

# Gut geschützt durch den Sommer

## Handreichung für pädagogische Kräfte in Kitas



Wir freuen uns alle über den Sommer und den Sonnenschein, doch Sonne bringt nicht nur Wärme, Licht und Vitamin D mit sich.

Neben diesen positiven Effekten gibt es viele negative Auswirkungen starker Sonnenstrahlung, wie Sonnenbrand, die Förderung von Krebserkrankungen, Augenschädigungen und Hautalterung.

### **Wie sollten wir als Kita mit dem Thema Sonnenschutz umgehen, wie klären wir Kinder und Eltern darüber auf?**

#### **Fakten zur Sonne und dem Sonnenschutz**

- Kinderhaut gilt als besonders schutzbedürftig, sie ist um ein Vielfaches empfindlicher, weil dünner als die Haut der Erwachsenen: 80% aller Sonnenschäden entstehen in der Kindheit und Jugend
- Kinderhaut weist noch wenig UV-Eigenschutz auf, darum kann intensive Sonneneinstrahlung die Haut nachhaltig schädigen und frühzeitig altern lassen
- UV-Strahlung wirkt auf Haut und Augen, sie schädigt das Erbgut (DNA) in den Zellen der Haut und der Augen → dies geschieht bereits vor dem Sonnenbrand → Kinder haben noch kein „Reparatursystem“ der Haut aufgebaut
- intensive Sonneneinstrahlung erhöht die Wahrscheinlichkeit, später an Hautkrebs zu erkranken → Studien zeigen, dass bereits drei schwere Sonnbrände in der Kindheit das Hautkrebsrisiko im späteren Erwachsenenalter um das Drei- bis Fünffache erhöhen.
- Die Zahl der Hautkrebsneuerkrankungen hat in den letzten Jahren zugenommen.
- UV-Index vor Ort gibt Auskunft über die aktuelle Stärke der Sonneneinstrahlung (UV-Anteil) und bietet Orientierung für Sonnenschutzmaßnahmen.
- UV-Index von 1-2 gilt als unbedenklich, ab 3 bzw. 4 ist zwingend ein Sonnenschutz erforderlich.
- Die Schutzdauer der Sonnencreme lässt sich mit angegebenen **Lichtschutzfaktor** (LSF) relativ einfach errechnen:  $LSF \times 10 = \text{Zeitdauer in Minuten}$ , die man maximal in der Sonne bleiben kann. **Davon sollte man am besten nur zwei Drittel ausschöpfen!**
- Kinder haben noch kein Bewusstsein für die Folgen von Sonneneinstrahlungen, das Vorbild der Erwachsenen prägt

- **Merke:** Die Haut vergisst nichts! Sorgfältiger Sonnenschutz für Kinder ist ein absolutes Muss!

### Schutzmaßnahmen

- Aushang in der Kita: Kinder sollten zu Hause eingecremt werden und mit Sonnenkleidung in die Einrichtung kommen; Sonnencreme sollte von Eltern mitgegeben werden
- Aufklärungsbrief oder Informationsabend regelmäßig für Eltern veranstalten
- Mittagssonne meiden: zwischen 11 Uhr und 15 Uhr
- Projekt mit den Kindern zu dem Thema:
  - ➔ Sensibilisierung
  - ➔ Aufklärung
  - ➔ Einladen von Experten, wie Hautärzten\*in zur Unterstützung
- Alle unbedeckten Körperstellen sollten mit einem geeigneten Sonnenschutzmittel (mind. LSF 30) eingecremt **und** nachgecremt werden
- Eincremen auch im Schatten
- Kinder unter 2 Jahren dürfen keinesfalls in die direkte Sonne → körpereigener UV-Schutz noch nicht ausreichend ausgebildet ist
- Schattenplätze in der Einrichtung schaffen und aufsuchen
- Getränke wie Mineralwasser und ungesüßte Tees jederzeit griffbereit zur Verfügung stellen, Kinder auffordern zu Trinken

**Beim Sonnenschutz gilt die Devise: 1. Vermeiden, 2. Bekleiden, 3. Eincremen**

### Technische Sonnenschutzmaßnahmen

- Im Außenbereich werden Rückzugsmöglichkeiten vor intensiver Sonneneinstrahlung benötigt
- Schutz der Beschäftigten und Kinder steht im Vordergrund
- Verschattete Flächen notwendig
  - ➔ Größere Bäume, Sonnensegel, Sonnenschirme, Markisen
- Sonnenschutzsysteme müssen stand- und kippstabil aufgestellt werden.
- In der Planungsphase ist es unabdingbar, sich den Verlauf der Sonne anzuschauen

### Was sind meine Pflichten als Fachkraft?

- Im Team der Kindertageseinrichtung sollten Regeln und Verhaltensweisen, für sonnige Tage, abgestimmt werden
- Thema Sonnenschutz in der pädagogischen Konzeption verankern → einheitliches Handeln als Einrichtung absichern
- Eltern zu Beginn des Frühjahres/Sommers über den Umgang zum Thema Sonnenschutz informieren
- Kinder unbedingt eincremen bzw. nach 2h oder Wasserkontakt nachcremen → **Motto: „viel hilft viel“ → „Fingerregel“ für die Menge: 2 Finger je Körperstelle**

## **Was passiert, wenn ein Kind keine Sonnencreme zur Verfügung hat oder die Eltern das Eincremen des Kindes ablehnen?**

- Möglichkeit der Gefährdungsbeurteilung der Situation durch die pädagogischen Kräfte der Kita
  - ➔ ist die Gefährdungsbeurteilung positiv, darf das Kind nach Ermessen dieser Beurteilung eingecremt werden, denn: jeder Sonnenbrand verursacht nachweislich Schäden und erhöht das Hautkrebs Risiko im Erwachsenenalter

### **weitere Infos bei: Braunschweigischer Unfallversicherungsverband**

#### **Info-Material für Kinder und Eltern:**

[https://www.unfallkasse-nrw.de/fileadmin/server/download/PDF\\_2019/cosmo\\_azura\\_poster.pdf](https://www.unfallkasse-nrw.de/fileadmin/server/download/PDF_2019/cosmo_azura_poster.pdf)

[https://www.bfs.de/SharedDocs/Downloads/BfS/DE/broschueren/unterricht-uv/brosch-eltern-gs-online.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=19](https://www.bfs.de/SharedDocs/Downloads/BfS/DE/broschueren/unterricht-uv/brosch-eltern-gs-online.pdf?__blob=publicationFile&v=19)

<https://www.kinderkinder.dguv.de/sonnenschutz-wir-passen-auf/>

<https://wilmas-material.de/produkt/aushang-kita-sonnencreme/>

#### **Informationsmaterial für die Einrichtungen:**

[https://www.kinderkinder.dguv.de/wp-content/uploads/2019/05/KinderKinder-2\\_19\\_05.pdf](https://www.kinderkinder.dguv.de/wp-content/uploads/2019/05/KinderKinder-2_19_05.pdf)

<https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/4849>

<https://repos.rms2cdn.de/files/IFA/sonnenschein-aber-sicher.pdf>

<https://www.sichere-kita.de/aussengelaende/allgemeines/sonnenschutz>

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/risiken-voebeugen/sonnenschutz/kinderhaut-schuetzen/>