

¿EN QUÉ HAY QUE FIJARSE?

Todo el mundo tiene manchas en la piel, son parte del proceso normal de hacerse mayor. Sin embargo, a veces pueden ser el signo de algo más preocupante.

Revise su piel de forma regular (una vez al mes) en busca de manchas sospechosas. Si tiene dudas, consulte a su dermatólogo.

FÍJESE ESPECIALMENTE EN MANCHAS QUE:

- ▶ Han cambiado de tamaño, color o forma
- ▶ Son diferentes del resto
- ▶ Son asimétricas
- ▶ Tienen un tacto áspero
- ▶ Tienen varios colores
- ▶ Pican
- ▶ Sangran
- ▶ Tienen una superficie brillante
- ▶ Parecen una herida pero no cicatrizan
- ▶ Tienen un crecimiento progresivo



El cáncer de piel tiene muchas caras y a veces es muy difícil diferenciarlo de lesiones benignas. Actualmente se dispone de técnicas diagnósticas no invasivas como la dermatoscopia que ayudan a realizar un diagnóstico más preciso de forma rápida.

¿CUÁL ES EL SIGUIENTE PASO?

¿Ha encontrado una mancha que le preocupa?
¿No estás seguro si puede ser un problema?

Recuerde: ante el primer signo de algo fuera de lo normal, por favor, consulte a su dermatólogo. Es mejor estar seguro que lamentarse.

Aunque lo ideal es siempre un diagnóstico precoz, el cáncer de piel se puede tratar con éxito incluso en fases avanzadas.

¿CÓMO PREVENIR EL CÁNCER DE PIEL?

Utilice el sentido común cuando se exponga al sol para minimizar el riesgo de cáncer de piel.

CONSEJOS:

- ▶ Extreme las medidas de protección para los niños (uso regular de un protector solar con un factor elevado [más de 30], camisa y gorra)
- ▶ Busque la sombra y no se exponga al sol en las horas centrales del día (entre 12 y 16 horas)
- ▶ Proteja su piel y sus ojos (gorra, camiseta, gafas)
- ▶ Deje que su piel se acostumbre al sol de forma gradual. ¡Evite las quemaduras solares!
- ▶ Si su piel se enrojece después de ponerse al sol, eso significa que se ha quemado
- ▶ Cuando aparecen ampollas o dolor que duran más de 2 días, se considera una quemadura grave.
- ▶ Aplique el protector solar con un factor elevado (más de 30) cada 2 horas
- ▶ Evite el uso de cabinas de bronceado

El dermatólogo es el profesional que mejor conoce y puede orientar sobre las medidas más adecuadas para la prevención del cáncer de piel en cada individuo. **Utiliza los medios de diagnóstico más eficaces, fiables y modernos para la detección precoz, y junto a los tratamientos convencionales, actualmente dispone de una serie de medicamentos novedosos para el tratamiento de lesiones precancerosas y algunos tipos de cáncer sin necesidad de cirugía.**

Igualmente los médicos de familia, están implicados en la prevención y derivación al dermatólogo para un correcto diagnóstico y tratamiento eficaz.

Otros colectivos, como los profesionales de enfermería y farmacéuticos colaboran activamente en este proceso.

Para más información sobre los diferentes tipos de manchas de piel o si desea una revisión gratuita de su piel por un dermatólogo pida cita a través de la página web

www.aedv.es/euromelanoma o en el teléfono 91-543 45 35

COLABORADORES:



EL CÁNCER DE PIEL SE PUEDE VER, DETÉCTALO A TIEMPO, SE PUEDE TRATAR

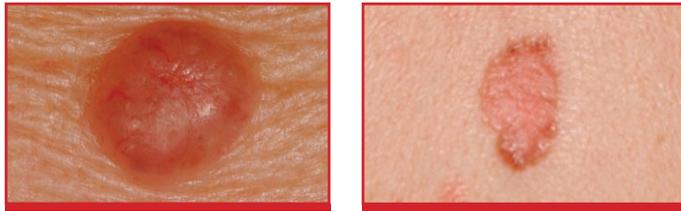
PRINCIPALES TIPOS DE CÁNCER DE PIEL

El cáncer de piel se divide en **melanoma** y **cáncer cutáneo no melanoma** debido al diferente pronóstico. El cáncer cutáneo no melanoma incluye 2 tipos principales que son el carcinoma basocelular y el carcinoma epidermoide.

A su vez el cáncer de piel puede ser no invasivo (superficial) o invasivo. Esto viene determinado por la capacidad de llegar a capas más profundas de la piel (más allá de la capa superficial que es la epidermis).

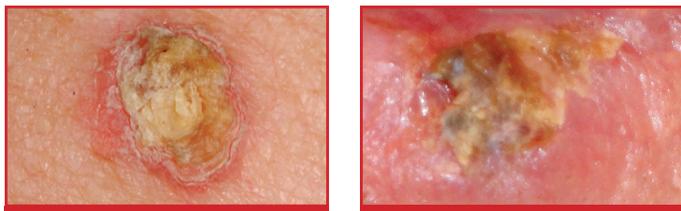
1. CARCINOMA BASOCELULAR

Es la forma más común de cáncer cutáneo invasivo y, afortunadamente, la menos peligrosa. Típicamente aparece como un bulto del color de la piel o rosado con la superficie brillante o cubierto por una costra. También puede presentarse como una lesión más aplanada rojiza o como una herida que no cicatriza. Este tipo de tumor no suele extenderse a otras partes del cuerpo pero, si no se trata, puede invadir tejidos en profundidad.



2. CARCINOMA EPIDERMOIDE

El carcinoma epidermoide, en su forma más superficial que son las queratosis actínicas, es la forma más frecuente de cáncer de piel. Las queratosis actínicas son lesiones muy frecuentes en zonas que han recibido una exposición solar crónica como la cara, el dorso de las manos y el cuero cabelludo en hombres con calvicie. Se reconocen por su tacto áspero, generalmente son de pequeño tamaño pero algunas pueden alcanzar varios centímetros y lo habitual es que sean múltiples. **Existen diferentes tratamientos para lesiones únicas o múltiples que no requieren cirugía.**



El carcinoma epidermoide invasivo, al contrario que las formas superficiales, se trata en primer lugar con cirugía. Puede extenderse a otras partes del cuerpo especialmente si es de gran tamaño, invade mucho en profundidad, se localiza en determinadas zonas como la oreja o el labio, o aparece en pacientes con las defensas disminuidas.

3. MELANOMA

Es el tumor menos frecuente pero el más peligroso porque se puede diseminar. Puede desarrollarse en personas más jóvenes que los otros tipos de cáncer cutáneo. Aparece como una mancha pigmentada que se vuelve más oscura, con varios colores o con bordes irregulares pero también puede tener una coloración negruzca uniforme con bordes regulares. Más raramente pueden aparecer sin pigmento en forma de mancha o bulto rosado o rojizo. Estos tumores requieren un tratamiento quirúrgico siempre, incluso las formas superficiales.



¿QUIÉN TIENE MÁS RIESGO?

El cáncer de piel es más frecuente en **personas mayores de 50 años o personas que se han expuesto al sol de forma prolongada o intensa. Sin embargo, también puede afectar a adultos jóvenes.**

Las personas con un riesgo aumentado son las que:

- ▶ Tienen piel clara o sufren quemaduras solares con facilidad
- ▶ Tienen historia de quemaduras solares en la infancia
- ▶ Pasan muchas horas al sol (por ocio o trabajo)
- ▶ Se exponen al sol de forma intensa en cortos periodos de tiempo (vacaciones)
- ▶ Utilizan o han utilizado cabinas de bronceado
- ▶ Tienen más de 50 lunares
- ▶ Tienen una historia familiar de cáncer de piel
- ▶ Tienen más de 50 años
- ▶ Tienen un trasplante de órganos

Nota: Cualquier persona puede desarrollar cáncer de piel aunque no tenga un riesgo elevado.

¿CÓMO Y DÓNDE FIJARSE?

Tenga el hábito de revisar su piel una vez al mes. No todas las manchas sospechosas aparecen en zonas expuestas al sol o en zonas visibles.

Así que, revise todo el cuerpo, por detrás y por delante, preferiblemente enfrente de un espejo.



- 1 Fíjese en su cara, incluyendo la nariz, los labios, la boca y las orejas (también por detrás de las mismas).



- 2 Revise su cuero cabelludo utilizando un peine para separar el pelo en capas. Hombres: en caso de calvicie, examine todo el cuero cabelludo.



- 3 Revise sus manos, las palmas y el dorso y también entre los dedos.



- 4 Levante el brazo para examinar la parte interna del brazo y la axila.



- 5 A continuación, fíjese en el cuello, el pecho y la parte superior del cuerpo. Mujeres: revise la zona entre las mamas y por debajo de las mismas.



- 6 Utilice un pequeño espejo para examinar la nuca y la espalda.



- 7 Revise los glúteos y la parte de atrás de las piernas. Termine examinando las plantas de los pies y los espacios entre todos los dedos.