

El contenido fue adaptado con permiso del autor. Lazovich, D., et al. *Una intervención para reducir el bronceado en interiores en los adolescentes: estudio piloto de un multimétodo (An Intervention to Decrease Adolescent Indoor Tanning: A Multi-Method Pilot Study)*. *Revista de Salud de los Adolescentes (Journal of Adolescent Health)*, Volumen 52, Edición 5, Suplemento, mayo de 2013, páginas S76-S82.

Elaborado en colaboración con el Consorcio de Cáncer del Estado de Nueva York (New York State Cancer Consortium), www.nyscancerconsortium.org/.

Esta publicación recibió el apoyo del Contrato de Cooperación número NU58DP006309-02, financiado por los Centers for Disease Control and Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades). Su contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no representa necesariamente los puntos de vista oficiales de los Centers for Disease Control and Prevention ni del Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Humanos).

Pronúnciese contra el bronceado

Lo que los padres les deben decir
a sus hijos adolescentes acerca del
bronceado en interiores.

Síganos en:
health.ny.gov
facebook.com/nysdoh
twitter.com/healthnygov
youtube.com/nysdoh



Department
of Health



Los padres desempeñan un papel importante en la salud de los adolescentes, y esto también aplica para el bronceado en interiores.

El bronceado en interiores implica el uso de dispositivos de radiación ultravioleta (UV), también conocidos como camas de bronceado, cámaras de bronceado o lámparas de sol.

Los estudios muestran que es menos probable que los adolescentes se bronceen en interiores si sus padres:

- No lo permiten.
- No se broncean.
- Muestran preocupación por el bronceado en interiores.

HABLE SOBRE EL BRONCEADO con su hijo ADOLESCENTE

El bronceado en interiores puede causar cáncer

- En los Estados Unidos, el bronceado en interiores es la causa de más de 419,000 casos de cáncer de piel cada año, casi el doble de los casos de cáncer de pulmón por fumar.
- El uso de camas de bronceado antes de los 35 años de edad aumenta el riesgo de padecer melanoma, el tipo más mortal de cáncer de piel.
- El melanoma es el segundo tipo de cáncer más frecuente en mujeres de entre 15 y 29 años de edad.



No existe el bronceado seguro

- El llamado “bronceado base” que se obtiene por el bronceado en interiores o en exteriores no ofrece ninguna protección contra las quemaduras de sol.
- El bronceado en interiores puede provocar otros problemas en la piel (arrugas prematuras, piel seca), quemaduras graves y problemas en los ojos (enrojecimiento, quemaduras, sensación arenosa e irritación). Si no se cuenta con protección adecuada para los ojos, el bronceado en interiores aumenta el riesgo de contraer enfermedades de la vista que posiblemente pueden ocasionar ceguera.
- El bronceado en interiores no es una forma segura de obtener vitamina D.

El bronceado en interiores podría no ser legal

- Las leyes del estado de Nueva York prohíben el bronceado en interiores para los menores de 18 años de edad.
- Cualquier persona de al menos 18 años debe proporcionar una identificación con fotografía válida antes de broncearse.

En conclusión, el bronceado puede dañar la piel.

**Pronúnciese CONTRA el BRONCEADO.
NO DEJE QUE su hijo adolescente se
BRONCEE.**

