

PERLAS DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL- PARA PACIENTES

QUE ES LA PREVENCIÓN EN GENERAL

La prevención del cáncer consiste en las medidas que se toman para reducir la probabilidad de enfermarse de cáncer, reduciendo el número de casos nuevos y así el número de muertes por cáncer. Las siguientes son las diferentes formas de prevenir el cáncer que están en estudio: Cambiar el estilo de vida o los hábitos de alimentación; evitar las cosas que se sabe causan cáncer y tomar medicamentos para tratar una afección precancerosa o para evitar que comience el cáncer.

INFORMACIÓN GENERAL SOBRE EL CÁNCER DE PIEL. PUNTOS IMPORTANTES.

- **Es una enfermedad por la que se forman células malignas en los tejidos de la piel:** La piel es el órgano más grande del cuerpo y protege del calor, la luz solar, las lesiones y las infecciones. La piel también ayuda a controlar la temperatura del cuerpo y almacena agua, grasa y vitamina D.
 - La piel tiene varias capas, pero las dos capas principales son la epidermis (capa superior o exterior) y la dermis (capa inferior o interna). La **EPIDERMIS** se compone de tres clases de células: las escamosas que son células delgadas y planas que forman la mayor parte de la epidermis; las células basales son células redondas que están por debajo de las escamosas, y los melanocitos, que se encuentran en toda la parte inferior de la epidermis y producen melanina, el pigmento que le da el color natural a la piel. Cuando la piel se expone al sol, los melanocitos producen más pigmentos, lo que hace que la piel se broncee o se vuelva más oscura. La **DERMIS**, contiene sangre y vasos linfáticos, folículos pilosos y glándulas.
- **Hay varios tipos de cáncer de piel:** Los más comunes son: el Carcinoma de células escamosas y el Carcinoma de células basales, que también se llaman cánceres de piel no Melanoma. El Melanoma, que se forma en los melanocitos es un tipo menos común de cáncer de piel que crece y se disemina rápido. Se presenta en cualquier lugar del cuerpo, pero es más común en las áreas expuestas a la luz solar, como la cara, el cuello, las manos y los brazos.
- **El cáncer de piel es el cáncer más común en los EEUU:** El carcinoma de células basales, y el de células escamosas son los tipos más comunes de cáncer de piel en los EEUU. El número de casos nuevos de cáncer de piel no melanoma parece estar en aumento cada año. Estos cánceres de piel no melanoma habitualmente se curan. El número de casos nuevos de cáncer de piel melanoma ha estado en aumento durante por lo menos 40 años. Es más probable que el Melanoma se disemine hasta los tejidos cercanos y otras partes del cuerpo, y pueda ser más difícil de curar. Si el cáncer de piel melanoma se encuentra y se trata temprano, esto puede ayudar a prevenir la muerte por melanoma

PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PIEL. PUNTOS IMPORTANTES :

- **Evitar Los Factores De Riesgo Y Aumentar Los Factores De Protección Pueden Ayudar A Prevenirlo.** Factores de riesgo como fumar, tener sobrepeso y no hacer suficientes ejercicio quizá ayude a prevenir ciertos tipos de cáncer. Es posible que aumentar los factores de protección, como dejar de fumar y hacer ejercicio, también ayude a prevenir algunos tipos de cáncer.
 - La exposición a la radiación ultravioleta es un factor de riesgo de cáncer de piel. La sensibilidad de la piel a este tipo de radiación son factores de riesgo. La radiación ultravioleta es el nombre de los rayos invisibles que forman parte de la energía que emite el sol. Las lámparas solares y las cámaras de bronceado también emiten radiación Ultravioleta.
 - **Los factores de riesgo para los cánceres No Melanoma y Melanoma, no son los mismos.**
 - Factores de riesgo para el cáncer de piel No Melanoma:
 - Exponerse a la luz solar natural o artificial (camillas de bronceado) por mucho tiempo.
 - Tener tez clara, ejemplos: piel clara en la que salen pecas y se quema con facilidad, que no se broncea o se broncea mal; Ojos azules, verdes, o claros; Cabello rojo o rubio.
 - Presentar queratosis actínica
 - Haber recibido tratamiento con radiación
 - Tener debilitado el sistema inmunitario
 - Estar expuesto al Arsénico.
 - **Factores de riesgo para el cáncer de piel Melanoma:**
 - Tener tez clara, ejemplos: piel clara en la que salen pecas y se quema con facilidad, que no se broncea o se broncea mal; Ojos azules, verdes, o claros; Cabello rojo o rubio.
 - Exponerse a la luz solar natural o artificial (camillas de bronceado) por mucho tiempo.
 - Tener antecedentes de muchas ampollas por quemaduras de sol, en especial durante la infancia o la adolescencia.
 - Tener varios lunares grandes o muchos lunares pequeños.
 - Tener antecedentes familiares de lunares anormales (síndrome de nevo atípico)
 - Tener antecedentes personales o familiares de Melanoma.
 - Ser blanco: aunque el cáncer de piel se presenta en personas de todos los tipos de piel.

- **No Se Sabe Si Lo Siguiete Disminuye El Riesgo De Cáncer De Piel No Melanoma:**

- Usar protector solar o filtros solares, ropa protectora cuando se está al aire libre y evitar la exposición al sol: No se han hecho suficientes estudios para comprobarlo. El protector solar ayuda a disminuir la cantidad de radiación UV que llega a la piel. Sin embargo, los expertos aconsejan lo siguiente: 1. Usar protector solar contra la radiación UV. 2. No estar al sol durante períodos prolongados, especialmente cuando éste está en su punto más fuerte. 3. Usar camisas de manga larga, pantalones largos, sombreros para el sol y anteojos de sol cuando se está al aire libre.
- Sustancias quimiopreventivas : Se han estudiado medicamentos, vitaminas, y otras sustancias para determinar si disminuyen el riesgo de cáncer de piel no melanoma.
 - + Betacaroteno: tomado en pastillas como suplemento nutricional, no ha mostrado que prevenga la aparición , ni la reaparición del cáncer de piel no melanoma.
 - + Isotretinoína: Se ha observado que las dosis altas previenen cánceres de piel nuevos en pacientes con Xeroderma pigmentoso. Pero, no se ha demostrado que prevenga que los cánceres de piel no melanoma vuelvan en pacientes tratados previamente por estos tipos de cáncer: El tratamiento con Isotretinoína puede causar efectos secundarios graves.
 - + Selenio: tomado en tabletas de levadura de cerveza, no disminuye el riesgo de carcinoma de células basales y que quizás aumente el riesgo de Carcinoma de células escamosas.
 - + Celecoxib: En pacientes con queratosis actínica y antecedentes de cáncer de piel no melanoma, se encontró que aquellos que lo tomaron, tuvieron tasas ligeramente más bajas de cánceres de piel no melanoma recidivantes. Puede tener efectos secundarios graves en el corazón y los vasos sanguíneos.
 - + Alfadifluorometilornitina (DFMO): Los pacientes con antecedentes de cáncer de piel no melanoma, se observó que aquellos que tomaron DFMO, tuvieron tasas más bajas de cánceres de piel no melanoma que volvieron que aquellos que tomaron un placebo. La DFMO puede causar pérdidas de audición, temporal, por lo general.
 - + Nicotinamida (Vitamina B3): En algunos estudios se encontró que ayuda a prevenir la formación de lesiones nuevas de queratosis actínica en personas que presentaron cuatro ó menos lesiones actínicas antes de consumir la Nicotinamida. Se necesitan más estudios para determinar si la nicotinamida previene la formación o reaparición del cáncer no melanoma.

- **No Se Sabe Si Lo Siguiete Disminuye El Riesgo De Melanoma:**

- Protector solar: No se ha comprobado que su uso, para prevenir las quemaduras de sol proteja contra el melanoma producido por la radiación UV. Es posible que otros factores de riesgo, como tener una piel que se quema con facilidad, tener una gran cantidad de lunares benignos o tener nevos atípicos también desempeñen una función en la formación de un Melanoma.
- Orientación y protección de la piel del sol: no se sabe si estas personas que reciben una orientación cambian su comportamiento para protegerse la piel del sol.
- Los ensayos clínicos de prevención sirven para estudiar formas de prevenir el cáncer.

Nuevas formas de prevenir el cáncer de piel están en estudio en ensayos clínicos.

Sinopsis elaborada en el Depto de Certificación Hospitalaria y Protocolos-CSS-Panama. Referencia: NIH National Cancer Institute. <https://www.cancer.gov/espanol/tipos/piel/paciente/prevencion-piel-pdq>. Mayo 7/2021.

