

# **El cáncer de piel es uno de los más comunes en Uruguay y a nivel mundial.**

El melanoma es el subtipo menos frecuente pero el más agresivo.

## **¿Por qué nos preocupa?**

La cantidad de casos de cáncer de piel en nuestro país va en aumento y afecta a personas de todas las edades, incluso a adolescentes y adultos jóvenes.

## **¿Qué medidas podemos tomar?**

PREVENIR – VER - CURAR



Ministerio  
**de Salud  
Pública**

Programa Nacional  
**de Control del Cáncer**

Área Programática  
**de Salud y Adolescencia  
y Juventud**

Ministerio  
**de Desarrollo  
Social**

Instituto Nacional  
**de la Juventud**



## EL CÁNCER DE PIEL SE PUEDE PREVENIR.

SE PUEDE IDENTIFICAR AL REVISAR TU PIEL Y – SI SE DETECTA A TIEMPO – SE PUEDE CURAR.

### PREVENIR

El principal factor de riesgo para el cáncer de piel es la exposición a la radiación ultravioleta (rayos UV) proveniente: del sol, sin protección ni cuidados y de otras fuentes, como las camas solares.

**Protegete contra el daño solar por rayos UV: este daño es acumulativo. La piel tiene memoria. No existe un bronceado seguro, ya que el bronceado es el daño de la piel causado por el sol.**

Al exponerte al sol, durante todo el año y con mayor cuidado en verano, tené en cuenta:

**Disfrutá a la sombra, evitando el sol directo entre las 10 y 16 horas** (ya que recibimos mayores radiaciones en ese horario).

**Protegete** con sombrero o gorro; ropa oscura de colores como negro, azul y rojo (que rechazan los rayos UV) preferentemente de manga larga y lentes de sol con filtro UV certificado.

**Ponete protector solar de factor 30 FPS o más,** usalo sobre la piel seca 30 minutos antes de exponerte al sol. Debés reponerlo cada 2-3 horas, al salir del agua, después de realizar deportes al aire libre o sudar.

**Asegurate** - antes de comenzar a disfrutar del aire libre - que tu familia y amigos estén protegidos del sol.

**Cuidá a los niños,** nunca expongas directamente al sol a los menores de un año.

**Cuidate los días nublados y ventosos.** La radiación UV traspasa las nubes y el agua, y nos afecta durante todo el año.

**Evitá** las camas solares. Los autobronceantes están permitidos.

### VER

Revisá tu piel. Solo necesitás espejo y buena luz para detectar un lunar sospechoso. Es importante examinar toda la piel: no te olvides de palmas, plantas, orejas y cuero cabelludo.

**¿A qué debo prestar atención? Acordate de la regla del ABCDE**

<b>Asimetría</b>	¿mi lunar es asimétrico? (forma rara no uniforme)	
<b>Borde</b>	¿tiene bordes irregulares? (bordes cambiantes, mal definidos)	
<b>Color</b>	¿tiene varios colores?	
<b>Diámetro</b>	¿mide más de 6 mm?	
<b>Evolución</b>	¿cambió su apariencia en el tiempo? ¿te resulta raro? ¿pica, sangra, no cicatriza o presenta costra?	



Si alguna de estas preguntas es SI no dudes en consultar a un especialista en dermatología.



## CURAR

Si lo encontramos a tiempo, en una etapa precoz, el cáncer de piel se opera y se puede curar.

En caso de encontrar una nueva lesión en la piel o que una ya existente cambie en tamaño, forma, color o volumen, es importante consultar al especialista en dermatología.

Si tenés muchos lunares, antecedentes familiares o personales de cáncer de piel, consultá periódicamente a tu dermatóloga/o.

Si bien las personas de piel más clara -que quedan rojas al exponerse al sol- tienen mayor riesgo de cáncer de piel, cualquier persona puede desarrollarlo.



Cáncer de piel  
no melanoma



Melanoma



### Dirección

Avda. 18 de Julio 1892.  
Montevideo, Uruguay.

Teléfono  
1934



[msp.gub.uy](http://msp.gub.uy)

