

¿Cómo se realiza el diagnóstico?

El cáncer cutáneo es fácil de pesquisar. Se recomienda que las personas hagan regularmente un autoexamen de la piel.

Para realizar el autoexamen usted necesitará un espejo largo y un espejo de mano, se debe ubicar en un lugar bien iluminado y seguir las siguientes instrucciones:

1. Examine su cuerpo de frente y de espalda, luego el lado derecho y el izquierdo, con los brazos elevados.
2. Doble los codos y mírese los antebrazos y las palmas de las manos.
3. Mírese la parte posterior de las piernas y los pies, los espacios entre los dedos de los pies y las plantas.
4. Examine la parte posterior del cuello y cuero cabelludo.
5. Examine la espalda y glúteos.
6. Familiarícese con su piel y con el patrón de pecas, lunares y otras marcas.
7. Manténgase alerta a los cambios en número, tamaño, color y forma de las áreas pigmentadas.

Siga este ABCD para el autoexamen de lunares



- A simetría de la lesión pigmentada.
- B orde irregular.
- C olor irregular. El pigmento no es uniforme y puede incluir diferentes tonos de café, negro o incluso rojo, azul o blanco.
- D íámetro mayor a 6mm.



El sol es la energía de la tierra indispensable para la vida; debemos aprovechar sus virtudes y aprender a cuidarnos de sus efectos nocivos.

No existe el bronceado saludable. El bronceado es siempre la respuesta de la piel al daño de la radiación ultravioleta.

La fotoprotección, la educación y el autocuidado son fundamentales para mejorar nuestra calidad de vida, y también para prevenir enfermedades en el futuro, especialmente en los niños.

¿Qué es un FPS (Factor de Protección Solar)?

Los fotoprotectores tópicos se clasifican según su FPS especificado con un número (3 a 100), que se refiere a la capacidad del producto para filtrar o bloquear el paso de los rayos solares.

El FPS se calcula comparando el tiempo necesario para causar una quemadura en la piel protegida con el fotoprotector, con el tiempo requerido para producir una quemadura en la piel sin aplicar el producto (sin FPS).

Por ejemplo, si una persona de piel muy sensible al sol, que normalmente se quema con exposiciones de 10 minutos, usa un producto FPS 15, este tiempo se ve alargado en 15 veces, es decir 150 minutos.

El fotoprotector debe indicar que es de amplio espectro (protección UV-B y UV-A).



¿Son seguros los solarium?

No. Los solarium emiten principalmente rayos UV-A y cantidades pequeñas de UV-B. La exposición a estos rayos tiene riesgos tanto a corto como largo plazo y puede causar cataratas, quemaduras, cáncer cutáneo y envejecimiento.

NOVIEMBRE

Mes de la Piel



Programa de Detección Precoz del Cáncer de la Piel

Le invitamos a participar en el Mes de la Piel, programa de detección precoz de cáncer de piel.
Inscripciones: 210 15 51.

Clínica Alemana

Av. Vitacura 5951, Vitacura
Santiago de Chile
Teléfono: (56 2) 210 1111
(56 2) 210 1800
Fax: (56 2) 210 1214
E-Mail: clinica@alemana.cl
www.alemana.cl

Centro Médico

Clínica Alemana de La Dehesa
Av. El Rodeo 1908, Lo Barnechea
Santiago de Chile
Teléfono: (56 2) 910 7000
Fax: (56 2) 910 7001



Acreditada por
Joint Commission International

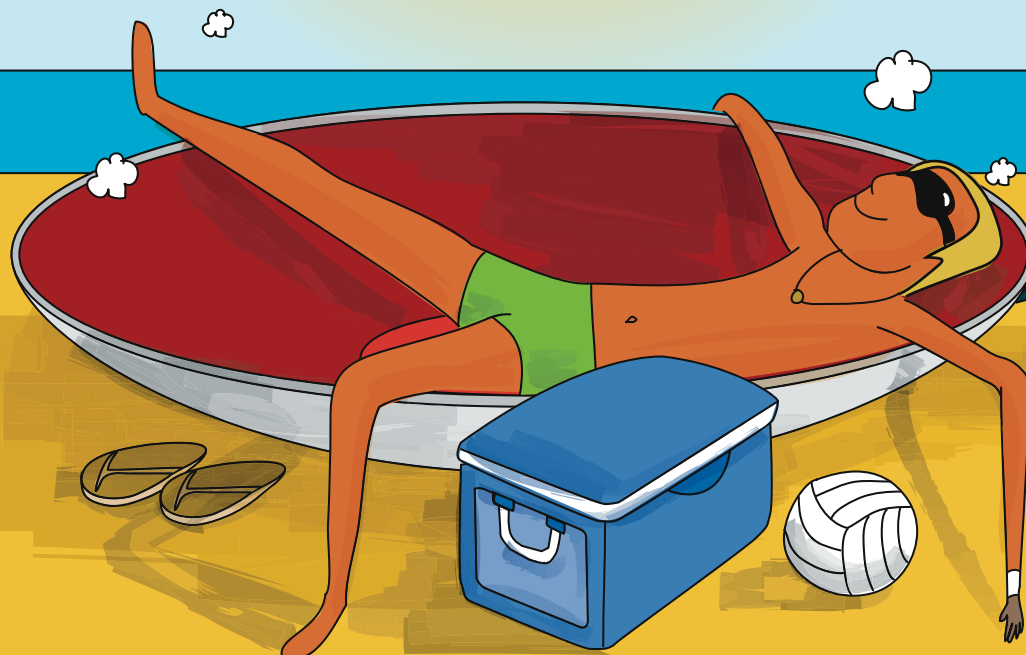




CÁNCER DE PIEL

El cáncer de piel es el más frecuente de todos los cánceres que pueden afectar a una persona. Representa el 50% de todos los casos de cáncer diagnosticados en Estados Unidos, en donde se presentan un millón de casos nuevos al año. En Chile la incidencia se ha duplicado en las últimas dos décadas.

La causa principal del cáncer de piel es la excesiva exposición al sol. El cáncer cutáneo es de fácil detección, y un tratamiento precoz permite la curación de prácticamente todos los casos.





¿Qué es la piel?

La piel es el órgano más grande del cuerpo y comprende aproximadamente el 5% de su peso total. Tiene una superficie de dos metros cuadrados, en un individuo adulto de estatura y peso medio.

Actúa como escudo protector contra el calor, la luz, las lesiones e infecciones. Regula, además, la temperatura corporal y establece relaciones sensoriales con el medio externo. Almacena agua y grasa, previene la entrada de bacterias y evita la pérdida de líquido en el organismo.

LA PIEL ESTÁ COMPUESTA POR TRES CAPAS:

➤ **EPIDERMIS:** Es la más superficial. Su función es proteger y regular la hidratación. En ella se encuentran los melanocitos, células encargadas de fabricar la melanina, pigmento responsable de filtrar los rayos ultravioleta y de dar el color a la piel.

➤ **DERMIS:** Es el tejido conectivo o de sostén que está bajo la epidermis. Es la encargada de hidratar y lubricar la piel, a través de las glándulas sudoríparas y sebáceas. Participa en la regulación de la temperatura corporal.

➤ **HIPODERMIS:** Es la capa más profunda de la piel, compuesta por vasos sanguíneos, células de colágeno y grasa. Ayuda a conservar el calor corporal, además de proteger al cuerpo de las lesiones.



¿Cuáles son los tipos más frecuentes de cáncer de piel?

■ **CARCINOMA BASOCELULAR:** Es el cáncer de piel más frecuente. Se desarrolla a partir de las células que se ubican en la base de la epidermis. Se da de preferencia en adultos mayores, en las áreas de la piel más expuestas al sol, especialmente en cara, cuero cabelludo, orejas, cuello y espalda.

Es de lento crecimiento y su presentación es muy variada: nódulos color piel que crecen lentamente, nódulos que se ulceran y no cicatrizan.

■ **CARCINOMA ESPINOCELULAR:** Es la segunda causa más frecuente de cáncer de piel. Compromete las capas más superficiales de la piel. Permanece con

frecuencia confinado a la epidermis, pero si no es tratado a tiempo, puede penetrar las capas más profundas e incluso dar ramificaciones (metástasis) a tejidos y órganos lejanos.

En etapas iniciales puede presentarse como placas rojizas ásperas al tacto que persisten en el tiempo y se hacen cada vez más rugosas, y que pueden llegar a formar grandes masas.

■ **MELANOMA:** Es el cáncer de piel más peligroso por su desarrollo y las posibilidades de dar metástasis a distancia. Se desarrolla a partir de un crecimiento descontrolado de las células productoras de pigmento o melanocitos. Por lo tanto,

la mayoría de los melanomas son de color negro o café oscuro.

A veces los melanomas en su crecimiento pierden la capacidad de producir pigmento y las lesiones son de color piel, rojas o púrpuras. La enfermedad puede desarrollarse a partir de un lunar, pero también puede aparecer sin lesión previa y crecer rápidamente.

Cuando se desarrolla a partir de un lunar, éste presenta cambios en su superficie o en su tamaño y puede presentar dolor o prurito (picazón).

El melanoma puede aparecer en cualquier parte del cuerpo, pero en el hombre ocurre con más frecuencia en la espalda y en la mujer, en las piernas.

¿Cuál es la causa de cáncer de piel?

La principal causa de cáncer de piel es la exposición excesiva al sol. La radiación ultravioleta proveniente del sol daña las células de modo permanente y acumulativo desde los primeros años de vida. Las quemaduras solares son especialmente riesgosas ya que dejan un daño mayor.

Otras causas menos importantes por su frecuencia son la exposición repetida a rayos X, la presencia de cicatrices por quemaduras, la exposición laboral a carbón o arsénico y en inmunosupresión asociada a trasplantes.

¿Cuáles son los factores de riesgo?

- Personas que por motivos laborales están expuestas al sol en forma constante.
- Personas sensibles al sol (generalmente de piel muy blanca, rubias o pelirrojas, y pecosas), que se queman fácilmente y no se broncean, o muy poco.
- Antecedentes de quemaduras solares, especialmente en la infancia.
- Tener muchos lunares (más de 50).
- Pacientes inmunosuprimidos o trasplantados.
- Personas que han vivido en zonas donde hay alto nivel de arsénico en el agua.
- Historia personal y/o familiar de cáncer de piel.

¿Qué son los rayos ultravioleta?

Los rayos ultravioleta (UV) son un tipo de energía invisible emitida por el sol y que forman parte del espectro de luz. A la superficie de la tierra llegan dos tipos de radiaciones: los rayos UV-A (320- 400 nanómetros) y los rayos UV-B (280 - 320 nm).

Los rayos UV-A penetran más profundo en la piel, hasta la dermis (segunda capa de la piel). Indirectamente causan alteración del ADN, la que aumenta el riesgo de cáncer cutáneo y fotoenvejecimiento.

Los UV-B actúan en la primera capa de la piel (epidermis) y poseen alta energía. Son los que producen el eritema solar o enrojecimiento. Participan en la quemadura solar y son los principales responsables, por una alteración directa del ADN celular, de la aparición de cáncer basocelular y espinocelular.

Tanto los rayos UV-A como los UV-B pueden causar supresión del sistema inmune, que es el que nos ayuda a protegernos de la formación y desarrollo del cáncer cutáneo.





Signos que hacen sospechar

- Manchas o placas inicialmente planas rosadas o rojizas, ásperas al tacto y que se vuelven cada vez más rugosas o escamosas. Se ven especialmente en la cara, dorso de manos, labio inferior y orejas.
- Aumento de volumen en la piel que forma un nódulo que crece sostenidamente en el tiempo.
- Una lesión cutánea ulcerada ubicada en la piel o en mucosa, que no cicatriza a pesar de un buen tratamiento.
- Lesión cutánea sangrante, costrosa, que no presenta signos de traumatismo previo.
- Un lunar que cambia de coloración, sus bordes se vuelven irregulares, es asimétrico y crece de un tamaño superior a 6 mm.
- Lunar que presenta prurito (picazón) y signos inflamatorios en la base sin antecedentes de traumatismo.

¿Cuál es la forma ideal de protegerse?

LA PROTECCIÓN FÍSICA ES LA PRIMERA MEDIDA PREVENTIVA:

- Evite la exposición solar entre las 11 y las 16 horas.
- Utilice estructuras que den sombra (quitasoles, techos).
- Use ropa adecuada contra el sol, camisetas manga larga, ropa oscura de trama apretada y sombreros.

LOS FOTOPROTECTORES O FILTROS SOLARES DEBEN UTILIZARSE COMO COMPLEMENTO DE LAS MEDIDAS FÍSICAS.

- Sólo se recomienda usar los filtros con factor de protección mayor o igual a 15, de amplio espectro, es decir contra UV-A y

UV-B, incluso en días nublados.

- No es recomendable el uso de filtros solares en niños menores de seis meses.
- Aplique el protector solar uniforme en todas las zonas expuestas (no olvidar orejas, cuello, escote, manos).
- La aplicación de los filtros solares debe realizarse unos 20 minutos antes de la exposición solar y repetirse cada vez que la persona se moje, se seque, practique ejercicio físico, transpire profusamente, o cada tres horas de exposición solar.
- Use protectores de marcas conocidas y testeados dermatológicamente.
- Es importante saber si los fotoprotectores

son resistentes al agua o a prueba de agua.

Los resistentes al agua son aquéllos que luego de dos baños consecutivos de 20 minutos cada uno, siguen generando la misma protección; los a prueba de agua resisten cuatro baños consecutivos de 20 minutos cada uno.

- Es importante saber que el fotoprotector es resistente al agua, no a la toalla, que por acción mecánica altera la protección buscada, sobre todo en los niños pequeños, a los cuales las mamás secan luego de cada baño. Por ello, hay que tener la precaución de reponer el fotoprotector en los niños después de cada baño.