

## Informačná kampaň na ochranu zdravia pred slnečným žiarením.

Leto, pláž, slnko a milióny Európanov čoskoro vyrazia za slnkom na svoju každoročnú letnú dovolenku. A milióny občanov budú riešiť otázku, aký kozmetický výrobok na ochranu pred slnečným žiarením zvoliť, aby boli dostatočne chránení. Súčasný spôsob označovania kozmetických výrobkov na ochranu pred slnečným žiarením má však nedostatky. Vzhľadom na túto skutočnosť Európska komisia vydala „Odporúčanie Komisie z 22. septembra 2006 o účinnosti opaľovacích prípravkov a o nich uvádzaných súvisiacich údajoch“ ([2006/647/ES](#)<sup>1</sup>), prostredníctvom ktorého sa má zabezpečiť, aby sa vo výrobnom priemysle uplatňovalo od roku 2007 štandardizované, jednoduché a zrozumiteľné označovanie kozmetických výrobkov na ochranu pred slnečným žiarením. Ďalšie informácie môžete nájsť v tlačovom vyhlásení ([IP/06/571](#)<sup>2</sup>) alebo tlačovom memorande ([MEMO/06/185](#)<sup>3</sup>) Európskej Komisie alebo na stránkach Úradu verejného zdravotníctva slovenskej republiky ([www.uvzs.sk](#)<sup>4</sup>).

Informačná kampaň na ochranu zdravia pred slnečným žiarením, ktorú zabezpečuje Európska komisia, členské štáty Európskej únie a ostatné zúčastnené strany (výrobcovia, dovozcovia a predajcovia kozmetických výrobkov), bola pripravená za účelom zníženie rizika ohrozenia zdravia spotrebiteľa pri pobyte na slnku. Nové označovanie kozmetických výrobkov a informácie o zásadách správania sa spotrebiteľa pri pobyte na slnku zabezpečujú nasledujúce značky (piktogramy).

### Osobná ochrana

Kozmetické výrobky na ochranu pred slnečným žiarením nezabezpečujú úplnú ochranu pred UV žiarením, preto:

### Vyvarujte sa nadmernému slnečnému žiareniu počas poludnia



### Chráňte sa pred slnečným žiarením, vrátane čiapky, trička a slnečných okuliarov



## Nevystavujte dojčatá a malé deti priamemu slnečnému žiareniu



Vyhnuť sa priamemu UV žiareniu je najrozhodujúcejšie pre deti. Čím viac je dieťa vystavované UV žiareniu, tým vyššie je riziko vzniku rakoviny kože v neskoršom období života. Preto dojčatá a malé deti je najlepšie nevystavovať priamemu slnečnému žiareniu.

## Používajte správne kozmetické výrobky na ochranu pred slnečným žiarením!

Používanie kozmetických výrobkov na ochranu pred slnečným žiarením poskytuje ochranu pre vašu pokožku. Žiarenie UVB spôsobuje spálenie pokožky pri opaľovaní, žiarenie UVA spôsobuje predčasné starnutie pokožky a narušenie imunitného systému a obidva žiarenia UVB aj UVA významným spôsobom prispievajú k riziku vzniku rakoviny kože. Ochranný faktor pred slnečným žiarením (SPF – Sun Protection Factor) je označenie používané pre stupeň ochrany proti spáleniu pokožky UVB žiarením. Je dôležité vedieť, že ani kozmetický výrobok s SPF vyšším ako 50 nezabezpečí úplnú ochranu pred spálením. Ak je kozmetický výrobok aplikovaný správne a v dostatočnom množstve postačuje SPF aj strednej kategórie (15, 20 alebo 25), avšak ak je kozmetický výrobok aplikovaný v nedostatočnom množstve, potom je žiaduci SPF vyššej kategórie. Okrem UVB ochrany musí kozmetický výrobok na ochranu pred slnečným žiarením poskytovať aj UVA ochranu. Mnoho kozmetických výrobkov už dnes zabezpečuje ochranu pred UVA žiarením, avšak pre spotrebiteľa je ťažké získať túto informáciu z označenia kozmetického výrobku. Iniciatívou Európskej komisie bola dohodnutá značka (UVA–piktogram), ktorou budú označené kozmetické výrobky, ktoré spĺňajú požiadavky na UVA ochranu podľa odporúčenia Európskej komisie.



## Používajte kozmetické výrobky v dostatočnom množstve

Je potrebné vedieť, že kozmetické výrobky zabezpečujú označený ochranný stupeň, len ak sú používané v dostatočnom množstve. Na ochranu celého tela priemernej dospelaj osoby je potrebné aplikovať aspoň 35 gramov kozmetického výrobku. Toto množstvo je rovné približne šiestim čajovým lyžičkám. Použitie menšieho množstva nie je priamoúmerné zníženiu stupňa ochrany. To znamená, že ak spotrebiteľ aplikuje napríklad polovicu požadovaného množstva kozmetického výrobku, dochádza k zníženiu SPF viac než o polovicu.

## Aplikujte kozmetické výrobky opakovane



Dôležité je aplikovať kozmetické výrobky opakovane, obzvlášť po plávaní a osušení uterákom, z dôvodu zachovania stupňa ochrany. Avšak opakovanou aplikáciou nie je možné zvyšovať stupeň ochrany označený na obale. Ak bola účinnosť ochrany kozmetického výrobku vyčerpaná, opakovaná aplikácia nezabráni nadmernému vystaveniu pokožky UV žiareniu.

Tieto informácie nájdete aj na stránkach Európskej komisie [DG SANCO](#)<sup>5</sup> alebo [DG ENTERPRISE AND INDUSTRY](#)<sup>6</sup>.

Web stránky:

- 1) [http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/site/sk/oj/2006/l\\_265/l\\_26520060926sk00390043.pdf](http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/site/sk/oj/2006/l_265/l_26520060926sk00390043.pdf)
- 2) <http://europa.eu/rapid/pressReleasesAction.do?reference=IP/06/571&format=HTML&aged=1&language=SK&guiLanguage=sk>
- 3) <http://europa.eu/rapid/pressReleasesAction.do?reference=MEMO/06/185&format=HTML&aged=0&language=EN&guiLanguage=en>
- 4) [http://www.uvzsr.sk/priloha.html/592125/5/oznacovanie\\_kozmetickykh\\_vyrobkov\\_na\\_ochranu\\_pred\\_slnecnym\\_ziarenim.pdf?html=1&session=5033e9f8aa3634995bb50baf264c0be3](http://www.uvzsr.sk/priloha.html/592125/5/oznacovanie_kozmetickykh_vyrobkov_na_ochranu_pred_slnecnym_ziarenim.pdf?html=1&session=5033e9f8aa3634995bb50baf264c0be3)
- 5) [http://ec.europa.eu/health-eu/news/sun\\_uv\\_en.htm](http://ec.europa.eu/health-eu/news/sun_uv_en.htm)
- 6) [http://ec.europa.eu/enterprise/cosmetics/sunscreens/index\\_en.htm](http://ec.europa.eu/enterprise/cosmetics/sunscreens/index_en.htm)