

Autobronceadores, pastillas bronceadoras y cabinas de bronceado

Esta hoja trata sobre la exposición a los autobronceadores, las pastillas bronceadoras y las cabinas de bronceado en el embarazo y durante la lactancia. Esta información no debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

¿Qué son los autobronceadores?

Los autobronceadores son lociones, geles y aerosoles que se aplican sobre la piel para oscurecerla, lo cual hace que la piel se vea “bronceada” sin exposición al sol. El ingrediente activo de los autobronceadores que oscurece la piel es la dihidroxiacetona (DHA). (No debe confundirse con el ácido docosahexaenoico o DHA, un ácido graso omega-3 que se encuentra en algunos alimentos y suplementos dietéticos).

La DHA a menudo proviene de fuentes vegetales como la remolacha azucarera y la caña de azúcar, y se considera un agente colorante de la piel no perjudicial. La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) aprobó la DHA como un producto de bronceado en Estados Unidos en la década de 1970. La mayoría de los autobronceadores que pueden comprarse en las tiendas contienen un 3-5% de DHA, mientras que los productos que utilizan los profesionales contienen un 5-15% de DHA. Los productos autobronceadores no brindan protección contra los efectos nocivos del sol. Se sugiere seguir usando protector solar y ropa protectora para cubrirse del sol cuando use estos productos.

¿Los autobronceadores se absorben en el torrente sanguíneo si se colocan sobre la piel?

Aunque no ha sido bien estudiado, se estima que solo la mitad del uno por ciento (0.5%) de la DHA se absorbe en el torrente sanguíneo cuando se aplican autobronceadores en la piel. No hay información disponible sobre si esta pequeña cantidad puede atravesar la placenta y entrar en la circulación del bebé.

¿Qué pasa con el uso de cabinas que rocían con autobronceador?

La FDA limita el uso de DHA solo a aplicaciones externas y no ha aprobado su uso como rociador general. Evite su uso cerca del tejido mucoso (ojos, párpados, boca, labios, nariz u oídos). Esto puede ser difícil de evitar cuando se utiliza una cabina de “bronceado con aerosol”. Por lo que se sugiere solicitar elementos de protección para cubrir ojos, boca y nariz con el fin de evitar inhalar el químico.

¿Qué son las pastillas bronceadoras?

Las pastillas bronceadoras son tabletas que contienen una sustancia química llamada cantaxantina como principal agente activo. Una persona tiene que ingerir una gran cantidad de cantaxantina para que su piel cambie de color. Si bien la cantaxantina, cuando se usa en pequeñas cantidades, está aprobada por la FDA como colorante en los alimentos; sin embargo, las pastillas bronceadoras no están aprobadas por la FDA. Esto significa que las pastillas bronceadoras no están reguladas. Para obtener más información consulte la hoja informativa de MotherToBaby sobre suplementos <https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/productos-herbales/>. No hay estudios en humanos sobre el uso de cantaxantina durante el embarazo.

Uso autobronceadores, pastillas bronceadoras o cabinas de bronceado. ¿Pueden hacer que me resulte más difícil quedar embarazada?

No hay evidencia que sugiera que el uso de autobronceadores haga que sea más difícil quedar embarazada. Las pastillas bronceadoras se toman por vía oral, por lo que existe una mayor probabilidad de que una persona pueda ingerir una gran cantidad de cantaxantina. Sin embargo, no se han realizado estudios sobre la seguridad de usar pastillas bronceadoras al tratar de quedar embarazada. Por otro lado, no se espera que el uso de cabinas de bronceado haga más difícil quedar embarazada.

¿Usar autobronceadores o pastillas bronceadoras aumenta la probabilidad de aborto espontáneo?

El aborto espontáneo puede ocurrir en cualquier embarazo. No se han realizado estudios para determinar si estos productos aumentan la probabilidad de aborto espontáneo.

¿El uso de autobronceadores aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento?

Cada embarazo comienza con un 3-5% de probabilidad de tener un defecto de nacimiento. Esto se conoce como riesgo de fondo. No se han publicado estudios que sugieran que el uso de autobronceadores tópicos durante el embarazo cause defectos de nacimiento. Cuando se usan autobronceadores, se cree que solo cantidades muy pequeñas de DHA se absorben en el torrente sanguíneo a través de la piel. Eso significa que podría llegar muy poca DHA si atraviesa la placenta.

Si se inhalan los vapores del aerosol autobronceador en las cabinas de bronceado o se aplica el producto en el tejido mucosas, es posible que una mayor cantidad de DHA entre en el organismo y dé lugar a niveles sanguíneos más elevados. Por otro lado, no se han realizado estudios que demuestren la seguridad del uso de autobronceadores durante el embarazo.

¿Qué sucede con el uso de cabinas de bronceado durante el embarazo?

Los dermatólogos recomiendan evitar las camas de bronceado por completo, ya sea que esté embarazada o no. Si bien los rayos ultravioleta no ingresan al útero durante el embarazo, si su cuerpo se sobrecalienta, la temperatura corporal aumentará y provocará un aumento de la temperatura corporal del bebé (denominado hipertermia). La exposición excesiva podría aumentar la probabilidad de sufrir un aborto espontáneo o una abertura en la columna (espina bífida). Para obtener más información, consulte la hoja informativa de MotherToBaby sobre la hipertermia en <https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/la-hipertermia/>.

¿El uso de autobronceadores, pastillas bronceadoras o cabinas de bronceado durante el embarazo aumenta la probabilidad de otros problemas relacionados con el embarazo?

No se han realizado estudios para determinar si aumentan la probabilidad de problemas relacionados con el embarazo, como parto prematuro (nacimiento antes de la semana 37) o bajo peso al nacer (pesar menos de 5 libras, 8 onzas (2500 gramos)).

¿El uso de autobronceadores, pastillas bronceadoras o cabinas de bronceado durante el embarazo afecta el comportamiento o el aprendizaje futuro del niño?

No se han realizado estudios para determinar si los autobronceadores pueden causar problemas de comportamiento o de aprendizaje en una persona expuesta durante el embarazo.

Lactancia materna durante el uso de pastillas bronceadoras:

No hay estudios sobre el uso de cantaxantina durante el embarazo o la lactancia. Se ha revelado que el uso de cantaxantina causa una decoloración anaranjada del plasma (la parte líquida incolora de la sangre o la leche), que puede o no causar la decoloración de la leche materna. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia.

Si un hombre usa autobronceadores, pastillas bronceadoras o cabinas de bronceado, ¿esto podría afectar la fertilidad (capacidad de embarazar a su pareja) o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?

Los picos constantes en la temperatura corporal pueden disminuir la producción de espermatozoides, por lo que es importante evitar el sobrecalentamiento en una cabina de bronceado. En general, es poco probable que las exposiciones de padres o donantes de espermatozoides aumenten los riesgos del embarazo. Para obtener más información, lea la hoja informativa de MotherToBaby sobre las exposiciones paternales en <https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/exposiciones-paternales/>.

Haga clic aquí para ver las referencias.

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en [MotherToBaby.org](https://www.MotherToBaby.org) .

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). *OTIS/MotherToBaby fomenta el lenguaje inclusivo y centrado en la persona. Si bien nuestro nombre todavía contiene una referencia a las madres, estamos actualizando nuestros recursos con términos más inclusivos. El uso del término madre o materna se refiere a una persona que está embarazada. El uso del término padre o paterno se refiere a una persona que contribuye esperma.* Copyright de OTIS, octubre 1, 2021.