



## Solàrium

**Molt important:** abans de prendre una sessió de solàrium deixa't assessorar pel professional diplomad del centre.

Recorda, un bronzejat excessiu no és saludable i provoca un envelliment prematur de la pell.

### NORMES D'ÚS

- És obligatori l'ús d'ulleres de protecció en exposar-se a les radiacions ultraviolades que emeten els banc solars per evitar lesions oculars, com inflamació de la còrnia o cataractes.
- Les radiacions UV poden ser especialment perilloses en usuaris de pell molt blanca i estan contraindicades per a persones que es cremin sense bronzejar-se, que presentin insolació, que hagin tingut un càncer de pell o condicions que predisposin a l'esmentat càncer. Les persones que hagin tingut antecedents familiars també han d'evitar utilitzar-les.
- Les radiacions ultraviolades poden afectar greument la pell i els ulls; les exposicions intenses i repetides poden provocar un envelliment prematur de la pell, així com un augment del risc de desenvolupar un càncer de pell; els danys causats a la pell són irreversibles.
- Les exposicions als raigs ultraviolats artificials estan prohibides als menors de 18 anys i no són aconsellables per a dones embarassades.
- S'han de prendre les precaucions necessàries en els períodes de tractament amb certs medicaments, entre d'altres antibiòtics, somnífers, antidepressius i antisèptics locals o generals, ja que augmenten la sensibilitat a les radiacions, com també ho fan els cosmètics.
- Per tant, s'han de prendre les precaucions següents:
  - Utilitzeu sempre ulleres de protecció adequades durant tota l'exposició
  - Retireu bé els cosmètics abans de l'exposició i no apliqueu cap filtre solar
  - Absteniu-vos d'exposar-vos a les radiacions ultraviolades durant els períodes de tractament amb medicaments. En cas de dubte consulteu el metge
  - No us exposeu al sol i al banc solar el mateix dia
  - Respecteu 48 hores entre la primera i la segona exposició
  - Seguiu les recomanacions relatives a la durada, la intensitat d'exposició i la distància de la làmpada
  - Consulteu el metge si us surten butllofes a la pell, ferides o vermellors