

SOL VILÃO OU MOCINHO: DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA DE FÁCIL ACESSO NA REDE SOCIAL DA SEARA DA CIÊNCIA

XXIX Encontro de Extensão

Leticia Souza Franco, Ilde Guedes da Silva

O Instagram da Seara da Ciência @searadaciencia_oficial, é uma plataforma de aproximação para a divulgação científica e tecnológica da Universidade Federal do Ceará, através dele os bolsistas da Seara de diversas áreas, criam conteúdos de fácil compreensão e linguagem acessível. Desenvolvi um texto que se trata da importância e dos perigos que os raios solares que atingem a superfície da Terra como, os UVA e os UVB podem afetar nossa saúde. No texto há uma explicação dos pontos positivos como, o fato de os raios UVB, em contato com a nossa pele, serem benéficos para a estimular o nosso organismo a produzir a vitamina D, a qual auxilia a absorção de cálcio, que é essencial para os nossos ossos. E dicas, como tomar sol sem protetor solar no começo da manhã ou no fim da tarde, 15 a 20 min por dia, se faz necessário em nossa rotina. Além de um alerta dos malefícios dos raios UVA e UVB, como que em horários de alta incidência, os raios UVA e UVB podem ser vilões, causando queimaduras, feridas e manchas, além de acarretar algumas doenças como câncer de pele. E um indicativo que para se proteger destes raios o mais recomendado pelos médicos(as), seria o uso do protetor solar independentemente do tempo ou do clima. No post exemplifico com uma imagem dos aspectos prejudiciais dos raios UVA comparando com os UVB e suas singularidades são descritas no texto. Por fim o objetivo deste post foi informar a comunidade que tem acesso a essa rede social dos benefícios e maléficis, além cuidados que devemos ter ao tomar sol.

Palavras-chave: Sol. Raios UVB. Raios UVA.