

## Hospital Puerto Montt recomienda método ABCDE para identificar posibles melanomas: asimetría, bordes irregulares, varios colores, diámetro mayor a 6 milímetros y evolución del lunar

**J**essika Scholer, dueña de casa de 56 años y oriunda de Frutillar, desde joven había notado un lunar en su pie que, lamentablemente, había ido creciendo con el tiempo, afectando su calidad de vida al punto de dificultarle el uso de calzado.

“Siempre he tenido este lunar, pero chiquito. Fue creciendo de a poco, todos los años crecía un poquito más. Decidí consultar porque cambió de color, se inflamó y me empezó a molestar. No me dolía, sino que molestaba con el roce del zapato. Me preocupé porque me empezó a afectar mi calidad de vida”, indicó la paciente quien fue derivada desde Frutillar hasta el Hospital Puerto Montt para ser atendida por la especialidad de Dermatología bajo la sospecha diagnóstica de melanoma.

El melanoma es un tipo de cáncer a la piel originado en los melanocitos, es decir, las células que dan el color de la piel, provocando que crezcan de forma anormal, pudiendo propagarse a otras partes del cuerpo si no se detectan a tiempo.

Reconocer las señales de alerta es crucial para un diagnóstico y tratamiento oportunos.

El médico jefe de la Unidad Clínica de Dermatología e ITS del Hospital Puerto Montt, Dr. Camilo Rojas Erazo, explicó el método ABCDE para identificar posibles melanomas: asimetría, bordes irregulares, varios colores, diámetro mayor a 6 milímetros y evolución del lunar.

### Método A-B-C-D-E

El lunar que ella presentaba en el pie cumplía una o más de estas señales de alerta antes mencionada, por lo que su consulta al Hospital de Frutillar activó inmediatamente la coordinación para su pronta atención en el Hospital Puerto Montt. Lo anterior, se logra mediante el uso en la Atención Primaria de Salud de la estrategia de Tele-Dermatología de Hospital Digital, que agiliza por medio del uso de fotografías la evaluación de lesiones cutáneas, siendo un apoyo para los médicos de toda la red.



**Procedimiento Melanoma.**

“De esa forma se recibe una retroalimentación para decidir la prioridad de la evaluación y pesquisar rápidamente lesiones sospechosas. Si es muy evidente que es algo malo, tomamos todas las medidas necesarias para que el paciente llegue lo antes posible acá”, explicó el Dr. Rojas.

El tratamiento de elección para el melanoma es quirúrgico, aunque su eficacia está estrechamente relacionada a una detección precoz, requiriendo intervenciones más complejas cuando este se diagnostica en una etapa avanzada. El Dr. Rojas enfatizó la importancia de la educación y la concientización en materia de prevención, instando a la población a realizar una autoevaluación regular de su piel y a prestar especial atención a cualquier modificación en sus lunares.

“Pararse frente al espejo, revisarse las palmas de las manos, las plantas de los pies, la espalda. Hay zonas que en el día a día no nos miramos, por lo tanto, es muy importante que aprendamos a reconocer nuestros lunares. Uno de cada cuatro melanomas puede aparecer de un lunar que uno tenía toda la vida y que cambió en el último tiempo, de ahí la importancia de no estar pendiente sólo de un lunar nuevo, sino que también notar los cambios en lunares ya existentes”, aseguró.

En la Región de Los Lagos, donde la

exposición solar es frecuente debido a su ubicación geográfica, adquiere una relevancia vital la adopción de medidas de protección solar, tales como el uso de sombreros de ala ancha, lentes de sol con protección UV, prendas de vestir que cubran la piel de manera adecuada y evitar la exposición directa al sol durante las horas de mayor intensidad lumínica. Asimismo, el uso regular de protector solar con un factor de protección adecuado se recomienda como una medida fundamental en la prevención de esta enfermedad cutánea.

La regla del ABCDE nos permite identificar posibles señales y síntomas de melanoma:

- A** **Asimetría:** si la mitad de tu lunar o marca de nacimiento no se corresponde con la otra mitad.
- B** **Bordes:** si son irregulares, desiguales, dentados o poco definidos.
- C** **Color:** si no es uniforme o incluye sombras color marrón o negro; o manchas rosadas, rojas, azules o blancas.
- D** **Diámetro:** si el lunar mide más de 6 mm (del tamaño de la goma en un lápiz grafito).
- E** **Evolución:** si el tamaño, forma o color están cambiando.

**¡Recuerda! Si identificas alguno de estos signos o síntomas, debes acudir al médico.**



**Equipo de la Unidad de Dermatología e ITS Hospital Puerto Montt.**