

Cari newyorkesi,

A molte persone, l'abbronzatura con la lampada sembra un'attività innocua. Non lo è. Ogni sessione aumenta il rischio di sviluppare cancro della pelle e contribuisce all'invecchiamento precoce, ai danni agli occhi, alle reazioni allergiche e altro ancora.

Esistono molti miti e convinzioni errate riguardo alla sicurezza dell' "abbronzatura", molti dei quali perpetrati dall'industria dei centri per l'abbronzatura con la lampada. Se usate i lettini abbronzanti o state pensando di usarli, è importante che siate a conoscenza dei rischi elevati per la salute che ne sono associati.

Questa brochure illustra i fatti relativi all'abbronzatura con la lampada per aiutarvi a prendere decisioni più informate sull'assunzione di questi rischi. Abbiamo anche fornito alcuni collegamenti ipertestuali [links] con ulteriori informazioni.

È importante essere ben informati su tutte le decisioni riguardanti i consumatori e la salute. Se desiderate saperne di più su questi o altri problemi, visitate il nostro sito web all'indirizzo ag.ny.gov.

Cordiali saluti,

Letitia James



Procuratore Generale
di New York

Letitia James

Risorse

Agenzia per la Sanità del Procuratore Generale dello Stato di New York

The Capitol
Albany, NY 12224
(800) 771-7755
ag.ny.gov

Dipartimento della salute dello Stato di New York

health.ny.gov/environmental/indoors/tanning

Agenzia per gli alimenti e i medicinali degli Stati Uniti

fda.gov/radiation-emitting-products/radiation-emitting-products-and-procedures/tanning

Accademia americana di dermatologia

aad.org/awareness-dangers-tanning

Centri per il controllo e la prevenzione delle malattie

cdc.gov

Le seguenti principali organizzazioni nazionali riconoscono l'elevato rischio di cancro associato all'abbronzatura con la lampada:

Accademia americana di dermatologia
Accademia americana di oftalmologia
Accademia americana di pediatria
Società americana del cancro
Associazione medica americana
Centro per il controllo e la prevenzione delle malattie

L'abbronzatura con la lampada

Conoscere i rischi,
conoscere i fatti



Ufficio del Procuratore Generale
dello Stato di New York

Letitia James



Abbronzatura con la lampada: conosci i rischi

I raggi ultravioletti (UV) sono una forma di energia proveniente dalla luce solare naturale o artificiale. L'eccesso di raggi UV può danneggiare il DNA nella pelle e aumentare la produzione della melanina, un pigmento della pelle, che fa cambiare colore alla pelle. Ecco alcuni dei rischi gravi identificati:

- Cancro della pelle tipo melanoma: l'uso dei lettini abbronzanti prima dei 35 anni può risultare in un rischio maggiore, stimato del 59%, di sviluppare questo cancro della pelle che a volte è mortale. Il melanoma è un tumore comune tra i giovani.
- L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha inserito l'abbronzatura con la lampada nella sua categoria dei "cancerogeni umani" a più alto rischio di cancro, la stessa categoria in cui si trova il tabacco;
- L'invecchiamento precoce ("photoaging") può far apparire la pelle coriacea e rugosa e può causare la formazione di macchie scure sulla pelle;
- Ustioni e lesioni alla pelle e agli occhi;
- Reazioni allergiche;
- Soppressione del sistema immunitario.

Ulteriori fattori che possono aumentare questi rischi

- Carnagioni chiare che si bruciano facilmente;
- Familiari che hanno avuto un cancro della pelle;
- Adolescenti e giovani: l'abbronzatura con la lampada in giovane età aumenta il rischio più avanti nella vita;
- Le deficienze immunitarie, le malattie croniche e alcuni farmaci che possono renderti più sensibile ai raggi UV.

Abbronzatura e minori: cosa dice la legge

Le ragazze adolescenti e le giovani donne sono spesso prese di mira dalla pubblicità che promuove l'abbronzatura con la lampada affermando che è sicura. La ricerca dimostra chiaramente che quando un individuo comincia a usare le lampade abbronzanti precocemente nella vita, esiste un rischio maggiore di sviluppare il cancro della pelle negli anni successivi. L'Accademia americana di pediatria afferma addirittura che: "I centri per l'abbronzatura con la lampada non sono sicuri e non dovrebbero essere utilizzati da adolescenti o altre persone".

La legge sulla salute pubblica dello Stato di New York vieta ai minori di diciassette anni di utilizzare dispositivi abbronzanti ai raggi UV. La legge richiede inoltre che per le persone di diciassette anni di età ci sia un genitore o un tutore legale che firmi un modulo di consenso prima di utilizzarli. Coloro che hanno compiuto i diciotto anni devono fornire una patente di guida o un altro documento d'identità con foto, rilasciato dal governo o dalla scuola prima di utilizzare i dispositivi a raggi UV.

Se ti assumi il rischio, prendi precauzioni

Le persone che scelgono di esporsi ai raggi UV mediante abbronzatura con la lampada e ignorano le avvertenze per la salute associate a questa pericolosa attività, dovrebbero adottare alcune precauzioni di sicurezza, tra le quali:

1. Indossare occhiali protettivi certificati dalla FDA [Agenzia per gli alimenti e i medicinali degli Stati Uniti] forniti gratuitamente dal centro per l'abbronzatura con la lampada, assicurandosi che aderiscano bene e non siano screpolati;
2. Seguire i tempi di esposizione consigliati dal produttore per il proprio tipo di pelle (e non superare il limite di tempo prescritto);
3. Consultare immediatamente un medico se si sviluppano ustioni gravi, reazioni allergiche e lesioni o piaghe cutanee insolite.

Conoscere i fatti: sfatare miti e convinzioni errate

"L'abbronzatura con la lampada è meno pericolosa"

FALSO

Alcune persone sostengono che l'abbronzatura con la lampada è meno pericolosa dell'abbronzatura al sole perché l'intensità della luce e il tempo trascorso ad abbronzarsi sono controllati. La verità è che:

- L'emissione di raggi UV dei dispositivi abbronzanti è molto maggiore — fino a 15 volte — rispetto alla luce solare naturale e le lampade sono molto vicine alla pelle;
- Non tutti i dispositivi abbronzanti emettono la stessa quantità di raggi UV; quindi, l'esposizione è irregolare e non così controllata come viene pubblicizzato;
- Gli operatori dei centri per l'abbronzatura con la lampada non sono tipicamente dei professionisti sanitari e non dispongono della formazione e delle conoscenze associate alla sovraesposizione ai raggi UV. Infatti, secondo i Centri statunitensi per il controllo e la prevenzione delle malattie, ogni anno 1.800 lesioni che richiedono visite al pronto soccorso sono attribuite ai raggi UV dei lettini abbronzanti.

"L'abbronzatura con la lampada è un modo sicuro per acquisire vitamina D"

FALSO

Studi scientifici hanno dimostrato che la maggior parte delle persone riceve abbastanza vitamina D dal cibo e dalla luce solare naturale. Se è necessaria ulteriore vitamina D, un integratore contenente vitamina D corregge questa carenza in modo sicuro, senza rischio di esposizione ai raggi UV che sono associati con il cancro.

"Una abbronzatura pre-vacanza - o di base - ti protegge dalle scottature"

FALSO

La verità è che l'abbronzatura con la lampada fornisce un fattore di protezione solare (SPF) pari a un SPF di 3, che è molto al di sotto del 30 SPF generalmente raccomandato per la protezione dalle scottature. Quindi, coloro che si abbronzano prima della vacanza, mediante uso di un lettino, non solo si espongono ai raggi UV nei centri per abbronzatura prima del viaggio, ma non sono nemmeno protetti dalle scottature solari mentre sono in vacanza. L'FDA (Agenzia per gli alimenti e i medicinali degli Stati Uniti) non ha dimostrato che ottenere un'"abbronzatura di base" riduca il rischio di cancro della pelle.