

Sobre el cáncer



CÁNCER DE PIEL MELANOMA

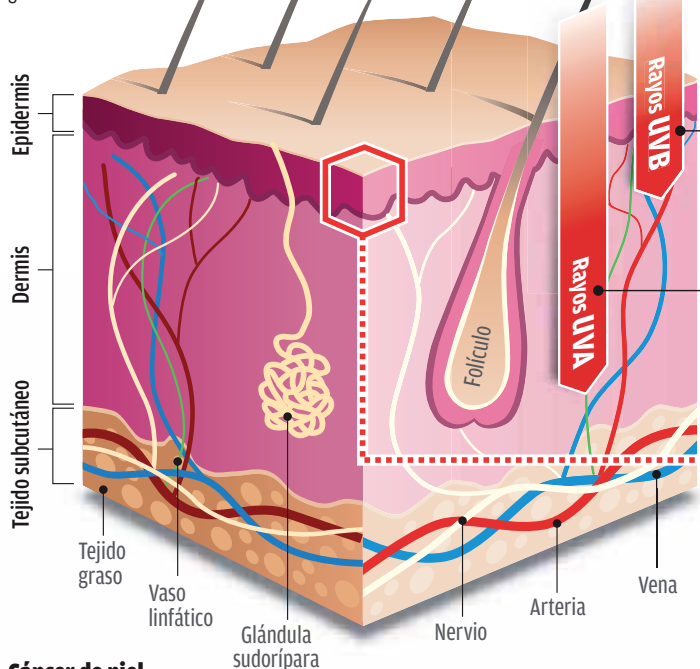
La piel

Es el órgano más grande del cuerpo. Sus funciones son:

- Recubrir los órganos internos y ayudar a protegerlos de lesiones
- Sirve de barrera contra los gérmenes, como las bacterias.
- Evita la pérdida excesiva de agua y de otros líquidos.
- Ayuda a controlar la temperatura corporal.
- Protege el resto del cuerpo de los rayos ultravioleta (UV).
- Ayuda al cuerpo a producir vitamina D.

Partes principales

La piel está formada por tres capas y en cada una de ellas tiene diferentes tejidos y glándulas.



Efectos de rayos solares

Rayos UVB
Penetran en las capas más superficiales de la piel. Pueden ocasionar daño directo al ADN y causan la mayoría de los tipos de cáncer.

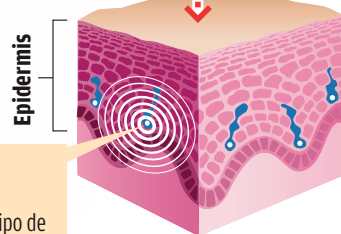
Rayos UVA
Penetran a mayor profundidad en la piel. Pueden ocasionar cierto daño al ADN y contribuir al envejecimiento y desarrollo de ciertos tipos de cáncer.

Cáncer de piel

Ya sea por una exposición prolongada a los rayos solares o por herencia, esta enfermedad se manifiesta en diferentes tipos. El más peligroso es el melanoma.

Melanocito

Célula encargada de producir melanina (pigmento de la piel). El melanoma, un tipo de cáncer que es mortal, aparece en estas células.



Este tipo de tumores puede generarse en cualquier parte de la piel, pero su propensión a comenzar más probable en los hombres es en el torso, mientras que en las mujeres es en las piernas. El cuello y el rostro son otros sitios comunes. Usualmente son de color café o negro, pero algunos no producen melanina y pueden ser rosas o blancos.

Prevención

■ Limite la exposición a la luz ultravioleta

La luz ultravioleta es más intensa entre las 10:00 am y las 4:00 pm. Se recomienda:

- 1 Protegerse del sol bajo la sombra
- 2 Use camisas de manga larga y pantalones o faldas largas de colores oscuros
- 3 Proteja sus orejas, ojos, frente, nariz y cuero cabelludo usando un sombrero de ala de por lo menos 3 pulgadas de ancho.
- 4 Use lentes de sol tipo envolventes con un porcentaje de absorción de rayos ultravioleta de 99%.
- 5 Evite las camas de bronceado
- 6 Proteja a los niños del sol dado que pasan más tiempo al aire libre.

7 Use bloqueador solar. Con protección contra rayos UVA y UVB y con un factor de protección solar (SPF) de 30 o superior. Impide el paso de los rayos ultravioleta (UVA/UVB) por un tiempo determinado. Así, el factor de protección solar (FPS) 50 significa que en 50 min de exposición solar una persona solo recibirá radiación equivalente a un minuto.

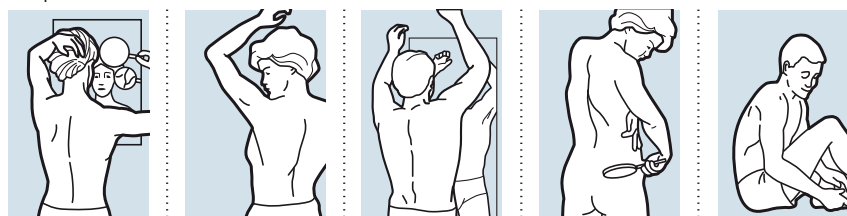
Tipo de piel

| | Blanca | Clara | Clara a mate | Mate |
|--|--------|-----------|--------------|-----------|
| Tiempo necesario para la aparición de la quemadura | 10 min | 15-20 min | 30 min | 30-45 min |
| Factor de protección solar | 50 | 40 | 30 | 30 |

Detección

■ Autoexamen de la piel

Por lo general, el melanoma puede detectarse en sus inicios, por lo que es aconsejable revisar la piel una vez al mes para encontrar manchas nuevas.



- Examinar la cabeza y la cara usando uno o dos espejos.
- Explorar manos incluyendo las uñas. En un espejo de cuerpo completo revisar codos, brazos y axilas.
- Revisar el cuello, pecho y tronco.
- De espaldas al espejo, con otro espejo de mano, explora la parte posterior del cuello, hombros, brazos, espalda, glúteos y piernas.
- Sentado, revisar piernas y pies, incluyendo las plantas, talones y uñas. Usa un espejo de mano para revisar genitales.

Síntomas

■ Lunares anormales

Las manchas nuevas o ya existentes que hayan cambiado de tamaño, forma o color son señales importantes que es necesario revisar.

La regla ABCDE

Es un método habitual para identificar las señales del melanoma.



Tratamiento

- **Cirugía**: Es la opción principal para la mayoría de los melanomas y usualmente los cura en etapa inicial.
- **Terapia dirigida**: Uso de medicamentos para identificar y atacar células cancerosas específicas sin dañar las células normales.
- **Quimioterapia**: Medicamentos que se inyectan o administran vía oral. Es útil contra el cáncer que se ha propagado fuera de la piel.
- **Inmunoterapia**: Uso de medicinas para estimular el sistema inmunológico del paciente.
- **Radioterapia**: Uso de rayos de alta energía (por ejemplo, rayos X) para destruir células cancerosas.
- **Después del tratamiento**: Revisiones periódicas, exámenes de piel y de ganglios linfáticos.

Desarrollo del cáncer

El crecimiento descontrolado de las células de algún órgano del cuerpo caracteriza esta enfermedad.

- 1 Daños a la célula a nivel genético (ADN) alteran su ciclo de vida normal.
- 2 Las células con el ADN alterado viven más tiempo y continúan formando más células anormales, generando el cáncer.
- 3 En el caso de la piel, la mutación del ADN puede ser heredada de uno de los padres o adquirida por una exposición intensa al sol.

Etapas

- 0 El melanoma afecta la epidermis, no se ha propagado a la dermis (capa inferior).
- 1 El grosor del melanoma mide menos de 1 mm. Puede o no estar ulcerado. No se ha expandido a órganos distantes.
- 2 El melanoma mide ahora entre 1 y más de 4 mm. Puede estar o no ulcerado. Aún no se ha expandido a órganos distantes.
- 3 El melanoma alcanza cualquier grosor. Puede estar o no ulcerado. Se ha propagado a ganglios cercanos.
- 4 El melanoma se ha propagado más allá de la piel a órganos como pulmones, hígado o cerebro.

Factores

Son aquellos que aumentan la probabilidad de desarrollar la enfermedad, pero no son determinantes.

- **Exposición a la luz ultravioleta**: Es el factor de riesgo principal para la mayoría de los melanomas. La luz solar es la fuente principal de la radiación (rayos UVA y UVB). Las camas de bronceado también son fuentes de radiación.
- **Lunares**: Personas con muchos lunares son más propensas a padecer melanoma.
- **Piel muy blanca, pecas y cabello claro**: El riesgo es más de diez veces mayor en las personas de raza blanca que en las de raza negra. Personas rubias o pelirrojas, de ojos azules o verdes y propensas a tener pecas, tienen mayor riesgo de desarrollar cáncer de piel.
- **Edad**: El melanoma es uno de los cánceres más comunes en personas con menos de 30 años de edad.
- **Antecedente familiar o personal**: El riesgo es mayor si un familiar ha tenido la enfermedad. Quien ya ha padecido melanoma tiene un riesgo mayor de volverlo a desarrollar.
- **Sexo**: Los hombres tienen mayor tasa de incidencia que las mujeres.