



## MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE EL CÁNCER DE PIEL MAYO 2024 | DATOS BREVES

- La Sociedad Americana del Cáncer estima que 840 nevadenses serán diagnosticados con melanoma, la forma más mortal de cáncer de piel, este año. Miles más serán diagnosticados con carcinomas de células basales o de células escamosas.
- Más personas son diagnosticadas con cáncer de piel cada año en los EE.UU. que todos los otros cánceres combinados, dice la Sociedad Americana del Cáncer.
- El melanoma es el cuarto cáncer más comúnmente diagnosticado en los hombres y el quinto cáncer más comúnmente diagnosticado en las mujeres.
- Los hombres en Nevada tienen casi el doble de probabilidades de ser diagnosticados con melanoma que las mujeres. La Sociedad Americana del Cáncer estima que más del doble de hombres que mujeres morirán de melanoma este año.
- El melanoma es uno de los cánceres más comunes en personas menores de 30 años.
- 1 de cada 5 estadounidenses desarrollará cáncer de piel a los 70 años, según la Skin Cancer Foundation.
- Alrededor del 90% de los cánceres de piel no melanoma son causados por la exposición a la radiación UV del sol.

### CÁNCER DE PIEL EN PIEL DE COLOR

- Los melanomas en personas con piel de color (morenos, asiáticos y hawaianos nativos) ocurren con mayor frecuencia en piel no expuesta con menos pigmento, como palmas, plantas de pies, lechos ungueales y membranas mucosas.
- Las personas con piel de color, cuando se les diagnostica melanoma, tienen más probabilidades de tener un diagnóstico en etapa tardía, lo que significa que el cáncer está en una etapa más avanzada.

### BRONCEADO EN INTERIORES Y CÁNCER

- Según la Skin Cancer Foundation, los dispositivos de bronceado en interiores emiten radiación UV en cantidades 10-15 veces más altas que el sol en su intensidad máxima y se consideran cancerígenos al mismo nivel que los cigarrillos y el plutonio.
- Cualquier historial de bronceado en interiores aumenta el riesgo de desarrollar cáncer de piel. Un estudio encontró que las mujeres que alguna vez se han bronceado en interiores tenían un riesgo seis veces mayor de desarrollar melanoma a los 20 años.

- La Skin Cancer Foundation también señala que más personas desarrollan cáncer de piel debido al bronceado en interiores que desarrollan cáncer de pulmón por fumar.

## PREVENCIÓN

- Cualquier persona puede reducir su riesgo de cáncer de piel siguiendo las 5 Ss de Sun Safety:
  - Slip: Póngase ropa protectora contra el sol, como pantalones largos y mangas.
  - Slop: Póngase protector solar SPF 30+ de amplio espectro y vuelva a aplicar al menos cada 2 horas.
  - Slap: Póngase un sombrero de ala ancha para proteger las orejas, el cuero cabelludo y la cara.
  - Seek: Busque sombra o refugio, especialmente durante las horas pico de sol entre las 10 a.m. y las 4 p.m.
  - Slide: Deslizamiento de gafas de sol protectoras UV.
- Las personas también deben evitar los dispositivos de bronceado en interiores.

## DETECCIÓN PRECOZ

- Conocer su piel y revisarla regularmente de pies a cabeza puede ayudarlos a identificar cambios que podrían ser cancerosos o precancerosos. El uso de un espejo de mano y un amigo o pareja para revisar lugares difíciles de ver (como la espalda y el cuero cabelludo) se puede hacer una vez al mes.
- Al revisar la piel, busque los ABCDES en lunares:
  - Asimetría: Al trazar una línea, ambos lados deben coincidir.
  - Borde: Las fronteras desiguales, irregulares o irregulares podrían ser un signo de cáncer.
  - Color: Los lunares que tienen una variedad de colores o cambian de color con el tiempo deben ser revisados por un médico.
  - Diámetro: Los lunares que miden más de 6 mm de diámetro (aproximadamente del tamaño de un borrador de lápiz) deben ser revisados por un médico.
  - Evolución: Los lunares que cambian con el tiempo, como agrandarse, cambiar de color, picazón, sangrado o formación de costras, deben ser revisados por un médico.
  - Sensación: Los lunares que han desarrollado una nueva sensación, como picazón o dolor, deben ser revisados por un médico.
- Los dermatólogos pueden realizar exámenes anuales de la piel utilizando una herramienta manual especializada llamada dermatoscopia que utiliza luz y aumento para ver detalles de la piel que de otra manera no serían visibles.
- Después de una revisión de la piel con una dermatoscopia, los dermatólogos pueden tomar un pequeño raspado o quitar un área de piel para examinarla en un laboratorio para determinar si es cancerosa, precancerosa o el resultado de alguna otra afección de la piel.