



Aprendamos de *cáncer de piel*

Es el más frecuente de todos los cánceres que pueden afectar a una persona y la causa principal es la exposición excesiva al sol. Es de fácil detección para el dermatólogo y un tratamiento precoz permite la curación de prácticamente todos los casos.



¿Qué es 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, además de regular la temperatura corporal y establecer 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:



¿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 principalmente en adultos mayores, en las áreas de la piel más expuestas al sol, como cara, cuero cabelludo, orejas, cuello y espalda. Es de lento crecimiento y pueden presentarse de variadas formas, como por ejemplo, nódulos color piel que crecen lentamente o que se ulceran y no cicatrizan.
- **Carcinoma espinocelular:** es la segunda causa más frecuente de cáncer de piel y compromete las capas más superficiales de esta. Permanece con frecuencia confinado a la epidermis, pero si no es tratado a tiempo, puede penetrar a zonas más profundas e, incluso, ramificarse (metástasis) a tejidos y órganos lejanos. En etapas iniciales, puede presentarse como placas rojizas ásperas al tacto, las que persisten en el tiempo, se hacen cada vez más rugosas y pueden llegar a formar grandes masas.
- **Melanoma:** es el cáncer de piel más peligroso por su desarrollo y las posibilidades de originar 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, durante 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 es posible que aparezca sin lesión previa y crezca rápidamente. Cuando se origina desde un lunar, este presenta cambios en su superficie o en su tamaño y puede causar 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 es la exposición excesiva al sol. La radiación ultravioleta daña las células de modo permanente y acumulativo desde los primeros años de vida. Las quemaduras solares son especialmente riesgosas, ya que su efecto nocivo es mayor.

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

¿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). Indirectamente, causan alteración del ADN, la que aumenta el riesgo de cáncer cutáneo y fotoenvejecimiento.

Los UVB actúan en la 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 UVA como los UVB pueden causar supresión del sistema inmune, que es el que ayuda al organismo a protegerse de la formación y desarrollo del cáncer cutáneo.

¿Cuáles son los factores de riesgo?

- Estar expuesto al sol en forma constante.
- Ser más sensible al sol, como las personas de piel muy blanca, rubias o pelirrojas, y pecosas.
- Contar con antecedentes de quemaduras solares, especialmente en la infancia.
- Tener muchos lunares (más de 50).
- Ser inmunosuprimido o trasplantado.
- Vivir en zonas donde hay alto nivel de arsénico en el agua.
- Antecedente personal o familiar de cáncer de piel.

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 la 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, con bordes que se vuelven irregulares, que 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.

¿En qué consiste el autoexamen?

Se recomienda que las personas se hagan regularmente un autoexamen de piel, para detectar lesiones sospechosas y que consulten al dermatólogo.

Para realizarlo, se necesita un espejo largo y otro de mano. En un lugar bien iluminado, se deben seguir las siguientes instrucciones:

1. Examinar el cuerpo de frente y de espalda, luego el lado derecho y el izquierdo, con los brazos elevados.
2. Doblar los codos y mirarse los antebrazos y las palmas de las manos.
3. Revisar la parte posterior de las piernas y los pies, los espacios entre los dedos y las plantas.
4. Examinar la parte posterior del cuello y cuero cabelludo.
5. Observar detenidamente la espalda y glúteos.
6. Familiarizarse con la piel y con el patrón de pecas, lunares y otras marcas.
7. Mantenerse alerta a los cambios en número, tamaño, color y forma de las áreas pigmentadas.



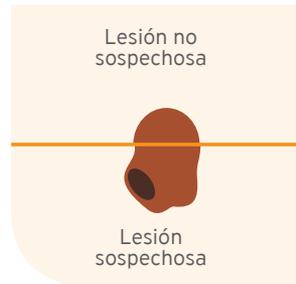
Siga este ABCD para el autoexamen de lunares

Asimetría de la lesión pigmentada.

Borde irregular.

Color irregular. El pigmento no es uniforme y puede incluir diferentes tonos de café, negro o incluso rojo, azul o blanco.

Díámetro mayor a 6 mm.



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

No existe el bronceado saludable, este 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, especialmente en los niños.



¿Qué es un Factor de Protección Solar?

Los fotoprotectores tópicos se clasifican según su factor de protección solar (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 periodo requerido para producir esta misma reacción cutánea 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, ese tiempo se ve aumentado 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 UVB. La exposición a estos rayos tiene riesgos tanto a corto como largo plazo y puede causar cataratas, quemaduras, cáncer cutáneo y envejecimiento. Si va a hacer uso de solarium, debe disponer de un carnet con número de sesiones e irradiación recibida.



El dermatólogo es el especialista encargado de la evaluación y seguimiento de las lesiones pigmentadas de la piel, ante sospecha clínica de melanoma, debe realizarse la extirpación y biopsia de piel (gold standard para el diagnóstico de cáncer).

La dermatoscopia digital también es de gran ayuda para el seguimiento de lesiones melanocíticas sospechosas y se realiza, con orden médica en el Laboratorio de Dermatología piso 12.

¿Cuál es la forma de protegerse?

La protección física es la primera medida preventiva:



Evitar la exposición solar entre las 11:00 y las 16:00 horas, especialmente cerca del mediodía.



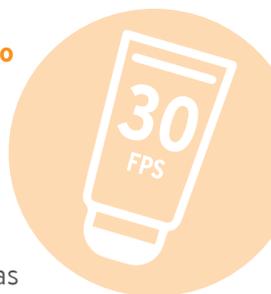
Utilizar estructuras que den sombra (quitasoles, techos).



Usar ropa adecuada para protegerse, de trama gruesa, que refleje los rayos del sol y sombreros.

Los fotoprotectores o filtros solares deben utilizarse como complemento de las medidas físicas:

- Solo se aconseja usar los filtros con factor de protección mayor o igual a 30, de amplio espectro, es decir, contra UVA y UVB, incluso en días nublados.
- No es recomendable el uso de filtros solares en niños menores de seis meses.
- Aplicar el protector solar uniforme en todas las zonas expuestas no olvidar orejas, cuello, escote y manos.
- La aplicación de los filtros solares debe realizarse unos 20 minutos antes de exponerse al sol y repetirse cada vez que la persona se moje, seque, practique excesivo ejercicio físico, transpire profusamente o cada tres horas de exposición solar.
- Usar protectores de marcas conocidas y testeados dermatológicamente.
- Es importante saber si los fotoprotectores son resistentes o muy resistentes al agua. Los primeros son aquellos que luego de dos baños consecutivos de 20 minutos cada uno, siguen generando la misma protección. Los muy resistentes soportan hasta cuatro inmersiones de 20 minutos.
- El fotoprotector es resistente al agua no a la toalla, ya que por acción mecánica altera la protección buscada, sobre todo en los más pequeños, a los cuales las mamás secan luego de cada baño.



Dermatología

Clínica Alemana Vitacura
Av. Manquehue 1410, piso 12
Teléfono: (56) 22210 1062

Clínica Alemana de La Dehesa
Av. José Alcalde Délano 12205, piso 2
Teléfono: (56) 22910 7000

www.alemana.cl

Ficha Coleccionable Clínica Alemana de Santiago N°10 / 10° Edición / Marzo 2018

Representante Legal: Paula Ithurbisquy, **Coordinación General:** Carolina Jara,
Comité Editorial: Dra. Juana Benedetto y Alejandra Krefft.



Alemana[®]

Si es tu salud, es la Alemana.[®]

**Clínica Alemana
Vitacura**

Av. Vitacura 5951, Vitacura
Teléfono: (56) 22910 1111

**Clínica Alemana
Manquehue Oriente**

Av. Manquehue 1499, Vitacura
Teléfono: (56) 22910 8000

**Clínica Alemana
de La Dehesa**

Av. José Alcalde Délano 12205, Lo Barnechea
Teléfono: (56) 22910 7000