e consente di ricercare sulle mappe la propria posizione per capire il livello di rischio.