



CONCURSO DE MEJORES INICIATIVAS EN FOTOPROTECCIÓN ESCOLAR “DISFRUTA DEL SOL SIN DEJARTE LA PIEL” 2016

1. El concurso comienza el 15 de marzo y finaliza el 2 de mayo de 2016.
2. Podrá participar en el concurso cualquier profesor de ámbito público o privado, de todos los niveles educativos, que ejerza su actividad en la provincia de Málaga.
3. El tema central de los trabajos será la fotoprotección como estilo de vida saludable. Los trabajos deberán plasmar las recomendaciones en fotoprotección para una exposición solar sin riesgo (se adjunta decálogo de fotoprotección). El mensaje será positivo.
4. Se podrán presentar trabajos de diferente naturaleza, tanto de tipo artístico (música, baile, teatro, cine, literatura, artes plásticas, fotografía...) como científico-tecnológico (creación de una página web, taller formativo, experiencia innovadora, aplicaciones móviles, proyecto de investigación...).
5. Los trabajos han de ser originales e inéditos y no haber sido premiados con anterioridad ni estar pendientes de fallo en cualquier otro concurso.
6. Los trabajos serán grupales, debiendo participar por cada iniciativa sólo una clase junto con su profesor/a.
7. Los trabajos se presentarán en formato Powerpoint en el que se pueden incluir fotos, videos, audios, textos, etc, describiendo el desarrollo creativo, no debiendo superar 16 diapositivas de extensión y/o 5 minutos en caso de video. Todo el material audiovisual deberá ir incrustado en el mismo archivo del powerpoint.



8. Los trabajos se enviarán a la dirección certamendisfrutadelsol@gmail.com, escribiendo como asunto "Concurso de Fotoprotección Escolar 2016". Si el material supera los 10 Mb se enviará a través de Google Drive, mediante un enlace electrónico. Junto a los trabajos se adjuntarán los siguientes documentos:
 - a. una ficha con los datos de identificación del profesor, el curso y centro escolar, datos de contacto y título del trabajo.
 - b. una declaración firmada declarando que cuenta con la autorización de los padres o tutores legales de los alumnos en materia de cesión de imagen y datos de los menores para fines divulgativos en materia de salud.
9. Todos los trabajos presentados quedarán en propiedad de la organización de la "Campaña de Fotoprotección y Prevención del Cáncer de Piel del Área Sanitaria Costa del Sol" que podrá difundirlo y reproducirlo libremente.
10. Los trabajos serán evaluados por el comité de fotoprotección, atendiendo a criterios calidad, creatividad y originalidad del mensaje educativo, seleccionándose los tres mejores para premio.
11. Se otorgarán los siguientes premios a las tres iniciativas seleccionadas por el jurado:
 - a. Para el profesorado: Un bono spa para dos personas en Hotel Senator Marbella.
 - b. Para el alumnado: La clase ganadora disfrutará de una jornada recreativa en el parque Bioparc de Fuengirola.
12. La comunicación del fallo del jurado y la entrega de premios se llevará a cabo en el "II Encuentro de Fotoprotección Escolar" que tendrá lugar en el Palacio de Congresos de Marbella, durante el mes de Mayo de 2016. La decisión del jurado será irrevocable.
13. La participación en esta convocatoria implica la total aceptación de las presentes bases.



DECÁLOGO DE FOTOPROTECCIÓN Y PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL

1. Evita el uso de **cabinas de bronceado artificial**. La exposición a la radiación UVA acelera el envejecimiento de la piel y aumenta el riesgo de melanoma en un 75%.
2. Evita tomar el sol en las **horas de máxima irradiación**. Entre las 12.00 a las 16.00h, permanece a la sombra y extrema las medidas de protección solar.
3. **Cúbrete** con sombrilla, sombrero, gafas de sol y ropa apropiada.
4. Utiliza **cremas de alta protección** (FPS>15) con filtros UVA y UVB. Aplícala 30 minutos antes de la exposición y renuévala cada 2 horas y después del baño.
5. **Bebe** abundante agua y zumos de frutas y verduras; te ayudará a compensar la pérdida de agua y el estrés oxidativo provocado por el sol.
6. Conoce tu **fototipo cutáneo** (hay 6 fototipos del I al VI). Si tienes un fototipo I o II deberás extremar tu protección
7. Los **niños** menores de 3 años no deben exponerse directamente al sol; protégelos con ropa, gorra, gafas y cremas de muy alta protección (30+).
8. Protégete cuando vayas a la playa o realices cualquier actividad al **aire libre** (jardinería, albañilería, bicicleta, paseo...)
9. No bajes la guardia en **días nubosos**. Te recomendamos que consultes el índice de radiación ultravioleta (UVI). Algunas circunstancias (altitud, viento, arena, nieve..) comportan un mayor riesgo.
10. **Examina regularmente tu piel**: si adviertes cambios de color, tamaño, forma o algún síntoma (picor, sangrado...) en un lunar, consulta a tu médico.