

# Azaleko Minbiziaren Prebentzio Kanpaina 2011



Bilbao, del 6 al 10 de junio



## Campaña de Prevención del Cáncer de Piel 2011

### Índice

|  |          |
|--|----------|
| Introducción                               | Pág. 2.  |
| Exposición solar y cáncer de piel          | Pág. 3.  |
| Algunos consejos y precauciones con el sol | Pág. 4.  |
| Objetivos                                  | Pág. 5.  |
| Actividades                                | Pág. 6.  |
| Calendario y localización de actividades   | Pág. 10. |
| Imagen de la Campaña 2011                  | Pág. 11. |
| Resultados Campaña 2011                    | Pág. 12. |
| - Materiales                               | Pág. 12. |
| - Personal                                 | Pág. 13. |
| - Participación_ERMUA                      | Pág. 14. |
| - Medios de comunicación                   | Pág. 14. |

## Introducción

La **Asociación Española Contra el Cáncer (aecc)** es una Entidad Social Privada, sin ánimo de lucro cuyo principal propósito es luchar contra el cáncer en todas sus modalidades conocidas o que en el futuro se conozcan.

El trabajo de la **aecc** se desarrolla bajo una filosofía de colaboración y apoyo mutuo con todos aquellos sectores y entidades que persiguen un fin análogo y el esfuerzo de la Asociación va encaminado a alcanzar unos objetivos estratégicos encontrándose entre ellos el de *“informar y concienciar a la población sobre los factores que facilitan la prevención y detección precoz del cáncer con la finalidad de disminuir las tasas de incidencia y/o mortalidad por cáncer en nuestro entorno”*.

Esta información y concienciación es una de las principales tareas que lleva a cabo la Junta Provincial de Bizkaia de la Asociación Contra el Cáncer.

La **Campaña de Prevención del Cáncer de Piel**, está encaminada a emprender año tras año, acciones educativas con el fin de reducir/eliminar los hábitos de riesgo durante la exposición al sol y, mejorar la salud de la piel de la población.

Este año la Campaña de prevención del Cáncer de Piel, ha contado con la colaboración con el Gobierno Vasco, la Diputación Foral de Bizkaia y el Ayuntamiento de Bilbao, además de la financiación de la Obra Social - BBK y el apoyo de los Laboratorios Pierre Fabre, Stada Consumer Health, Novartis Consumer Health y OTC Ibérica, y la participación del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Bizkaia.



## Exposición solar y cáncer de piel

El sol es el origen y la fuente de la vida, de la salud y de la belleza. Es imprescindible para la vida y tiene efectos beneficiosos sobre el organismo, además mejora el ánimo y el humor. Sin embargo, también tiene algunos efectos negativos ya que la exposición inadecuada al sol se ha convertido en uno de los hábitos de vida más dañinos de nuestro tiempo. Produce quemaduras en la piel y favorece el envejecimiento prematuro de esta.

La incidencia del melanoma maligno se ha multiplicado por 15 en los últimos 50 años y, sigue incrementándose por “falta de concienciación”.

Cada año se diagnostican 36.000 casos nuevos de melanoma en la Unión Europea y, provoca 12.000 defunciones. En España, la incidencia de melanoma es superior 2.000 casos nuevos cada año. En el 2001 la mortalidad por este cáncer fue de 742 defunciones (391 varones y 351 mujeres).

La incidencia de este tipo de cáncer es superior en las mujeres entre los 40 y 49 años y, suele presentarse en las piernas y, en los hombre de 50 a 59 años y su localización es más frecuente en la espalda.

Además de factores genéticos y hereditarios, en la etiología del melanoma el factor riesgo más importante es la exposición solar inadecuada (dosis intensas e intermitentes), sobre todo si durante la infancia y adolescencia se han sufrido quemaduras en la piel por radiación ultravioleta.

Las radiaciones son acumulativas y, a lo largo de los años pueden provocar carcinomas y melanomas.

El melanoma (cáncer grave de piel) es la enfermedad más agresiva provocada por el sol; entre el 60% y el 90% de todos los casos de melanoma se debe a una exposición al sol.

Una exposición al sol con intensidad y tiempo adecuados y, empleando las medidas de protección convenientes, normalmente suelen tener efectos beneficiosos en el ser humano (mejora el estado de ánimo y favorece la síntesis de vitamina D, importante en la formación y mantenimiento del hueso).

## Algunos consejos y precauciones con el sol

- Aplíquese un protector solar de modo generoso y uniforme sobre la piel por lo menos una media hora antes de la exposición al sol.
- Renueve frecuentemente su aplicación, sobre todo después de cada baño.
- Expóngase progresivamente al sol y, evite la exposición solar en el periodo de intensidad de máxima radiación que es cuando la radiación solar es más vertical y, normalmente, coincide entre las 12 y las 17 horas.
- No exponga a insolación directa a los niños/as menores de 3 años y, en las horas de débil insolación protéjalos con un fotoprotector de alta protección. La piel conserva la memoria de todas las radiaciones recibidas durante la infancia.
- Protéjase con una gorra y gafas de sol con cristales homologados capaces de filtrar los rayos UVA y UVB.
- Beba agua en abundancia y permanentemente.
- Séquese bien después de cada baño. El efecto “lupa” de las gotas de agua favorece las quemaduras solares.
- También puede quemarse realizando cualquier actividad al aire libre, en todas las ocasiones aplíquese un fotoprotector.
- Si advierte que una peca o un lunar cambia de forma, tamaño y color consulte a su dermatólogo.
- El bronceado con rayos UVA también lesiona tu piel. Evite las fuentes artificiales de rayos UVA.

## Objetivos

- ✎ Concienciar a la población de la relación existente entre la exposición solar inadecuada y el cáncer de piel.
- ✎ Conseguir que la población de nuestra provincia disponga, de forma permanente, de información sobre protección solar.
- ✎ Informar a los distintos grupos poblacionales (jóvenes, embarazadas, etc.) de la importancia que tiene el llevar una protección adecuada frente a las radiaciones solares.



### *A medio y largo plazo:*

- ✎ *Disminuir la incidencia del cáncer cutáneo en general y, del melanoma en particular, así como de otras patologías relacionadas con la exposición solar inadecuada.*

### Objetivos operativos.

- ✎ Que la población conozca las medidas de protección frente al sol y las emplee (Aumento del % personas que hacen uso de protectores solares, gafas de sol, camisetas y gorras, sombrillas, etc.). Encuesta de "Hábitos de exposición solar".
- ✎ Que disminuya el % de personas que emplea lámparas de rayos UVA.
- ✎ Que aumente el número de informaciones sobre protección solar (cartelería, anuncios, etc.) en piscinas, medios de comunicación, etc.

## Actividades

1.- **Rueda de prensa de presentación de Campaña.** Encaminada a presentar las actividades de la campaña e informar sobre la situación actual del cáncer de piel en la CAV. Tubo lugar en el stand informativo de la campaña ubicado en Bilbao (C/ Gran Vía) y en ella participaron:

- **D. Gabriel María Otalora.**  
Gerente. Junta Provincial de Bizkaia - **aecc**.
- **D. Javier Orduna Zubiri.**  
Director del Área de Sanidad y Consumo del Ayuntamiento de Bilbao.
- **D. Jorge Morquecho.**  
Obra Social – BBK.
- **Dña. Rosa M<sup>a</sup> Melero.**  
Vocal de Dermofarmacia. Colegio Oficial de Farmacéuticos de Bizkaia.
- **Dña. Estíbaliz Colindres.**  
Farmacéutica. Laboratorios Pierre Fabre.



2.- Presencia continuada de información mediante la difusión de la campaña en diferentes medios de comunicación, fundamentalmente en radio (a través de cuñas radiofónicas) y medios digitales, informando diariamente del municipio en el que se encuentra la campaña, así como consejos prácticos en aquellos días en que la campaña descansa.

**¡Eres nuestro visitante 1.000.000 - NO ES BROMA!**  
 Nuestro generador aleatorio te acaba de elegir como el posible GANADOR EXCLUSIVO  
 Premio principal: Audi A3 - Viaje de Injo - 20.000€  
 Asegura tu premio aquí: [www.eleccion-exclusiva.es](http://www.eleccion-exclusiva.es)

**Playas en Vizcaya**

Portada | Playas de Vizcaya | Playas nudistas | Consejos | Calcula tu ruta | Tráfico | Tiempo

**Buscador de playas**  
 Selecciona una playa

**Recomendaciones AECC**  
 Ante cualquier exposición solar por ocio o trabajo e independientemente de la época del año, es importante tener en cuenta unas sencillas recomendaciones:  
 - Evita la exposición al Sol en las horas centrales del día (entre las 12 y las 16 horas).  
 - Utiliza cremas físicas para que el Sol no llegue a la piel: sombrillas, sombreros de ala ancha para proteger también el cuello y las orejas; gafas...  
 - Aplica un fotoprotector solar con filtros de protección UVA y UVB adecuado a tu fototipo, en la cantidad adecuada, antes de salir de casa, sobre la piel bien seca y 20 minutos antes de exponerse al Sol, y después de cada baño o cada 2 horas.

**Trucos**  
 Evita tomar el sol de 12:00 a 16:00 horas. (Es cuando más quemamos).  
 No te sientes la gamba o gordo y la camiseta, sobre todo al mediodía.  
 Y siempre, siempre, échate sombra, bebe agua y protégete los ojos.

**HAZTESOCIO**  
 ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

**El Tiempo en Vizcaya**  
 Información meteorológica de tu localidad.  
 Previsión meteorológica para 5 días.  
 No vayas a la playa sin ver el tiempo en Vizcaya.

**Colabora**  
 Información ofrecida por la Diputación Foral de Bizkaia.

**Cuida tu piel**  
 Azaletxo Minbiztaren Prebentzio Kanpaina 2011  
 Eguzkitan Blai!

**Más Consejos**  
**Tipos de piel**  
 Conocer el tipo de piel que tenemos es fundamental a la hora de exponerse al sol porque de ello dependerá el tiempo y la intensidad con la que debemos tomar las sesiones. La norma europea reconoce cuatro tipos de piel que ofrecen distintas reacciones a los efectos del sol.

**Piel muy clara:**  
 Características: Piel muy clara, lochosa y con pecas. Normalmente tienen el pelo pelirrojo o rubio muy claro. Ojos azules.  
**Bronceado:**  
 Se queman siempre. Su piel no está preparada para la acción del sol. Nunca se broncean.

**Piel clara:**  
 Piel clara, fina y sensible, que se acompaña de pelo rubio, pelirrojo o castaño claro. Los ojos, azules, verdes o grises.  
**Bronceado:**  
 Suelen quemarse en los primeros contactos con el sol. Sus pieles, más que broncearse, se enrojecen.

**Piel mixta:**  
 Se broncean con facilidad y se queman pocas veces, a menudo por una confianza excesiva en su capacidad de tomar el sol.  
**Bronceado:**  
 Se broncean con facilidad y se queman pocas veces, a menudo por una confianza excesiva en su capacidad de tomar el sol.

**Piel negra:**  
 Piel negra. Pelo y ojos oscuros.  
**Bronceado:**  
 Nunca se queman gracias a la protección natural que la melanina les confiere contra la acción de los rayos de luz ultravioleta A y B. Pueden oscurecerse ligeramente.

© Copyright EL CORREO DIGITAL, S.L. Sociedad Unipersonal C.I.F. B-96380357  
 Domicilio: PINTO LASKA, 7 (48004), Bilbao  
 Contacto: | Aviso legal

3.- Información previa de la campaña a través de carteles informativos en las localidades donde se realiza.



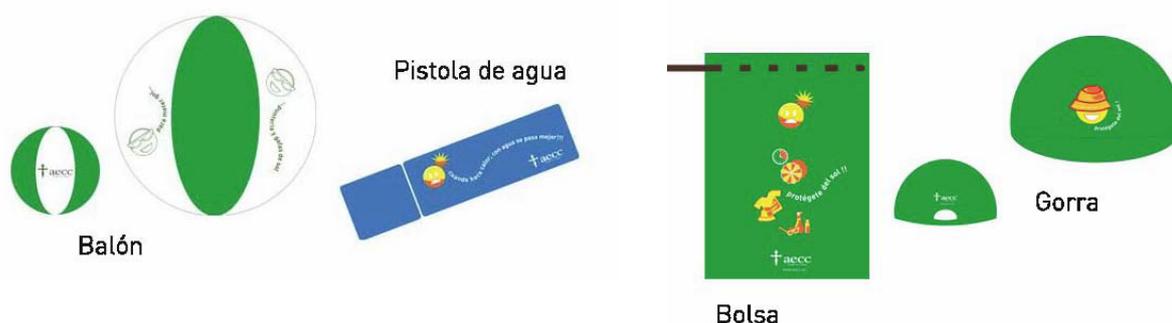
4.- Colocación de una furgoneta informativa, en Bilbao (distintos barrios) donde llevemos a cabo la campaña, desarrollando las siguientes actividades desde ella:

- ✱ Reparto de folletos informativos sobre los riesgos derivados de una exposición solar inadecuada, normas de protección adecuada y factores de protección solar.
- ✱ Reparto de materiales específicos a la población infanto – juvenil: cuadernos de actividades “¡Protegerse del sol, es divertido!”.



- ✱ Reparto de filtros solares a la población en general.

- \* Reparto de gorras, bolsas de playa, balones, etc. a la población infanto-juvenil.



- \* Recogida de datos sobre los hábitos de exposición solar de la población de Bizkaia, mediante la administración del cuestionario "Hábitos de exposición solar".

- \* Realización de pruebas individuales a la población encaminadas a:

- ✓ Determinación del fototipo de la persona y calculo del índice de protección UVA y UVB que precisa, con ayuda de un equipo de medición de melanina.
- ✓ Análisis y consejos prácticos sobre el uso de filtros solares adecuados a cada tipo de piel.

Una vez realizada la prueba, se ha entregado a cada persona una tarjeta con la información individualizada, muestras de protectores solares de los distintos Laboratorios que colaboran en la campaña y material informativo.



\* Envío a los Servicios de Pediatría de los distintos Ambulatorios/Centros de Salud y Hospitales de Bizkaia de material informativo (carteles y octavillas). Así mismo, a través del acuerdo con el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Bizkaia se ha distribuido en todas las farmacias de Bizkaia material informativo de la campaña.

## Calendario y localización de actividades

El stand informativo ha recorrido un total de 47 municipios de Bizkaia a lo largo de 49 días (del 6 de junio al 4 de agosto).

| MUNICIPIO    | Día             | Lugar                               | Horario                 |
|--------------|-----------------|-------------------------------------|-------------------------|
| BILBAO       | 6 de junio (L)  | C/ Diputación ( Gran Vía)           | 11 a 14 y de 17 a 19 h. |
| BILBAO       | 7 de junio (M)  | C/ Carmelo (Santutxu)               | 11 a 14 y de 17 a 19 h. |
| BILBAO       | 8 de junio (X)  | Parque (Rekalde)                    | 11 a 14 y de 17 a 19 h. |
| BILBAO       | 9 de junio (J)  | C/ Benidorm, (Metro de Sarriko)     | 11 a 14 y de 17 a 19 h. |
| BILBAO       | 10 de junio (V) | Piscinas (Txurdinaga)               | 11 a 14 y de 17 a 19 h. |
| DERIO        | 13 de junio (L) | C/ Sollube (frente al Ayuntamiento) | De 17 a 20 h.           |
| ARRANKUDIAGA | 14 de junio (M) | Entre el Batzoki y la Iglesia       | De 17 a 20 h.           |
| IGORRE       | 15 de junio (X) | Casa de Cultura                     | De 17 a 20 h.           |
| LEMONA       | 16 de junio (J) | Plaza Roja (junto al Gaztetxe)      | De 17 a 20 h.           |
| BASAURI      | 17 de junio (V) | C/ Nagusia (Miradores)              | De 17 a 20 h.           |
| IURRETA      | 18 de junio (S) | C/ Fray Juan Askondo                | De 10 a 14 h.           |
| BERMEO       | 20 de junio (L) | Campa Aritzatxu                     | De 10 a 14 h.           |
| DIMA         | 21 de junio (M) | Plaza                               | De 17 a 20 h.           |
| ONDARROA     | 22 de junio (X) | Playa                               | De 10 a 14 h.           |
| PORTUGALETE  | 23 de junio (J) | Plaza del Solar                     | De 17 a 20 h.           |
| MUNDAKA      | 24 de junio (V) | Playa                               | De 10 a 14 h.           |
| LEKEITIO     | 25 de junio (S) | Playa de Isurtza                    | De 10 a 14 h.           |
| MEDEXA       | 25 de junio (S) | Playa de Karraspio                  | De 15 a 19 h.           |
| BARAKALDO    | 27 de junio (L) | Los Fueros (altura del nº 12)       | De 17 a 20 h.           |
| AMOREBIETA   | 28 de junio (M) | Frente edificio Nafarroa            | De 17 a 20 h.           |
| ERMUA        | 29 de junio (X) | Plaza Cardenal Orbe                 | De 17 a 20 h.           |
| GALDAKAO     | 30 de junio (J) | Plaza Iturrondo (ir a municipales)  | De 17 a 20 h.           |
| GETXO        | 1 de julio (V)  | Playa de Ereaga                     | De 10 a 14 h.           |
| GETXO        | 1 de julio (V)  | Playa de Las Arenas                 | De 17 a 20 h.           |
| ELANTXOBE    | 2 de julio (S)  | Explanada frente al Club de Remo.   | De 10 a 14 h.           |
| ALONSOTEGUI  | 5 de julio (M)  | Plaza Andra Mari                    | De 17 a 20 h.           |
| MALLABIA     | 6 de julio (X)  | Parque infantil frente al Ayto.     | De 16 a 19 h.           |
| BALMAEDA     | 7 de julio (J)  | Piscinas Municipales                | De 17 a 20 h.           |
| MUNGIA       | 8 de julio (V)  | C/ Elordugoitia con Alkartasuna     | De 9:30 a 13:30 h.      |
| ARRICORRIAGA | 8 de julio (V)  | Piscinas Municipales                | De 17 a 20 h.           |
| LEMOIZ       | 9 de julio (S)  | Plaza Atalaya                       | De 10 a 14 h.           |
| IZURTZA      | 11 de julio (L) | Frontón                             | De 17 a 20 h.           |
| SONDIKA      | 12 de julio (M) | Goiri Erdilhoa Kalea                | De 17 a 20 h.           |
| DURANGO      | 13 de julio (X) | Piscinas Tabira                     | De 17 a 20 h.           |
| ZAMUDIO      | 14 de julio (J) | Plaza Sabino Arana                  | De 17 a 20 h.           |
| MUSKIZ       | 15 de julio (V) | Playa de La Arena                   | De 10 a 14 h.           |
| SOPELANA     | 16 de julio (S) | Playa                               | De 10 a 14 h.           |
| GORDEXOLA    | 18 de julio (L) | Plaza Molinar                       | De 17 a 20 h.           |
| BEDIA        | 19 de julio (M) | Plaza Lehendakari Aguirre           | De 17 a 20 h.           |
| BERRIZ       | 20 de julio (X) | Plaza Olakoeta                      | De 17 a 20 h.           |
| SESTAO       | 21 de julio (J) | Plaza de San Pedro                  | De 17 a 20 h.           |
| ZEANURI      | 22 de julio (V) | Plaza                               | De 17 a 10 h.           |
| ELORRIO      | 23 de julio (S) | Parking de N. Urkizu                | De 10 a 14 h.           |
| SANTURTZI    | 26 de julio (M) | Pº Reina Victoria - Puerto Pesquero | De 17 a 20 h.           |
| URDULIZ      | 27 de julio (X) | Plaza Antzon-Ekoa                   | De 17 a 20 h.           |
| MARKINA      | 28 de julio (J) | Goijko Porta - Ayuntamiento         | De 10 a 14 h.           |
| GORLIZ       | 29 de julio (V) | Delante del Sanatorio pequeño       | De 10 a 14 h.           |
| KORTEZUBI    | 30 de julio (S) | Plaza                               | De 10 a 14 h.           |
| BAKIO        | 1 de agosto (L) | Playa                               | De 10 a 14 h.           |
| PLENTZIA     | 2 de agosto (M) | Playa                               | De 10 a 14 h.           |
| EA           | 3 de agosto (X) | Plaza                               | De 10 a 14 h.           |
| IBARRANGELUA | 4 de agosto (J) | Playa de Laga                       | De 10 a 14 h.           |

## Imagen de la campaña 2011

Un año más, durante los meses de enero y febrero, la **aecc**, en colaboración con McCann Erickson, ha convocado a los estudiantes de Publicidad y RRPP de las distintas Universidades a participar en el VII Concurso para la presentación de la Campaña de Prevención Solar para 2011.

La imagen elegida para este año ha sido la siguiente:

*Uniendo las nuevas tecnologías a la población objeto fundamental de la campaña (población infanto-juvenil).*

Teniendo en cuenta que:

- La inadecuada exposición solar, así como la aparición de quemaduras durante la infancia es uno de los principales factores de riesgo de aparición de cáncer de piel en la edad adulta.
- La población infanto-juvenil pasa mucho tiempo al aire libre, por lo que se incrementa la necesidad de enseñarles a protegerse del exceso de radiación UV.
- Las intervenciones educativas a edades tempranas facilitan la adquisición de hábitos saludables e impiden la consolidación de comportamientos insanos, previniendo así la aparición de tumores de piel en el futuro.



## Resultados Campaña Solar 2011

### ▣ El material entregado a lo largo de la campaña ha sido:

#### ⊙ Trípticos informativos; más de 25.000 dípticos y/o material informativo.

- Tríptico “No dejes que el sol, cambie la foto de tu perfil” (11.500 ejemplares).
- Tríptico “Planta cara al sol/ Egin aurre eguzkiari” (3.500 ejemplares).
- Tríptico “No expongas tu piel al cáncer” (1.000 ejemplares).
- Tríptico “Sol, cáncer de piel y prevención” (400 ejemplares).
- Libro “Cáncer de piel, una guía práctica” (100 ejemplares).
- Libro “Guía de protección solar” (250 ejemplares).
- Folletos solares – “Consumidora Solar”\_2011 (2.000 ejemplares).
- “Actividades realizadas por la Asociación Contra el Cáncer - Bizkaia 2010” euskera / castellano (3.000 ejemplares).
- Tarjetas “Tú fototipo es..” (4.000 ejemplares).

#### ⊙ Específicos para población infanto-juvenil:

- “Protegerse del Sol ¡es divertido!” (4.000 ejemplares).
- “El pequeño Avene” (2.000 ejemplares).
- Viseras (350 unidades).
- Bolsas de merienda (350 unidades).
- Balones (350 unidades).
- Pistola de agua (350 unidades).



#### ⊙ Carteles informativos; más de 2.000 carteles informativos.

- Cartel anunciador de la campaña en el municipio (día y hora) “Campaña de Protección Solar y Cáncer de Piel 2011: “No dejes que el sol.. cambie la foto de tu perfil”, en los distintos municipios donde se ha llevado a cabo la campaña (un total de 1.200 carteles bilingües)
- Cartel de campaña 2011 “No dejes que el sol.. cambie la foto de tu perfil” (610 carteles)

© Protectores solares: aproximadamente 15.000 muestras de protectores solares cedidos por los Laboratorios OTC, Norvatis (E-Carreras), Pierre Fabre (Avéne) y STADA Consumer Health (Ladival).

- Muestras OTC (Filter 40 incoloro) – 3.500 unidades.
- Muestras E-Carreras (65 ultra adultos) – 25 unidades.
- Muestras E-Carreras (85 ultra pediátrica) – 25 unidades
- Muestras Avéne (infantil leche 50+) – 1.500 unidades
- Muestras Ladival (adultos 30+) - 9.900 unidades.

## Personal

Las actividades se han realizado gracias a la colaboración de voluntarios y voluntarias de la aecc en Bizkaia, que con anterioridad habían sido adecuadamente formados para la actividad y, bajo la coordinación (en todo momento) de una profesional de la Asociación.

El personal que se ha encargado de cubrir la campaña, ha estado compuesto por:

- Tres profesionales de la Junta Provincial de Bizkaia de la **aecc**.
- Más de 100 voluntarios/as adecuadamente formados para el evento.

La formación al voluntariado encargado de cubrir la campaña se realizó el día 30 de mayo en el Centro Cívico de Abando (C/ Barrainkua de Bilbao) de 12:00 a 13:30 h. y de 16:00 a 17:30 horas.



## ◆ Participación\_ ERMUA:

⊙ Los resultados obtenidos del desarrollo de la campaña en el municipio de Ermua el día 29 de junio de 2011 han sido:

|                     | HOMBRES | MUJERES | <18 años | Total |
|---------------------|---------|---------|----------|-------|
| Plaza Cardenal Orbe | 18      | 50      | 1        | 69    |

## Medios de comunicación

La campaña desde su presentación en Bilbao ha sido seguida por los siguientes medios:

|                       | MEDIOS   |
|-----------------------|--|
| <b>PRENSA ESCRITA</b> | - Agencia EFE - El Correo<br>- ADN   |
| <b>RADIO</b>          | - Llodio Irratia - Radio Bilbao - Punto Radio<br>- Bizkaia Irratia - Radio Nacional - Getxo Irratia<br>- Radio Popular (4) - Onda Cero - Onda Vasca (2)<br>- Oye Radio - Radio 7 - Radio nervión<br>- Ser (M-80) - Euskadi Irratia |
| <b>TELEVISIÓN</b>     | - Bizkaia Telebista - Hamaika Telebista - EITB<br>- Telebilbao - Tele7 (2)   |
| <b>DIGITAL</b>        | - El Correo Digital  |
| <b>TOTAL</b>          | <b>Prensa escrita: 4 intervenciones.</b><br><b>Radio: 17 intervenciones (+ cuñas radiofónicas diarias).</b><br><b>Televisión: 6 intervenciones.</b>  |