



Zonnepreventie, ook op school

Katrien Verveckken

ASO Dermatologie

UZA – Universiteit Antwerpen

Even een reality check...

Ga naar:

<https://forms.gle/LEkCvBMY2j73k76E8>



Even een reality check...

Ben je vorig weekend verbrand door de zon?

☐ Heb je je deze ochtend ingesmeerd met een SPF50?

☐ ☐ Heb je deze ochtend de UV-index gecheckt?

☐ ☐ ☐ Heeft uw school UV-preventie opgenomen in haar beleid?

☐ ☐ ☐ Ja.

☐ ☐ Nee.

Even een reality check... Resultaten



UV5

<https://docs.google.com/forms/d/1wOZG32erDEi4R0YhZHhNJb7GIOtRBDGON1cAaYTncZI/edit#responses>

Feedback is welkom!

Waarom?

- **80%** huidkankers wordt veroorzaakt door **overmatige zonblootstelling**
 - VERMIJDBAAR
- **Vóór leeftijd 18 jaar** reeds 60% UV-dosis (van ganse leven)
- Sterk verhoogd risico op melanoma als **meer dan 5x verbrand vóór 16j**
- Jonge huid **kwetsbaarder**
- Kans om melanoom te ontwikkelen: **1: 1500** in 1940 tot **1:50** in 2025

Resultaten enquête

- Lente 2025: leerlingenbevraging op kOsh123
 - Noden, kennis, gewoontes en attitudes rond zonnepreventie
 - 2664 leerlingen, 476 antwoorden
 - Educatief filmpje https://youtu.be/xsSDSlv_17w



“Zonnecrème geeft een vals gevoel van veiligheid”

Geïnspireerd door lessen aan het UZA tijdens haar opleiding tot dokter besloot Katrien Verveckken (40) om het zongedrag van 2.664 leerlingen van kOsh in Herentals te onderzoeken. De resultaten zijn onthutsend: slechts één op de drie jongeren was vorige zomer níét verbrand.

THABO XULU

Het is een carrièreswitch die weinigen haar nadoen. Jarenlang was Katrien Verveckken verdiept in de taal en doctorerde ze hier zelfs in. Maar de droom om arts te worden, die ze als tiener opborg na haar Grieks-Latijnse studies, bleef knagen. “Op een be-

kOsh gelanceerd. Bijna een op de vijf leerlingen vulde de enquête in. “Dat leerde ons dat er echt wel een bezorgdheid leeft bij die jongeren”, aldus Verveckken.

Gevaarlijke mythe

De resultaten van het proefproject schetsen een verontrustend beeld, dat trouwens in lijn ligt met de resultaten van het onderzoek dat Stichting tegen Kanker dit jaar voerde. Het is een visuele weerslag van wat ze al vreesden. Twee op de drie jongeren (63,8 procent) liepen vorige zomer minstens één keer een pijnlijke zonnebrand op. Meer nog, de helft van de bevraagde jongeren is in hun leven al vijf keer of vaker verbrand, wat het risico op een melanoom, de gevaarlijkste vorm van huidkanker, meer dan verdubbelt.

De meest zorgwekkende bevinding is volgens Verveckken en Bervoets tweeledig. “Enerzijds heb je de gewoontes: 77 procent van de jongeren vindt het fijn als hun huid bruiner wordt”, vertelt Verveckken. “Anderzijds zijn er

haar kinderen pubers werden. “Dan is het plots niet meer cool

De boodschap aan de jeugd wordt bewust niet alleen op het risico op huidkanker gericht. “We weten dat jongeren nog niet optimaal risico’s op lange termijn kunnen inschatten”, legt Verveckken uit. “Daarom focussen we in onze communicatie, onder meer via een filmpje met een jonge dermatologie-assistente en een Instagram-pagina, ook op de gevolgen voor hun uiterlijk: versnelde huidveroudering, rimpels en pigmentvlekken. Onderzoek toont aan dat die aanpak beter werkt bij die leeftijdsgroep.”

Voor de diehards die absoluut een bruin kleurtje willen, heeft ze een veiliger alternatief. “Een bruine kleur is en blijft een stressreactie van je huid”, stelt ze. “Als je toch die kleur wil, gebruik dan een zelfbruiner. Dat is snel en veilig.”

Maatschappelijk verhaal

Nu ze als arts gespecialiseerd is voor de vervolgopleiding tot dermatoloog, is de missie van Katrien Verveckken nog lang niet ten einde.

Katrien Verveckken
ASO dermatologie

Resultaten enquête

• NODEN

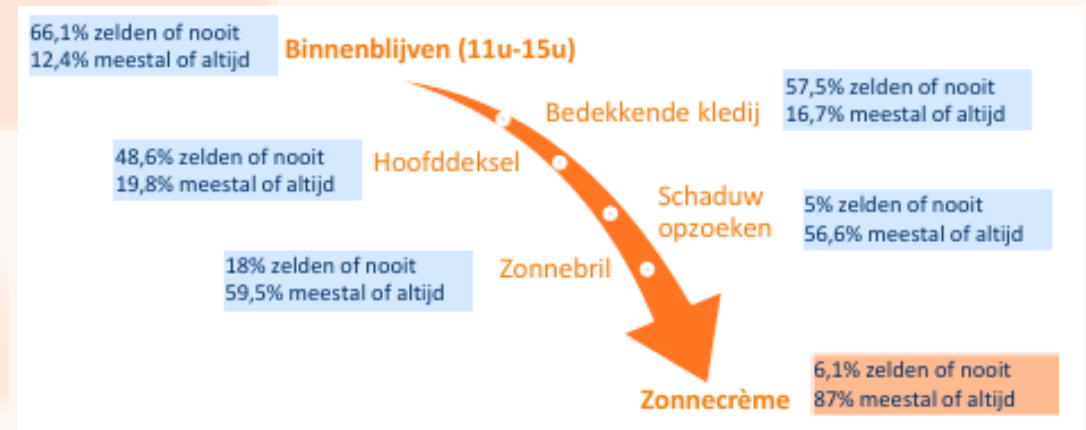
- Onvoldoende schaduw
- Bescherming vergeten

• KENNISHIATEN

- Mediaan 9/12
- Gevaarlijke valkuilen
 - 6/10 zorgeloos zonnen indien voldoende gesmeerd
 - 1/7 beschermd achter glas
 - 1/4 beschermd onder parasol
 - 1/2 af en toe verbranden geen risico

• GEWOONTES ATTITUDES

- 3 op 5 zont graag, 3 op 4 vindt het fijn als huid bruiner wordt
- 1 op 8 checkt dagelijks UV-index



Algemene aanbevelingen

- **NODEN**

- UV-werende zeilen? Mogelijkheid tot binnenblijven?
- Zonnecrème voorzien?

- **KENNIS**

- Infomomenten, sensibiliseringscampagnes
- Integreren in lessenpakket

- **GEWOONTES & ATTITUDES**

- voorbeeldfunctie van de leerkracht
- Aanpassen activiteiten aan de UV-index
- UV-index afficheren op smartschool/slide shows in sluimerstand/ schermen
- UV-adviezen implementeren in beleid en schoolreglement



UV5

Zonnepreventie op k0sh



- **EDUCATIE FILMPJE**

- https://youtu.be/xsSDSlv_17w

- **NODEN**

- UV-werende zeilen > mogelijkheid wordt bekeken
 - Zonnecrème > stalen beschikbaar op secretariaten (gelinkt aan preventie), aankoop zonedispensers wordt bekeken door ouderraad

- **KENNIS**

- Juni 2025: verspreiding pedagogisch filmpje + infostand op ouderavond
 - Sensibiliseringscampagnes > iom leerlingenraad

- **GEWOONTES & ATTITUDES**

- UV-index afficheren op smartschool/schermen > in uitwerking

Hoe kunnen scholengemeenschappen helpen?

- *Smeren als beren*, Lier, 2024
 - Preventie project, Stichting Tegen Kanker (oproep april 2027?)
- Quick fixes naar voorbeeld van kOsh
- Sensibiliseringsprojecten
 - UV-scan!

ONZE KINDEREN HEBBEN EEN
**HUIDKANKER
PROBLEEM**

De incidentie zal de komende 25 jaar naar verwachting met 40% stijgen



Eén zonnebrand op kindertijd verdubbelt het risico op huidkanker op volwassen leeftijd.
BESCHERM DE HUID VAN JE KINDEREN TEGEN SCHADELIJKE UV-STRALEN.

Voor meer informatie, surf naar www.euromelanoma.eu

Local sponsors: **Mustela**, **Avene**, **Pierre Fabre Oncology**, **ISDIN**, **Bristol Myers Squibb**, **GALDERMA**, **alimera**, **Eucerin**

European sponsors: **NAOS**, **LAROCHE-POSAY**, **BEA DO**

Met de hulp van: **EURO MELANOMA**

Mijn droom?

Generatie huidkankervrij...

UV5

Dankjewel voor jullie aandacht!



https://youtu.be/xsSDSlv_17w