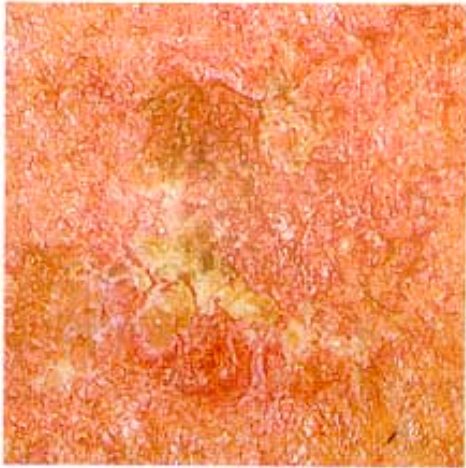


Canceres en la Piel

Un tema importante para el verano es el órgano más grande de su cuerpo el cual también tiene la memoria más larga, su PIEL. Es el tipo de cáncer más común.

¿Qué tan malo es el problema? Uno de cada cinco americanos desarrollan algún tipo de cáncer; aproximadamente 1 millón de nuevos casos al año. El riesgo de desarrollar la forma más peligrosa, melanoma, es uno en 33 y es el sexto cáncer más común en hombres y mujeres.



Actinic keratosis

Queretosis Actínica (AK's): QA afecta a aproximadamente 10 millones de personas anualmente y son lesiones precancerosas en la piel. Si no son tratadas, pueden progresar y convertirse en formas más serias de cáncer, carcinomas de células escamosas. QA son manchas gruesas blancas o amarillentas escamosas en la piel de 1/4 a 1 pulgada. Se encuentran más comúnmente en la cara, labios, reverso de las manos, interior de los brazos o arriba de una cabeza calva de las personas de piel blanca. El tratamiento consiste en la remoción por medio de congelamiento (cryotherapy) cirugía láser, dermabrasión química o lociones de quimioterapia.



Carcinoma de Células Basales: Estas se originan de la capa interior o basal de la piel y son la forma de cáncer más común, siendo el 80% de los casos. Tienen diferentes apariencias. La más clásica (se muestra aquí) es un crecimiento duro que tiene bordes perlosos protuberantes con un centro que puede ser pigmentado o que tiene vasos sanguíneos. También puede ser una llaga que no sana, una mancha plana rojiza o un área dura blanca y amarillenta que parece una cicatriz. Crecen lentamente y alcanzan hasta 1/2 pulgada y aparecen en la cabeza, cuello, manos y ocasionalmente los tipos planos se encuentran en el tronco. Raramente se presenta la metástasis.





Carcinomas de Células Escamosas: Estos se originan en la capa superior (escamosas) de la piel y son el 16% de todos los tipos de cánceres de la piel. A igual que los otros, aparecen en partes del cuerpo expuestas al sol pero también pueden encontrarse en la boca, labios o genitales. Estos también pueden ser crecimientos que no sanan o úlceras, se ven como mezquino o plaga, o aparecen como manchas o abultamientos rojos con escamas. Si se dejan sin tratar, pueden ser metastásicas y ser fatales. La buena noticia es que si se tratan a tiempo y se retiran quirúrgicamente, el porcentaje de cura es de 95%.

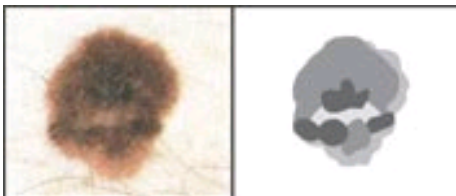
Melanomas: Este es el tipo de cáncer de piel más peligroso y uno que usted debe ser capaz de detectar a tiempo, porque si se deja sin tratar, se disemina y puede ser fatal. Una manera fácil de recordar como se ve es preguntarse las siguientes preguntas:



Asimetría: ¿Es asimétrico? Si pudiera doblar la forma a la mitad, los dos lados no coincidirían uno con otro. El melanoma no tiene forma simétrica.



Bordes Irregulares: ¿El borde es irregular? Si la orilla exterior de la lesión es irregular, borrosa o desigual, puede ser melanoma.



Color: ¿Tiene más de un color? La mayoría de las verrugas tienen color uniforme. No el melanoma. El melanoma tiene más de un color yendo de claro a oscuro hasta un tono rojizo.



Diámetro: ¿El diámetro está cambiando de tamaño? Es más grande que un borrador de un lápiz? Las verrugas se mantienen del mismo tamaño, no el melanoma.

Prevención: Consiste en evitar los dos rayos ultravioletas (UV) mayores que penetran nuestra capa de ozono que pueden penetrar profundamente en la piel (UVA) y que causa las quemaduras del sol (UVB). Seleccione una loción bloqueadora de sol con por lo menos un SPF de 15 que consista de avobenzona (previene quemaduras) con oxibenzona la cual provee más estabilidad y bloquea más profundamente la penetración UVA. Así como dicen los expertos en el sol en Australia, pótela DIARIAMENTE, la cantidad debe ser igual a una onza. Además de la loción bloqueadora hay otras 7 reglas recomendadas por la Academia Americana de Dermatología:

1. Use camisas de manga larga, pantalones, un sombrero de ala ancha y anteojos oscuros, los últimos para prevenir la degeneración macular.
2. Si es posible busque la sombra durante las horas de sol más fuerte (10 a.m. a 4 p.m.)
3. Evite el bronceado deliberado.
4. Incluya vitamina D de su dieta.
5. Use precaución alrededor del agua, sol y arena los cuales reflejan los peligrosos rayos UV del sol.
6. Proteja a sus niños con loción bloqueadora.
7. Cada cumpleaños, revise si tiene lesiones sospechosas.

"NURSE MURF"

PACIFIC NORTHWEST AGRICULTURAL SAFETY AND HEALTH CENTER
(800) 330-0827, PNASH@UW.EDU