

¿CÚALES SON LOS SIGNOS QUE HACEN SOSPECHAR UN CÁNCER DE PIEL?

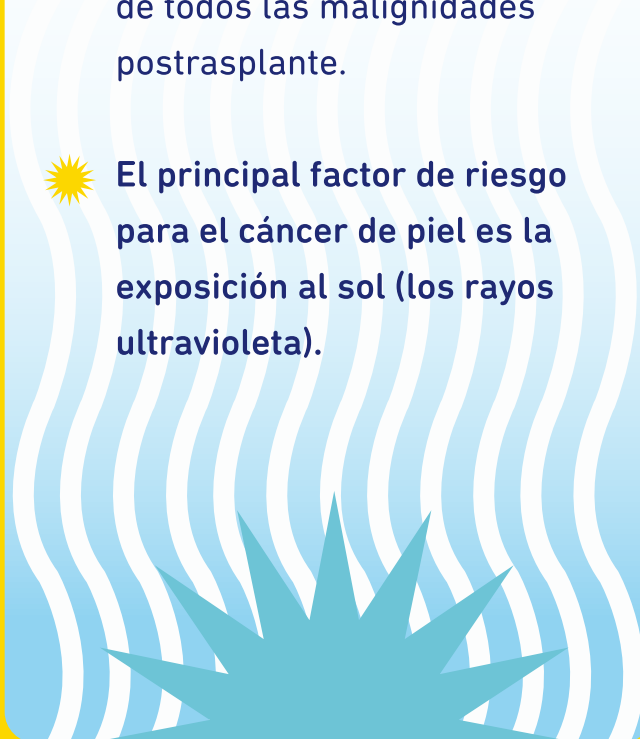
► Fijarse en manchas que:

- Han cambiado de tamaño, color y forma.
- Son diferentes del resto.
- Son asimétricas.
- Son ásperas al tacto.
- Tienen varios colores o superficie brillante.
- Parecen heridas pero no curan.
- Pican.
- Sangran.
- Crecen rápidamente.



LO QUE DEBEMOS SABER

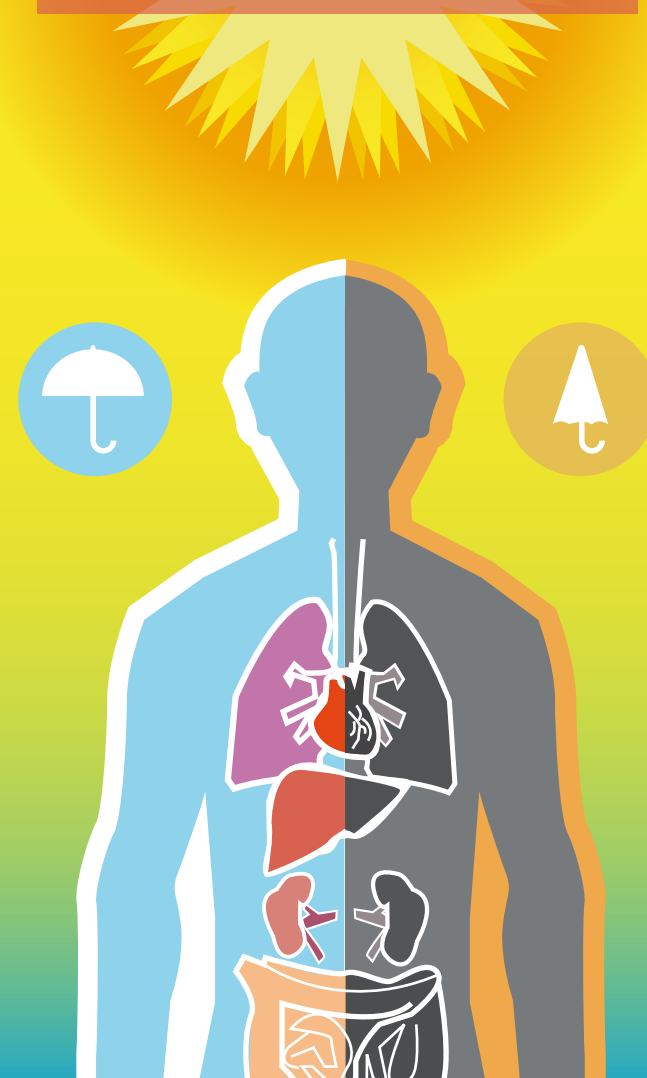
- ☀ El cáncer de piel es el tumor más común en la personas de tez clara y el más frecuente en trasplantados de órganos sólidos.
- ☀ Representan el 40-50% de todos las malignidades postrasplante.
- ☀ El principal factor de riesgo para el cáncer de piel es la exposición al sol (los rayos ultravioleta).



TU PIEL ES UNA

Conocela, protégela, chequeala.

PREVENGAMOS JUNTOS EL CÁNCER DE PIEL



Material elaborado para pacientes trasplantados.

10

Cómo prevenir el cáncer de piel consejos que no debo olvidar

1. Permanecer bajo la sombra de 11 a 15 hs.
2. Utilizar ropa que cubra la piel (prendas de manga larga, sombreros de ala ancha y gorras ayudan a protegerse).
3. Utilizar anteojos para sol.
4. Evitar el uso de camas solares.
5. Evitar las quemaduras provocadas por la exposición al sol. Una protección solar adecuada durante los primeros 15 años de vida reduce el riesgo de cáncer de piel en un 70 por ciento. Por este motivo, es preciso extremar las medidas en niños y jóvenes.
6. Colocar protector solar durante todo el año, incluso en los días nublados, con un factor de protección solar (FPS) 50.
7. ¿Cómo aplicar el protector solar?
 - ▶ En todas las áreas expuestas al sol.
 - ▶ Aunque esté nublado.
 - ▶ Todo el año.
 - ▶ Renovar cada 3 horas, si se expone al agua o transpira.
 - ▶ Aplicar media hora antes de la exposición.
8. Explorar mensualmente toda la superficie del cuerpo, observando si hay nuevas lesiones o cambios en las que teníamos. Podemos ayudarnos con fotografías previas.
9. Consultar frente a una mancha nueva o que se haya modificado o si un familiar ha tenido cáncer de piel.
10. Realizar control con el dermatólogo cada 6 meses a 1 año.

Explorar mensualmente toda la piel.

Ante cualquier duda consulte a su dermatólogo.



Con los brazos levantados, de frente y de espaldas a un espejo y a los lados.



Los antebrazos, la parte superior e inferior de los brazos, las palmas de las manos.



La parte posterior de las piernas, los espacios entre los dedos de los pies, los genitales.



Detrás del cuello y el cuero cabelludo, con un espejo de mano.



La parte inferior de la espalda y los glúteos.