



Píndola de Salut: Té factors de risc de melanoma?

El melanoma és un dels càncers que més ha augmentat als països desenvolupats durant els darrers anys. Un increment anual del 7% en el seu diagnòstic ens fa pensar en la necessitat de seguir els consells dels dermatòlegs, que cada estiu ens recorden la importància de protegir-nos adequadament del sol.



[1]

El melanoma és un dels càncers que més ha augmentat als països desenvolupats durant els

darrers anys. Un increment anual del 7% en el seu diagnòstic ens fa pensar en la necessitat de seguir els consells dels dermatòlegs, que cada estiu ens recorden la importància de protegir-nos adequadament del sol. Les persones amb antecedents familiars, cal que es facin, a més, revisions periòdiques.

El melanoma afecta amb més força la població jove o de mitjana edat. No obstant la seva agressivitat, **es pot curar fins el 90% dels casos si es realitza un diagnòstic precoç**. Per això, són fonamentals les revisions periòdiques de les pigues i la consulta a un especialista davant de qualsevol canvi que cridi l'atenció en una piga ja existent o l'aparició d'una de nova que no deixa de créixer. Tecnologies òptiques de recent introducció ajuden el dermatòleg en aquesta tasca preventiva i de diagnòstic precoç tan important.

L'ABC del càncer de pell

- El 90% dels casos de càncer de pell es deuen a l'exposició al sol, per això és vital protegir-se bé i incloure la visita anual al dermatòleg.
- S'han d'observar les pigues que tenim al cos i tenir en compte l'ABCDE: Asimetria, contorn (Borde) irregular, canvi de tonalitat de Color, Diàmetre superior a 6mm i Evolució pel que fa a l'augment de la mida, canvi de coloració o picor.
- El 75% dels melanomes apareixen sobre la pell sana i només el 25% ho fan sobre una piga prèvia, per això s'ha d'estar molt atent a les que apareixen noves.
- Un terç dels espanyols pertany als fototips 1 i 2, els més perillosos dels 6 fototips (l'1 correspon als albins i el 6 a les persones de raça negra).

Tot i que ara som més conscients que fa una dècada dels perills del sol, no s'ha de baixar la guàrdia i s'han d'evitar les cremades solars protegint-se amb cremes, samarretes, gorres i ulleres, amb especial èmfasi en la població infantil. En aquesta etapa de la vida la pell memoritza més les agressions a que ha estat sotmesa.

Enllaços:

[1] http://www.mgc.es/sites/default/files/1406_consell_ca_760.gif