

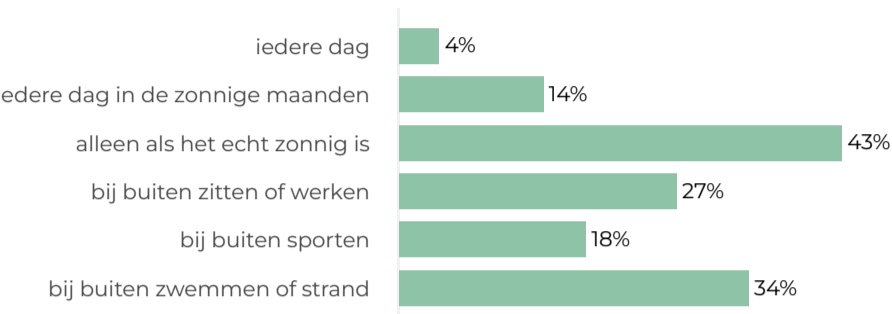
# Panelonderzoek zonbescherming Noord-Brabant



augustus 2022

In hoeverre beschermen Brabanders zich tegen de zon? Smeren zij zich regelmatig in of zoeken ze liever een plekje in de schaduw? Ruim 7.600 panelleden namen deze zomer deel aan de enquête. Wat blijkt: Brabanders beschermen zich behoorlijk goed tegen de zon: 88% gebruikt zonnebrandcrème. Ook blijven veel mensen uit de zon of zij houden hun hoofd of huid bedekt. 'Jongeren' beschermen zich beter tegen de zon dan de oudere generatie.

## GEBRUIKT ZONNEBRANDCRÈME OF SPRAY



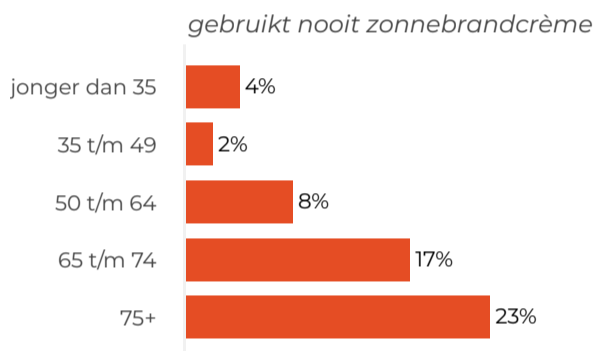
Op zomervakantie: 35%

Op wintervakantie: 9%



**12% gebruikt nooit zonnebrandcrème**

vooral veel ouderen gebruiken nooit zonnebrand



Top 3 redenen om geen zonnebrandcrème te gebruiken:

- 1 Ik verbrand niet snel (39%)
- 2 Ik vergeet het (20%)
- 3 Ik vind het vervelend om me in te smeren (15%)

Andere redenen om geen zonnebrandcrème te gebruiken:

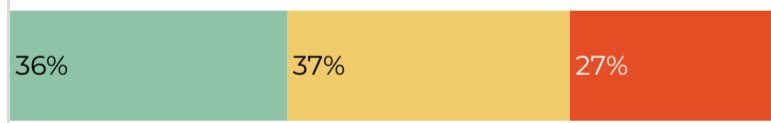


## Wanneer smeer je je in?

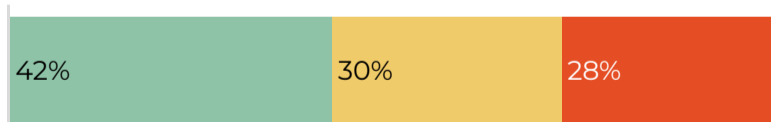
Als je op een zonnige dag langere tijd buiten bent, smeer je je dan elke 2 uur opnieuw in?



Smeer jij je nadat je buiten gezwommen hebt nog een keer in?



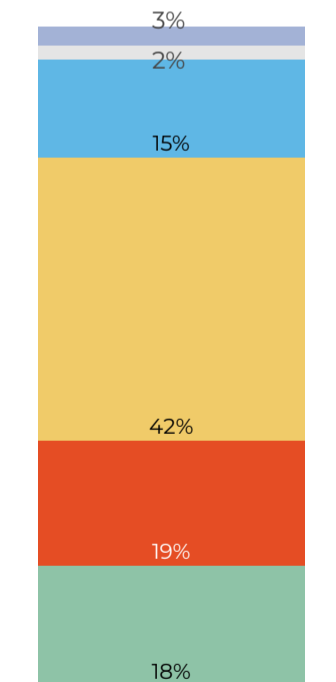
Koop je ieder jaar een nieuwe zonnebrandcrème?



ja      soms      nee

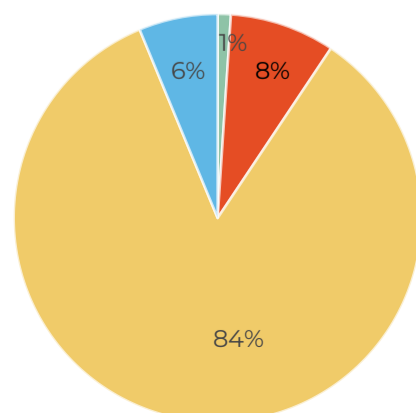
Wanneer smeer je jezelf op een dag voor de eerste keer in?

- bij opstaan
- (half) uur voor naar buiten gaan
- vlak voor naar buiten gaan
- als ik buiten ben
- na een paar uur buiten
- bij beginnen met verbranden



## Welke beschermingsfactor (SPF) gebruik je?

- SPF 10 of lager
- SPF 15-20
- SPF 25-50
- wisselend

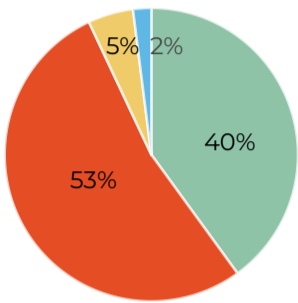


## Hoe panelleden zich nog meer tegen de zon te beschermen

draagt hoed/pet (46%) bedekkende kleding (34%)  
**blijft in schaduw (62%)** dagcreme met UV filter (23%)  
 draagt een zonnebril (58%)  
vermijdt de zon 's middags (37%)

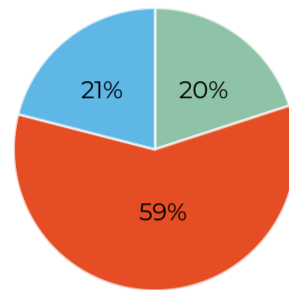
## GEVOLGEN

### Maakt zich zorgen over huidkanker

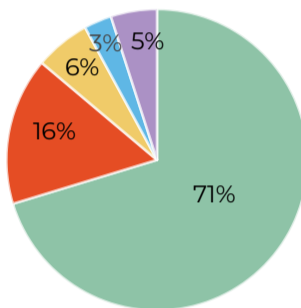


- nooit
- soms
- regelmatig
- vaak

### Bekijkt huid op verdachte plekjes



### Wat hebben mensen met een verdacht plekje gedaan?



- is naar arts gegaan
- even aangezien en toen naar arts gegaan
- niets, plekje is er nog
- niets, plekje is weg
- anders



40% van de respondenten heeft wel eens een verdacht plekje op de huid gevonden

o.a. gebruik SkinVision app van CZ en controle dermatoloog/andere zorgverlener

## WAAR OF NIET WAAR?

Wat denken de respondenten? ✔ ✘

<span style="color: red;">✘</span> Zonnen is alleen schadelijk als je verbrandt	8%	92%
<span style="color: red;">✘</span> Bij bewolking en in de schaduw hoef je je niet te beschermen tegen de zon	15%	85%
<span style="color: green;">✔</span> Voor kinderen zijn de gevolgen van uv-straling en verbranding groter dan voor volwassenen	77%	23%
<span style="color: red;">✘</span> Mensen met een donkere huid verbranden niet	7%	93%
<span style="color: green;">✔</span> Zonnen onder een zonnebank is net zo schadelijk als de zon	87%	13%

Zonlicht bestaat voor een deel uit uv-straling. Ook vóór je verbrand bent, richt uv-straling schade aan. De hoeveelheid uv-straling waar je aan bent blootgesteld verhoogt jouw kans op huidkanker.

De schaduw beperkt de hoeveelheid uv-straling waar je aan wordt blootgesteld, maar als de zonkracht erg hoog is, kun je alsnog verbranden. Ook op bewolkte dagen, de wolken houden niet alle straling tegen.

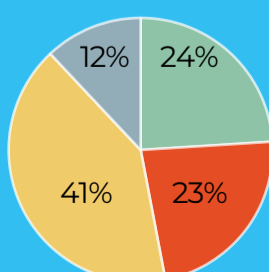
Een kinderhuid is extra kwetsbaar. De celdeling bij kinderen gaat sneller. Hierdoor heeft de huid soms te weinig tijd om de (door zonlicht) beschadigde huidcellen te herstellen.

Bij mensen met een donkere huid duurt het langer voordat de schadelijke hoeveelheid uv-straling is bereikt, maar zij kunnen nog steeds verbranden.

Een zonnebank straalt ook uv-licht uit, net als de zon.

### Leeftijd & geslacht respondenten

- jonger dan 50
- 50 t/m 64
- 65 t/m 74
- 75+



47%



52%

Dit onderzoek is gehouden onder de gezondheidspanels van GGD Hart voor Brabant, GGD West-Brabant en GGD Brabant-Zuidoost. Qua samenstelling is dit panel niet representatief voor de hele regio. Om deze reden moeten de resultaten van dit onderzoek beschouwd worden als een indicatie voor wat er leeft onder de doelgroep.