



# AS CAMAS DE BRONZEAMENTO FICARAM MAIS PERIGOSAS?

## O Que Aconteceu?

Em julho/2009 a Agência Internacional de Pesquisa do Câncer (IARC)<sup>1</sup> classificou as camas de bronzeamento na mesma categoria que a luz do sol (Grupo 1), considerando seu potencial para causar certos tipos de câncer de pele. Junto, ressaltou estudos<sup>2</sup> de aumento do melanoma a quem começar a se expor de forma freqüente desde jovem.

## Qual a Novidade?

O UV das camas é o mesmo UV do sol. Logo, não há surpresa que ambos foram agora colocados na mesma categoria. Todos já estão alertados que a EXPOSIÇÃO EXCESSIVA à luz UV, seja do sol ou das camas, é associada ao risco de câncer de pele. Por isso, esta atividade possui normas de segurança obrigatórias e oferece uma alternativa controlada de exposição. As notícias também não informaram que não existe prova conclusiva de que o simples uso de camas de bronzeamento causa câncer, e curiosamente estão no mesmo grupo 1 o vinho tinto e o peixe salgado.

## O Que Dizem Estes Estudos<sup>2</sup>?

Que em um universo de usuários freqüentes de países de pele clara (mais sensível), sem normas de segurança, nem restrição a menores (que não é o caso no Brasil), ocorreu um aumento de 75% no índice de melanoma se iniciado o uso antes dos 30 anos. O estudo se limita a recomendar a restrição a menores, e a desencorajar pessoas jovens do uso. Ademais, se auto-declara "não conclusivo", ou seja, não é definitivo.

## Então, Qual o Real Risco Que Eu Corro?

Tomando por base este estudo, se você começar a fazer bronzeamento permanentemente desde a juventude, seu risco de ter melanoma após 10 anos subiria de 0,0033%<sup>3</sup> para 0,0058% ao ano. Isso é um caso a mais para cada 40.000 usuários. Seguindo as normas de segurança existentes no Brasil, o risco seria ainda mais baixo. Logo, o bronzeamento artificial é uma atividade que oferece a segurança adequada aos usuários.

## E Por que a Imprensa Divulgou Tanto?

Por que, periodicamente, este tipo de notícia sensacionalista, dá muito "IBOPE". E para agravar, se a mídia encontra estabelecimentos que não seguem as normas, colocam holofotes sobre eles e a classe inteira fica desprestigiada.

## Há benefício de se Bronzear Nas Camas ao Invés do Sol?

O benefício é trocar um ambiente de exposição imprevisível ao sol, por um ambiente onde tanto o tipo da irradiação como o tempo de exposição são controlados e seguem normas internacionais de segurança, contando ainda com acompanhamento profissional. Além de que pequenas doses de luz UV são necessárias para a saúde em geral.<sup>4</sup>

## Algo Mudou nas Camas de Bronzeamento? Elas Ficaram mais perigosas?

Não ficaram. As normas brasileiras<sup>5,6</sup> exigem o recomendado pela Organização Mundial da Saúde desde 2003. Elas apenas ficarão mais perigosas se desrespeitadas as normas de segurança no uso e manutenção dos aparelhos. E lembre-se: bronzeie-se com moderação

**Tudo sobre Bronzeamento na Internet: [www.bronzeamento.com.br](http://www.bronzeamento.com.br)**

**Referências Bibliográficas:** 1- Fatiha El Ghissassi a,—Part D: radiation. WHO. 07/2009 2- IARC. The association of use of sunbeds with cutaneous malignant melanoma. Int J Cancer 2006; 120: 1116–22. 3- Brasil. Instituto Nacional do Câncer – Ministério da Saúde. Taxas de câncer de pele para 2008. 4- GRANT, W. B. The current public health message on UV. Bulletin of the WHO. v.85, n. 5, p. 325-420, 2007. 6- ABNT. NBR CEI IEC 60.335-2-27, Requisitos Particulares de Segurança Para os Aparelhos de Radiação UV e IV. 2000. 6- ANVISA. Res 308/2002. 11- OMS- Tanning Beds- Risks and Guidance. 2003



# OS MITOS DAS CAMAS DE BRONZEAMENTO:

## **MITO 1. É provado que camas de bronzeamento causam câncer de pele.**

A exposição intensa à luz ultravioleta(UV), presente no sol ou nas camas, de pessoas com sensibilidade especial, é um forte fator de risco. Os riscos são agravados pelas queimaduras, especialmente as recebidas na infância e adolescência. Mas ninguém pôde comprovar até hoje que o simples uso das camas de bronzeamento causa câncer de pele.

## **MITO 2. Que as camas de bronzeamento são mais prejudiciais que o sol.**

A luz UV causa os mesmos efeitos se recebidas do sol ou das camas de bronzeamento. Até hoje, não foi comprovada nenhuma diferença entre eles, nem mesmo em equipamentos mais fortes que o sol, que ao reduzirem o tempo de exposição produzem as mesmas doses totais de UV.

## **MITO 3. Que as Camas de Bronzeamento só Trazem Malefícios.**

Além da praticidade e conforto, o maior benefício é trocar um ambiente de exposição imprevisível ao sol, por um ambiente onde a dose de exposição é controlada seguindo normas internacionais de segurança, sem queimaduras. Além de que pequenas doses de luz UV são necessárias para a saúde em geral.

## **MITO 4. Que as camas de bronzeamento são tão maléficas quanto cigarro.**

A comparação é simplesmente absurda por 4 motivos: nas camas de bronzeamento o efeito é equivalente ao natural do sol, existem limites recomendados, existem benefícios inerentes à exposição UV, e não há vício envolvido.

## **MITO 5. Então, bronzear-se é seguro e não preciso me preocupar.**

Toda exposição à luz UV pode trazer consequências negativas se excessiva ou em pessoas contra indicadas. Por isso informe-se e siga as orientações de segurança. Qualquer dúvida pergunte ao atendente. Lembre-se: bronzeie-se com moderação.

***Tudo sobre Bronzeamento na Internet: [www.bronzeamento.com.br](http://www.bronzeamento.com.br)***