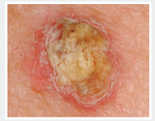
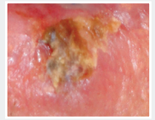
Carcinoma Basocelular

Este es el tipo de cáncer de piel es el más común, pero también el menos peligroso. Normalmente se presenta como un bulto elevado del color de la piel con un borde brillante parecido a una perla, una herida que no cicatriza o un bulto ligeramente costroso que crece lentamente con el tiempo. Si no se trata, puede ulcerarse e invadir tejidos más profundos.

Carcinoma de Células Escamosas

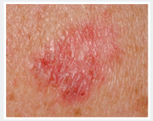
Es el segundo tipo de cáncer de piel más común. Se presenta a menudo en áreas que han estado expuestas al sol, como la cabeza, el cuello, las manos y los brazos. Aparece como un bulto rojizo, escamoso, o costroso, que puede ser sensible al tacto. Puede crecer rápidamente y volverse ulcerado y supurante. Puede propagarse rápidamente, especialmente si está en los labios, orejas, dedos de manos y pies, o en pacientes inmunodeprimidos. El tratamiento quirúrgico para eliminar las lesiones es esencial.

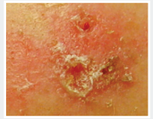




Queratosis Actínica

Este tipo de cáncer de piel se presenta mayormente en personas de edad avanzada y de mediana edad, especialmente en partes del cuerpo que reciben mayor exposición solar, incluyendo la cara, el cuello, las orejas, la parte posterior de las manos y el cuero cabelludo. Se manifiesta en forma de parches cutáneos rojizos o marrones, con textura escamosa y rugosa. Existe una posibilidad de que estas lesiones sean precancerosas, y en un 10 a 15% de los casos, pueden evolucionar a carcinomas de células escamosas. Por ello, es crucial tratarlas para evitar su avance.





FUNDACIÓN AEDV PIEL SANA
ACADEMIA ESPAÑOLA DE DERMATOLOGÍA Y VENEREOLOGÍA

CAMPAÑA PROMOVIDA POR LA FUNDACIÓN PIEL SANA DE LA AEDV

La Fundación Piel Sana es una organización sin ánimo de lucro impulsada por la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV), que es la sociedad científica a la que pertenecen más de 3.000 dermatólogos de nuestro país.

La Fundación realiza y apoya acciones que promueven mejoras en la salud de la piel de la población. Desde el año 2000, esta Fundación está colaborando en la Campaña Euromelanoma para concienciar sobre la importancia de protegerse frente al exceso de sol y detectar precozmente el cáncer de piel.

Dentro de esta destacada iniciativa, una de las acciones principales es la ya consolidada campaña de exploraciones dirigida a la población, que un año más se realizará bajo el nombre de "El mes de la exploración". Desde el 3 hasta el 30 de junio, los dermatólogos de la Fundación Piel Sana de la AEDV brindarán atención altruista a pacientes para verificar el estado de su piel. En esta edición, cabe destacar como novedad que estas exploraciones podrán realizarse tanto de forma presencial como telemática, lo cual amplía el alcance y la accesibilidad de la campaña.

Para participar en estas evaluaciones dirigidas a la población en general, se requerirá completar un cuestionario previo para determinar la presencia de factores de riesgo de cáncer de piel. En caso afirmativo, los interesados podrán solicitar su cita previa de manera online a través del sitio web oficial de Euromelanoma.

Patrocinadores

almirall · Avène · Bristol Myers Squibb · cantabria labs · Eucerin · GALDERMA · ISDIN · LA ROCHE-POSAY · mesoestetic Pharma Group

Colaboradores

AEF · asociación española contra el cáncer · CODEM · COFM · Farmacéuticos · Fundación Sandra Ibarra · Andalucía · más que ideas · Universidad de Granada · Melanoma España · SEMG · SEMERGEN · todos contra el cáncer

VIVE Y APRENDE

Si te has enfrentado al cáncer de piel, mantente atento a cualquier cambio que notes.

APRENDE A VIVIR

Da el primer paso hacia el bienestar, cuida tu cuerpo y mente con hábitos saludables.

EURO MELANOMA

www.euromelanoma.eu

Con el apoyo de

FUNDACIÓN AEDV PIEL SANA · ACADEMIA ESPAÑOLA DE DERMATOLOGÍA Y VENEREOLOGÍA · EADO European Association of Dermato Oncology

Identificar el cáncer de piel

Qué buscar

Revisa tu piel una vez al mes en busca de manchas que:

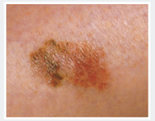
- → **Se vean diferentes del resto** (el signo del 'Patito Feo') !
- → **Cambien de tamaño, color y/o forma**
- → **Sean asimétricas o tengan bordes irregulares**
- → **Tengan un tacto áspero o escamoso** (a veces puedes sentir lesiones antes de poder verlas)
- → **Sean multicolores**
- → **Provoquen picazón**
- → **Estén sangrando o supurando**
- → **Tengan aspecto perlado**
- → **Parezcan una herida, pero no cicatricen**

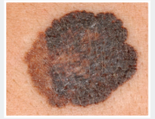
Si ves dos o más de estos signos de advertencia, no lo demores. Visita a tu médico inmediatamente.

4 tipos principales de lesiones cutáneas sospechosas

Melanoma

Esta es la forma menos común de cáncer de piel, pero también la más peligrosa. Puede afectar a personas de cualquier edad, a diferencia de otros tipos que son más comunes entre las personas mayores. Manifiesta su presencia a través de una mancha que se pigmenta oscuramente o desarrolla bordes irregulares o diferentes colores con el tiempo, o como un bulto rosa o rojo de crecimiento rápido. Puede propagarse internamente, por lo que se requiere tratamiento inmediato.





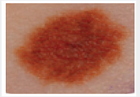
Signos del Melanoma

Debido a que el melanoma es particularmente grave, deberías estar familiarizado con los signos a los que prestar atención.

El ABCDE del melanoma puede ayudarte a detectarlo temprano:

A ¿El lunar es Asimétrico?

Benign

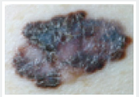


Malignant

B ¿Tiene Bordes indistintos o irregulares?

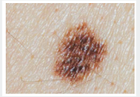
Benign

Malignant

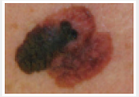


C ¿Cambia de Color o tiene más de un Color?

Benign

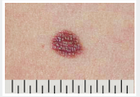


Malignant

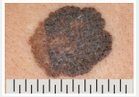


D ¿Tiene más de 6 mm de diámetro?

Benign

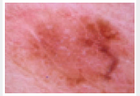


Malignant

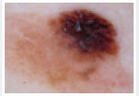


E ¿Hay una evolución en el crecimiento?

Before



After



Mantente alerta

Presta atención a las manchas o marcas en tu piel que parezcan diferentes al resto (el signo del 'Patito Feo').

Los chequeos regulares de la piel y atender cualquier cambio temprano aumentará la posibilidad de un tratamiento exitoso si tu cáncer volviera a aparecer.

Cómo y dónde mirar

Revisa tu piel una vez al mes en busca de cualquier cambio o manchas de aspecto sospechoso.

Tu revisión debe cubrir todo tu cuerpo, de frente y de espalda, con especial énfasis en las áreas expuestas al sol. Pónte frente a un espejo de cuerpo entero con un espejo de mano para esas zonas de difícil acceso.

1. Revisa tu cara, incluida la nariz, los labios, la boca y encima y detrás de las orejas.

2. Revisa tu cuero cabelludo, usando un peine para dividir tu cabello. Si no tienes mucho pelo, revisa muy a fondo todo tu cuero cabelludo.

3. Revisa el frente y el dorso de tus manos y entre tus dedos.

4. Luego concéntrate en tu cuello, pecho y parte superior del cuerpo. Si eres mujer, asegúrate de revisar entre y debajo de tus senos.

5. Dobla el codo para revisar la parte superior del brazo y la axila.

6. Utiliza tu espejo de mano para revisar la parte posterior de tu cuello y tu espalda, arriba y abajo.

7. Revisa tus nalgas y la parte posterior de tus piernas. Termina revisando las plantas de los pies y entre los dedos.

Toma medidas saludables...

Consejos prácticos para ayudar en tu recuperación física y emocional:

Cuida tu piel

Evita la exposición prolongada al sol, especialmente entre las 11 a.m. y las 3 p.m. Cúbrete y usa protector solar de alto factor con protección UVA y UVB. Algunos medicamentos pueden causar sensibilidad adicional al sol, así que habla con tu médico para obtener consejos. **Revisa tu piel regularmente en busca de signos de cambio.**

Cuida tu cuerpo

Asegúrate de asistir a todas las citas con tu equipo de atención médica, para monitorear tu progreso y minimizar el riesgo, en caso de que tu cáncer regrese. También puedes apoyar tu recuperación general comiendo una dieta bien equilibrada y estableciendo pequeños objetivos de ejercicio, con orientación de tu médico.

Cuida tu mente

Asistir a tus citas de seguimiento puede ayudarte a sentirte más en control de tu recuperación. También podrías encontrar útil visitar un grupo de apoyo local, junto con actividades como escribir un diario, socializar y hacer cosas que disfrutes. El proceso de cada persona es diferente, así que avanza a tu propio ritmo.

Su atención y apoyo

Dependiendo de tu situación, tu cuidado post-tratamiento podría incluir citas de seguimiento, pruebas o discusiones sobre cómo mantenerte saludable y fortalecer tu cuerpo.

Tu equipo de cuidado está ahí para apoyarte, así que no temas hacer preguntas o buscar consejos cuando lo necesites.

Preguntas para hacer a tu equipo de cuidados

Tener una buena red de apoyo es otra parte esencial de tu viaje post-tratamiento y podría incluir amigos, familia, o un grupo de apoyo.

Contar con las personas adecuadas te ayudará a mantenerte en el camino correcto tanto en tu recuperación física como emocional.

Consejos para hablar con seres queridos

Para más consejos, visita nuestra página web: **www.euromelanoma.eu/vida-después-del-cáncer-de-piel**