



8-1-2011

CABINAS DE RAYOS UVA: Altamente perjudiciales para la salud

¿Estamos dispuestos a poner en riesgo nuestra salud para lograr un mejor aspecto físico y estar bronceados?

Explica el Dr. José Carlos Moreno, Presidente de la Academia, que así es, “y un ejemplo es el abuso en la toma inadecuada de radiación ultravioleta para tener una piel bronceada. Muchas personas no son conscientes de este riesgo, otras hacen oídos sordos a las advertencias que realizamos constantemente los dermatólogos, incluso la administración no se ocupa suficientemente de controlar las cabinas de UVA. Posiblemente, como ocurre en otros productos como el tabaco, en el que sí parece se toman las advertencias necesarias, debería indicarse a los usuarios que la radiación ultravioleta puede ser perjudicial para la salud”.

¿Qué es la radiación ultravioleta?

Son emanaciones producidas por el sol y que son necesarias para mantener la vida y sintetizar vitamina D. La propia naturaleza regula la radiación que llega a nuestra superficie terrestre a través de la capa de ozono, pero el género humano es capaz de alterar este filtro o bien destruyendo dicha capa o bien produciendo radiación artificial para recibirla con fines cosméticos.

¿Es tan mala la radiación ultravioleta?

Como todo en su justa medida es beneficiosa e incluso se utiliza con fines terapéuticos en el tratamiento de diversas enfermedades cutáneas. Pero su exceso puede, sin lugar a duda, ser perjudicial.

¿Qué daños producen los rayos ultravioleta sobre nuestra piel?

- A corto plazo puede producir que maduras (no olvidemos que el haber sufrido una quemadura, especialmente en la infancia, multiplica por dos el riesgo de padecer un cáncer cutáneo.
- Puede producir reacciones alérgicas muy especialmente si estamos tomando algún medicamento fotosensible.
- Acelera el envejecimiento cutáneo con aparición de manchas y pérdida de la elasticidad cutánea (arrugas).
- Es sin duda causa de la aparición de cáncer cutáneo.

Nuestro organismo tiene una capacidad determinada de recibir radiación ultravioleta, pero una vez que la hemos superado los rayos se acumulan en nuestra piel y comienzan a producir radicales libres que son el primer paso para la aparición de efectos indeseables. La piel “tiene memoria” y acumula la radiación de forma irreversible produciendo un daño difícil de reparar.

¿Todas las personas tienen el mismo riesgo?

No, el riesgo es directamente proporcional al color de la piel. Las pieles claras, que se queman y no se broncean, tienen un mayor riesgo que las oscuras.

¿Por qué son arriesgadas las lámparas de bronceado?

Las cabinas de rayos ultravioleta son siempre un enorme peligro por la radiación que emiten. Además, en numerosas ocasiones son utilizadas sin ningún tipo de fotoprotección y las deficiencias de muchos de estos aparatos escapan al control de las autoridades sanitarias. La Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer (IARC) ha elevado al nivel de riesgo máximo este tipo de tecnología, sin que exista en nuestro país ningún tipo de restricción legal entorno a ello.

¿Qué diferencias hay entre la radiación solar y la artificial?

La intensidad de radiación ultravioleta emitida por las lámparas de los aparatos de bronceado es muy superior a la de la radiación solar, es decir, las radiaciones que recibimos son mucho más concentradas y por ello mucho más perjudiciales. Es un error muy frecuente creer que el uso de cabinas de bronceado no es dañino o pensar que es bueno hacer sesiones de rayos ultravioleta antes de la temporada de baños para “preparar” la piel. La radiación ultravioleta provoca modificaciones en el DNA celular. Estas alteraciones provocan cáncer.

Fue en la década de los noventa cuando empezó la moda del bronceado artificial, y como el cáncer cutáneo tiene un periodo de incubación de 20 años aproximadamente, ahora empiezan a surgir las primeras afectaciones y son francamente preocupantes. ¿Qué ocurrirá en el futuro? “Es fácil de suponer que las consecuencias serán nefastas. A pesar de todo no me cabe duda que se seguirá con el uso de este tipo de cabinas, por ello nos gustaría dar a la luz un decálogo para minimizar, no evitar, los riesgos que supone el uso de esta práctica”.

DECÁLOGO PARA EL USO DE RADIACIÓN ULTRAVIOLETA

1. La terapia con rayos ultravioletas banda A está indicado en el tratamiento de diversas enfermedades como psoriasis, vitíligo, dermatitis atópica o linfomas. Su dermatólogo valorará el riesgo y asumirá los controles necesarios
2. El uso cosmético, o recreativo, de UVA no es una práctica exenta de riesgos.
3. El riesgo de padecer efectos secundarios es mayor en personas de fototipo bajo (piel clara, ojos claros, cabellos rubios) y muy especialmente en personas que no se broncean y se queman con la exposición solar. Siempre debe usar protectores solares de acuerdo con su tipo de piel.
4. La complicación inmediata es la aparición de quemaduras, lo que multiplica por dos el riesgo de padecer cáncer cutáneo en edad adulta.
5. La radiación ultravioleta es acumulativa, es decir la el daño producido por radiación que penetra en nuestra piel no se repara.
6. Los signos de envejecimiento (arrugas, pérdida de elasticidad, pigmentación cutánea) son más frecuentes en personas que reciben radiación ultravioleta.
7. Diversos estudios demuestran que el riesgo de padecer cáncer cutáneo epitelial y melanomas es más frecuente en personas que reciben radiación ultravioleta.

*Si a pesar de todo decide tomar rayos UVA, debe considerar:

8. Utilizar servicios avalados por Sanidad y sometidos a controles periódicos y con personal adecuadamente formado.
9. No olvidar declarar la toma de medicamentos que pueden potenciar la acción de los UVA.
10. Proteger siempre los ojos (riesgo de desarrollar cataratas) y genitales (zonas con especial riesgo de desarrollo de cáncer). No olvide usar fotoprotección media hora antes e hidratación después de cada sesión.

**Por el Dr. José Carlos Moreno, Presidente de la AEDV y Jefe de Servicio del Hospital Reina Sofía de Córdoba.*

Prensa y Comunicación:

Marta Cámara 656826516 martacamarabusto@yahoo.es

Silvia Capafons 666501497 silviacapafons@yahoo.es

Marián Vilá 630975157 marianvila@yahoo.es

**Para mayor información consulta la web de la AEDV: www.aedv.es*