

lunares?

El lema de **MOLECHECK** es de mantenerse **SANA** al sol.

S-Sombra. Permanecer a la sombra entre las 11.00h y las 16.00h

A- Artificial. Si quiere un bonito bronceado, que sea artificial

N-Niños. Tener un cuidado especial con los bebés y los niños

A- Alejarse...de los rayos dañinos del sol. Cubrirse adecuadamente con sombrero, ropa y crema protectora (preferentemente de FPS 30, aunque de un mínimo de FPS 15)

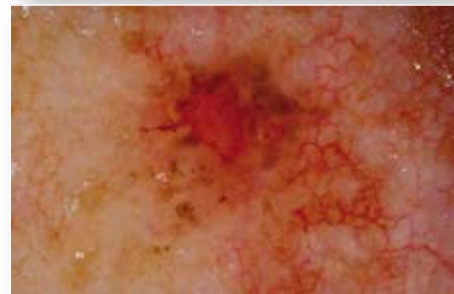
DIAGNÓSTICO PRECOZ

Como la mayoría de las personas ya tiene la piel algo dañada por el sol, es importante que cada una conozca bien su propia piel, la forma de los lunares y donde están ubicados. Solamente la mitad de los melanomas que se produzcan procede de un lunar ya existente, por lo tanto es importante poder reconocer también los nuevos lunares. Desde **MOLECHECK** se le recomienda:

- Realizar una revisión minuciosa de su piel cada tres meses. No se hace con más frecuencia porque si mirase cada semana, por ejemplo, no se perciben los cambios sutiles que se produzcan. Al inspeccionar los lunares, y para los que no llegue a ver, se lo pide a su pareja o amiga, debe prestar atención a cualquier cambio en **el tamaño - o la forma - o el color**
- Someterse periódicamente a un reconocimiento dermoscópico de los lunares. Generalmente una vez al año, salvo que corra un riesgo especial de desarrollar melanoma. En su primera visita a **MOLECHECK** le comunicarán la frecuencia recomendada.

CÁNCER DE LA PIEL NO-MELANOMA

Es el tipo más común de cáncer de la piel, y ocurre en 9 de cada 10 casos, afectando a más de 60.000 personas en el Reino Unido cada año. Afortunadamente se puede tratar con facilidad. Estos cánceres ocurren más típicamente en personas mayores y suelen afectar las zonas de la piel con mayor exposición al sol, tales como la cabeza, el cuello y las manos.



Existen 2 categorías principales de cáncer de la piel no-melanoma:

- Carcinoma basocelular es el tipo más común de cáncer de la piel, que suele manifestarse como un pequeño abultamiento de color rojizo y que a veces se convierte en una úlcera abierta.
- Carcinoma de Células Escamosas es la otra forma de cáncer de la piel no-melanoma. Se considera más grave que el de células basales porque puede extenderse a otras zonas del cuerpo si se deja sin tratar. Suele manifestarse como un abultamiento o una llaga roja y escamosa con tendencia a sangrar con facilidad.

DIAGNÓSTICO PRECOZ DEL MELANOMA NO MALIGNO.

Los signos de aviso de este tipo de cáncer son:

- un nuevo abultamiento o llaga que no se haya curado en cuatro semanas.
- un grano o llaga que no deja de picar, doler, formar costra o sangrar.
- úlceras persistentes en la piel que no sean el resultado de otras causas.

Por Damien Moore

Enfermero - Fisioterapeuta
d.moore@transform-magazine.com