



## Montagna si Melanoma no Scuola Primaria Anno Scolastico 2026/2027

### Introduzione

Il **melanoma cutaneo maligno** è una neoplasia che deriva dalla trasformazione tumorale dei melanociti, le cellule responsabili della produzione di melanina (il pigmento che determina il colore della pelle) che si trovano principalmente a livello di cute e mucose. Esso può insorgere sia su nevi già presenti che su cute priva di nevi, e raramente può svilupparsi a partire da melanociti presenti a livello oculare o nelle mucose. Non si tratta del tumore cutaneo più frequente, ma è il più aggressivo, ed è causa del 75% dei decessi per cancro alla pelle.

La fascia d'età in cui è maggiore l'incidenza (nuovi casi all'anno ogni 100.0 abitanti) di melanoma maligno cutaneo è quella compresa fra 25 e 50 anni.

Il principale fattore di rischio è l'**esposizione ai raggi ultravioletti, UVA e UVB**, parte dello spettro della luce solare: i raggi UVA e UVB possono danneggiare il DNA delle cellule della pelle e innescare la trasformazione tumorale. Anche le **lampade** e i **lettini solari** sono sorgenti di raggi ultravioletti e devono, quindi, essere utilizzati con estrema attenzione. **Protegersi dalle scottature solari e dalla sovraesposizione ai raggi UVA e UVB è sempre consigliabile, ma ciò è ancora più importante durante l'infanzia: le scottature avvenute in età infantile pongono a maggior rischio di sviluppare un melanoma cutaneo maligno in età adulta.**

#### Come prevenire il melanoma cutaneo maligno ?

Soprattutto riducendo il rischio di riportare ustioni, o scottature, da sovraesposizione ai raggi UVA e UVB. Per farlo è sufficiente adottare adeguate misure prima e durante l'esposizione alla luce solare:

- Ridurre l'esposizione ai raggi solari nelle ore più calde della giornata (dalle 11 alle 16)
- Durante l'esposizione, utilizzare abiti appropriati e copricapo
- Utilizzare creme con **fattore di protezione solare** (Sun Protection Factor SPF) adeguato al proprio tipo di pelle. L'esposizione ai raggi solari deve essere sempre graduale e durare un tempo non troppo lungo
- Esporsi al sole in maniera moderata fin dall'età infantile evitando le ustioni: i bambini prima del sesto mese di vita non devono essere esposti in modo eccessivo al sole
- Evitare l'uso delle lampade abbronzanti



100.01	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'auto osservazione periodica, ogni 3-4 mesi, è un utile strumento di prevenzione secondaria: è necessario controllare periodicamente l'aspetto dei propri nevi per notare eventuali cambiamenti suggestivi di trasformazione tumorale</li> </ul>
<b>Obiettivi</b>	Offrire delle informazioni di base ai bambini ed ai loro genitori sulle corrette modalità di esposizione ai raggi solari e creare una routine di utilizzo delle protezioni solari, specialmente nelle escursioni in quota.
<b>Destinatari</b>	Tutti i bambini della scuola primaria, i loro genitori e gli insegnanti.
<b>Modalità di partecipazione</b>	<p>E' possibile usufruire delle proposte formative dell'AULSS1 Dolomiti previa adesione alla Rete Regionale delle Scuole che promuovono Salute (SPS).          Che cos'è "<b>Rete Regionale delle Scuole che promuovono Salute</b>"?          Troverai tutte le informazioni utili al seguente link:  <a href="https://www.regione.veneto.it/web/sanita/salute-in-tutte-le-politiche">https://www.regione.veneto.it/web/sanita/salute-in-tutte-le-politiche</a>          La scuola che aderisce alla rete SPS dovrà quindi garantire i seguenti passaggi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aderire alla rete SPS con tutti i plessi/scuole appartenenti al proprio Istituto, con richiesta inviata direttamente dal Dirigente Scolastico;</li> <li>Inserire nel PTOF (Piano Triennale Offerta Formativa) una programmazione relativa alla promozione della salute;</li> <li>Contattare il servizio di Promozione della Salute della propria Az. ULSS per aderire alla Rete.</li> </ul> <p>Per iscrizione ai progetti dell'AULSS1 Dolomiti è necessario l'invio della scheda di adesione entro il 30 Settembre 2026 collegandosi al link:  <a href="https://forms.gle/Tu7GtoT5mibUD5z89">https://forms.gle/Tu7GtoT5mibUD5z89</a></p> <p>Le attività si svolgeranno in presenza secondo quanto concordato direttamente con il referente del progetto.</p> <hr/>



<b>Fasi/articolazione del progetto</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Fornitura di un flacone di crema solare per ciascuna classe da utilizzare prima delle uscite all'esterno</li><li>● Fornitura di materiale informativo per i genitori</li><li>● Svolgimento di un incontro in aula rivolto solamente alle classi quinte per approfondire la tematica e relativo concorso</li></ul>
<b>Referente del progetto</b>	Unità Operative Attività Motoria e Promozione della Salute - Dipartimento di Prevenzione Ulss 1 Dolomiti Tel: 0439/883805 oppure 3204623955 E-mail: guadagnare.salute@aulss1.veneto.it