



EL CÁNCER DE PIEL – ¡LO QUE USTED DEBE SABER!

LA SEGURIDAD DEL SOL SALVA VIDAS

El cáncer de la piel es el cáncer que va en aumento en los Estados Unidos y es el sexto de los tipos más comunes de muerte relacionadas con cáncer en el estado de Nevada. La razón más probable para la elevación en la tasa de cáncer de piel es que las personas pasan más tiempo al aire libre. También, el agotamiento de la capa del ozono puede ser un factor contribuidor en la elevación de la tasa de cáncer.

HECHOS:

- Cada año casi 300 personas viviendo en Nevada serán diagnosticadas con melanoma y aproximadamente 60 se morirán de esta enfermedad.
- 90 por ciento de los cánceres de piel en la etapa primaria, se pueden remover.
- Hasta la forma más aguda de cáncer de la piel, melanoma maligno, tiene una tasa de cinco años de sobrevivencia de más de 95 por ciento cuando se detecta temprano.
- Más hombres contraen – y se mueren de – cáncer de la piel que de mujeres.
- A causa de la elevación alta del estado, personas que viven en Nevada son expuesto a una concentración elevada de radiación ultravioleta (UV).

FACTORES DE RIESGO:

Todas personas pueden desarrollar el cáncer de la piel; sin embargo, hay riesgos específicos conocidos:

- La exposición sin protección y/o excesiva a los rayos de UV (Vea el gráfico para ver que tipo de piel usted tiene)
- La exposición ocupacional al col, el alquitrán, el tono, la creosota, los recintos de arsénico, o el radio
- Antecedentes familiares de cáncer de la piel
- Quemaduras del sol severas cuando niño
- Lunares múltiples o atípicos
- Recibió terapia de radiación para cáncer cuando niño
- Ha recibido más de 250 tratamientos con fototerapia de Psoralen Ultraviolet-A (PUVA) para soriasis
- Esta en terapia inmunosupresora después de trasplante de órgano

COMO REDUCIR SU RIESGO:

Las mejores maneras de reducir su riesgo del cáncer de la piel son:

- Evite el sol y busque sombra entre las horas de 10 am y las 4 pm.
- Póngase ropa protectora ligera para cubrir toda la piel que sea posible.
- Use protector solar con un factor de protección solar (SPF) de 30 o más aunque sea un día nublado. Reaplique cada 90 minutos usando una onza de protector para cada parte de su cuerpo.
- Cubra su cabeza con un sombrero ancho. Protege sus oídos y su cuello con protector solar.
- Use gafas del sol con 99 por ciento a 100 por ciento de absorción del UV.

PADRES/MADRES: Protege a sus hijos/hijas cuando están debajo del sol y enseñeles hábitos buenos cuando están afuera debajo del sol. Haga esto para substancialmente bajar su riesgo de jamás contractar cáncer de la piel.

LA DETECCIÓN TEMPRANA:

Examine su piel regularmente, y use un espejo para ver los lugares que son difíciles-de-alcanzar. Busque señales de alerta del cáncer de piel:

A = Asimetría. ¿Parece diferente una mitad del lunar a la otra mitad?

B = Border (Orillas). ¿Están las orillas del lunar andrajosas ni claramente definidas?







C = Color. ¿Tiene, el lunar, de un color o más o está cambiando de color?

D = Diámetro. ¿De lado a lado, está el lunar más grande que un borrador de lápiz?

E = Evolución (Desarrollo). ¿Ha cambiado alguno de sus lunares en tamaño, diámetro, color o más grueso?

Visite a su médico inmediatamente si usted respondió “SI” a cualquiera de estas preguntas.

TIPOS DE PIEL

-  **Tipo I** – Siempre se quema; nunca broncea; sensible (“Celta”)
-  **Tipo II** – Se quema fácilmente; se broncea un poco
-  **Tipo III** – Se quema moderadamente; broncea gradualmente llegando al color café-claro (Caucásico Medio)
-  **Tipo IV** – Se quema muy poco; siempre broncea bien llegando al color café-moderado (Piel Oliva)
-  **Tipo V** – Raramente se quema; broncea profusamente (Piel Café)
-  **Tipo VI** – Nunca se quema; pigmentado profundamente, no tiene la piel sensible (Piel Negra)