

CUIDADO REDOBRADO

Verão na pandemia: uso de álcool em gel exige reaplicação do protetor solar pra evitar torrão

Lucas Sarzi
lucass@tribunadoparana.com.br

Lucas Sarzi

No último ano, a máscara e o álcool em gel entraram para a lista dos itens essenciais para nossos cuidados pessoais. Mas também há um outro item que sempre foi importante e não pode ser esquecido: o protetor solar. Na praia, na piscina, no parque ou na cidade, a dica da proteção é sempre a mesma e não só no verão.

Durante o verão, em que o sol fica ainda mais forte, expor a pele e até mesmo buscar “aquele bronze” pode ser perigoso demais. As principais dicas dos dermatologistas são: evite os horários críticos, entre as 10 e 15h, mantenha o uso do protetor solar e se hidrate.

“Busque sempre por um protetor solar de boa qualidade, com um fator de proteção solar (FPS) elevado, principalmente para as crianças, adolescentes e jovens adultos, pois são nestas fases as mais problemáticas para a nossa pele”, orienta a dermatologista Patricia Martinski, que trabalha na Santa Casa de Curitiba.

Por estarmos sempre usando o álcool em gel, a dermatologista ainda alerta: sempre que passar o álcool nas mãos, reaplique o protetor. “O álcool retira o protetor, então é importante sempre ficar atento a isso, pois todas as vezes que passar o álcool, a pessoa precisa lembrar também de repor a proteção em seguida”.

Aquela velha orientação, de evitar o sol do meio-dia, continua valendo. “O ideal é aproveitar o sol do começo da manhã, pois a incidência de raios ultravioletas é menor, e também o sol do fim



Cada vez que passar álcool gel, passe novamente protetor solar para não queimar as mãos.

da tarde”.

O sol do meio-dia, que traz o maior índice de raio ultravioleta B, é o principal causador de câncer. Por isso, o alerta é evitar banhos de sol nesse horário.

A dermatologista também orienta que o protetor solar – que deve ser passado na pele pelo menos 30 minutos antes de se expor ao sol – seja repostado de tempos em tempos. “Isso varia com o número do FPS do protetor. Quanto maior esse fa-

tor, maior o tempo que pode ficar sem passar de novo, e também se a pessoa entrar na água ou estiver suando muito. Tudo tem que ser administrado e não pode esquecer de repassar pelo menos mais uma vez”.

Para as crianças, uma dica que pode ser útil são as roupas com proteção UV. Segundo a médica, elas funcionam. “São eficientes. As viseiras também, principalmente para as crianças que às vezes esquecemos de passar

protetor com mais frequência. Pode ser um bom investimento”.

Quer se bronzear? Evite o torrão

A médica alerta que não podemos bobear com o uso do protetor. Por causa da pandemia, muita gente diminuiu a quantidade de dias que passaria na praia. Algumas pessoas têm até feito os famosos “bate e volta” e buscar o bronze “mais rápido” também pode ser um

problema.

Sabe aquele “torrão” que tomamos quando não passamos protetor? Ele é perigosíssimo. “Não exagere e não queira fazer um bronzeamento rápido, em dois ou três dias, pois pode trazer consequências terríveis. Opte pelo lento e protegido com o protetor solar. Mantenha protegidas as áreas mais expostas como o rosto, a parte superior do tronco, os braços e as mãos”, alerta Patricia.

PERIGO NO MAR

Bombeiros buscam menino que desapareceu no litoral do Paraná

Lucas Sarzi
lucass@tribunadoparana.com.br

Um menino de 13 anos desapareceu no mar, nas proximidades do Trapiche, em Pontal do Paraná, litoral do Estado, na manhã de ontem. Várias equipes dos bombeiros e até um helicóptero da Polícia Militar (PM) foram mobilizados para localizar a vítima, mas o adolescente ainda não foi encontrado. No início da noite deste domingo, por protocolo, as buscas foram suspensas e serão

retomadas hoje pela manhã. Segundo os bombeiros, o adolescente mora em Curitiba. Junto com a família, o menino estava apenas passando o dia no litoral.

Olho as bandeiras!

O acidente que aconteceu em Pontal do Paraná neste domingo reforça a importância do alerta do Corpo de Bombeiros para que os veranistas fiquem

atentos às sinalizações na praia. Quando ver a bandeira preta, alertando que ali não há presença de guarda-vidas, não fique nesta área. Os riscos do mar não estão somente nas ondas e nem sempre são visíveis. A orientação é nadar sempre em faixa protegida por guarda-vidas, delimitada por bandeiras de cor vermelha e amarela e nunca entrar no mar próximo a uma placa de perigo.

ATAS E EDITAIS

publicidadelegal@tribunadoparana.com.br

A Belem Centro de Serviços Eireli torna público que irá requerer ao IAT, a Licença Prévia para Fabricação de Artigos de Serralheria, Exceto Esquadrias a ser implantada na rua Imaculada Conceição, 1891, bairro Prado Velho.

Requerimento de Licença de operação CAYMAN COMERCIO DE COMBUSTÍVEIS, torna público que irá requerer à Secretaria Municipal do Meio Ambiente de Curitiba, a RENOVAÇÃO Licença de Operação para Comercio varejista de combustíveis para veículos automotores, instalada na AV Victor Ferreirado Amaral, 2628, Tarumã, Curitiba-PR