



Dirección de Atención Integral y Calidad en Salud

PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL

Cualquier **persona** puede **tener cáncer de piel**, pero es más común y existe más **predisposición** entre las personas que:

- Pasan mucho tiempo bajo el **sol** o sufrieron **quemaduras** por el sol (éstas tienen efecto acumulativo)
- Tienen **piel**, cabellos y ojos claros (también pecosas, rubias y pelirrojas)
- Tienen un familiar con cáncer de piel
- Tienen más de **50 años** de edad.

Cualquier cambio en el **aspecto** de su piel deberá ser comunicado al médico lo antes posible a fin de evitar posibles riesgos.

Los **rayos ultravioletas** del sol son la causa principal del cáncer de piel, aunque sus fuentes artificiales como **lámpara solares** y **cámaras bronceadoras** también son peligrosas.

A nivel mundial, las áreas más afectadas por el cáncer de piel son **Sudáfrica** y **Australia**, debido a las altas cantidades de **radiación solar** que reciben dichas zonas.

La **prevención**, por tanto, deberá incluir el evitar exposiciones solares prolongadas y usar **cremas solares** con un filtro solar de factor 15 o 30 como mínimo. Aunque, por consejo profesional, es recomendable siempre usar la protección más alta.

A pesar de que el N° de casos de cáncer de piel aumente a partir de los 50 años, debemos **protegerlos** desde nuestra infancia, ya que los impactos solares son acumulativos (por .ej: personas que evitan radiación y se protegen de la luz solar pueden desarrollar cáncer de piel debido a que, de pequeños o jóvenes, estuvieron mucho tiempo expuestos bajo el sol sin protección alguna). Por tanto, siempre que sea posible hay que evitar la **exposición solar** en la franja horaria de 10 am-5pm (sobre todo en verano) y llevar puesta la indumentaria adecuada (sombreros, camisetas, manga larga, etc).





El **examen previo** a una consulta debe hacerse en casa, junto con otra persona que pueda ayudarle a detectar cambios en su piel o aparición de manchas o lunares en la espalda, nuca o cabeza.

Las personas que han sufrido y superado un cáncer de piel deberán examinarse toda la piel mediante visitas periódicas de por vida.

“Cumpla las Medidas de Prevención para gozar de un Verano Saludable”

Los Trabajadores de Salud que están a cargo de la Estrategia Sanitaria Regional de Daños no Transmisibles les desean

***Feliz Navidad y Un Feliz Año 2012.
María del Pilar Torres Lévano
Coordinadora De la ESRCPDNT***

Diciembre 2011