

cáncer de piel

protégase: infórmese

¿Qué es el cáncer de piel?

El cáncer de piel aparece cuando ciertas células que no son normales empiezan a crecer en la piel. El cáncer de piel suele presentarse más en la cabeza, el rostro, el cuello, las manos y los brazos. La mayoría de los cánceres de piel se presentan después de la edad de 50 años pero el sol empieza a dañar la piel desde la niñez temprana.

Hay tres tipos de cáncer de piel: de célula basal, de célula escamosa y el melanoma. Los primeros dos tipos se curan con facilidad si son detectados en sus etapas tempranas. El melanoma es el más peligroso. Puede diseminarse con rapidez al resto del cuerpo. Si se deja sin tratar, el melanoma puede acarrear la muerte.

¿Cuáles son las causas del cáncer de piel?

La radiación ultravioleta (UV) es la causa de la mayoría de los cánceres de piel. La radiación UV proviene del sol, las lámparas solares y las camas bronceadoras. El cáncer de piel se puede presentar en personas de todas las razas pero aquellas personas de piel clara y cabello rubio o colorado son las que corren mayor riesgo. Las posibilidades de presentar cáncer de piel aumentan si usted tiene una gran cantidad de lunares, si sufrió quemaduras causadas por el sol cuando era niño o si tiene un familiar quien haya tenido esta enfermedad.

¿Cuáles son los síntomas?

El cáncer de piel por lo general no causa dolor. Los síntomas más comunes suelen ser un crecimiento nuevo en la piel, algún cambio en un crecimiento que tenía desde antes o alguna llaga que no termina de sanar. Los cánceres de piel no son todos iguales. Puede que tengan un aspecto pálido o rojizo. Puede que tengan una costra, que sean planos, con escamas, suaves o firmes. Por lo general la primera señal de melanoma es un lunar nuevo o un cambio en el tamaño, la forma, el color o la sensación en un lunar ya existente. La mayoría de los melanomas presentan un área de color negruzco o azulado – negruzco.

¿Cómo puedo protegerme?

- Siempre que sea posible, no se exponga al sol entre las 10 a.m. y las 4 p.m.
- Cuando esté expuesto al sol, use ropa de mangas largas, pantalones largos y un sombrero de ala ancha.
- Elija usar lentes de sol que envuelven el rostro y bloquean casi el 100 por ciento de los rayos UV del sol.
- Aplíquese protector solar de espectro amplio (UVA y UVB) con un factor de protección solar (SPF) de 30 o mayor antes de salir al sol. Repita la aplicación cada dos horas.
- El protector solar pierde su eficacia con el paso del tiempo. Fíjese en la fecha de vencimiento de su protector solar y reemplace el producto si ya ha vencido.
- No olvide aplicarse protector solar en las orejas, labios y la parte superior de los pies. Use sombrero.
- Evite el uso de camas solares y lám-



paras solares.

- Hágase un autoexamen de la piel una vez al mes.
- Pídale a su doctor que examine su piel como parte de su examen físico de rutina.

Recuerde que también es importante proteger a los niños del sol. La mayor parte del daño en la piel ocurre antes de la

Cómo hacerse un autoexamen de la piel

- Aprenda dónde tiene sus marcas de nacimiento, lunares y otras marcas en el cuerpo. Recuerde qué aspecto tienen y cómo son al tocarlas.
- Hágase un autoexamen de la piel luego de ducharse o de bañarse. Cerciórese de tener luz plena. Use un espejo de cuerpo entero y un espejo de mano.
- Fíjese si nota cambios en las marcas anteriores o lunares nuevos, manchas, bultos o llagas. Revise sus manos, uñas y brazos. Revise sus piernas, el área genital y entre las nalgas. Siéntese y mire de cerca sus pies y también las uñas de los pies, las plantas del pie y entre los dedos.
- Pídale a un amigo o familiar que le ayude a revisar su cuero cabelludo y su espalda.
- Infórmele a su profesional de atención de la salud sobre cambios o marcas nuevas.

edad de 18 años. Los bebés de seis meses de edad o menores **nunca deben ser expuestos al sol.** Los niños mayores deben seguir los consejos de protección contra el sol mencionados aquí arriba.

¿Dónde puedo conseguir más información?

KCP tiene un sitio en internet llamado **Pathfinder** a través del cual puede hallar recursos de apoyo de cáncer y otros servicios en su área. Visite www.kycancerprogram.org para encontrar recursos para el cáncer en su comunidad o póngase en contacto con la representación en su localidad del programa para el cáncer **Kentucky Cancer Program.**

Para información sobre todo tipo de cáncer, póngase en contacto con:

- **National Cancer Institute (Instituto Nacional del Cáncer)**
1-800-4-CANCER, www.cancer.org
- **American Cancer Society, (Sociedad Americana del Cáncer)**
1-800-ACS-2345, www.cancer.org
- **Centers for Disease Control and Prevention (Centros para la Prevención y el Control de Enfermedades), www.cdc.gov**

Esta hoja informativa fue creada por el programa de cáncer Kentucky Cancer Program en el Centro de Cáncer Markey de la Universidad de Kentucky (University of Kentucky Markey Cancer Center). La información se obtuvo del Instituto Nacional del Cáncer, la Sociedad Americana del Cáncer y los Centros para la Prevención y el Control de Enfermedades.

Última revisión en marzo de 2018

www.kycancerprogram.org

El programa de cáncer Kentucky Cancer Program es administrado por el Centro de Cáncer Markey de la Universidad de Kentucky (University of Kentucky Markey Cancer Center) y el centro de cáncer Brown de la Universidad de Louisville (University of Louisville Brown Cancer Center).

