

Persbericht

Schaduw, T-shirt, zonnecrème. En het loopt gesmeerd!

5 juni 2019

Omdat de zon even hard brandt op de huid van een kind dat sport als op die van een kind dat bij het water speelt, roepen Sport Vlaanderen, Gezond Sporten Vlaanderen en de Vrije Universiteit Brussel de sportende jeugd en haar ouders op om goed te smeren. Op zaterdag 8 juni lanceren we de #smeerem-campagne, want als de huid van jonge kindjes verbrandt, hebben ze voor de rest van hun leven een verhoogd risico op huidkanker.

Met talloze jeugdtoernooien, sportkampen en jeugdsportactiviteiten in zicht lanceren we een campagne die jeugdsportorganisatoren aanspoort om kinderen tegen zonnebrand te beschermen.

Paul De Knop, voormalig VUB-rector, gaf er de aanzet toe. Hij kreeg enkele jaren geleden het verdict: melanoomkanker. 'Kanker? Hoe kon mij dat overkomen, was mijn eerste reflex. Ik die altijd gezond geleefd heb en veel gesport ... Al snel begreep ik dat de oorzaak ervan te vinden was in mijn jeugdijaren: ik was vaak verbrand door de zon terwijl ik buiten sportte.'

Net om te voorkomen dat onze kinderen hetzelfde overkomt als Paul De Knop, willen we hen aanleren dat ze moeten smeren.

Uiteraard moeten ook volwassen sporters zich beschermen, maar kinderhuid is dunner en dus extra gevoelig. Als een kind zonnebrand oploopt, is dat doorgaans een pijnlijke affaire, maar de roodheid verdwijnt snel – in tegenstelling tot het risico op huidkanker. Dat risico blijft levenslang verhoogd voor een kind dat ooit zonnebrand opliep. Het gevaar speelt niet alleen tijdens de grote vakantie, maar in de hele periode van april tot eind september, maanden waarin ook veel toernooien en sportkampen worden georganiseerd. De zon bereikt haar hoogste punt rond 21 juni, wat betekent dat april en mei haast even risicovol zijn als juli en augustus, te meer doordat de huid in de lente nog bleek is van de winter.

Wanneer moet je een kind dan insmeren?

Wanneer je moet smeren, hangt niet van de temperatuur af maar van de uv-index en de hoogte van de zon. Een goede vuistregel, zowel voor kinderen als voor volwassenen, is dat je zeker moet smeren als je ziet dat je schaduw korter is dan jijzelf. Andere belangrijke maatregelen zijn: beschermende kleren dragen (met zonnepet en zonnebril als dat kan tijdens het sporten) en zoveel mogelijk de schaduw opzoeken, minstens tijdens de pauzes. Hoewel ze ook dan vaak in de zon naar andere kinderen en wedstrijden staan te kijken.

Wie organiseert de #smeerem-campagne?

Samen met het kenniscentrum voor sportgeneeskunde Gezond Sporten Vlaanderen organiseert Sport Vlaanderen, de sportadministratie van de Vlaams overheid, een campagne die op jeugdsportorganisatoren focust. De VUB en UZ Brussel gaven daartoe de aanzet. Peter van het project is gewezen VUB-rector Paul De Knop, doctor in de lichamelijke opvoeding en hoogleraar sportsociologie en sportbeleid.

De campagne is multimediaal en verloopt zowel on- als offline. Zo is er een flyer met kernboodschappen over jeugdsport in de zon, onder het motto: **“Schaduw, T-shirt, zonnecrème. En het loopt gesmeerd!”**. Er worden pakketten met info- en promomateriaal naar sportfederaties en sportdiensten gestuurd. Er komen smeerstands met gratis zonnecrème op sportmanifestaties, en tijdens de maanden juni, juli en augustus loopt de fotowedstrijd **#smeerem** op sociale media.

www.sport.vlaanderen/smeerem

