

La fundación Arturo López Pérez realizó campaña de prevención de este cáncer

Dermaoncólogo explica el fácil proceso ABCDE, que detecta melanomas

NOCOLÁS VILLAGRA

Jonathan Stevens, dermatólogo y experto en oncología cutánea, recomienda el uso de protector todos los días del año.

El pasado jueves 23 de mayo fue el día Internacional del Melanoma, que es un tipo de cáncer de piel asociado a la aparición de lunares o verrugas en el cuerpo y que puede ser muy riesgoso, pues este provoca metástasis, lo que implica que puede propagarse a otros órganos del cuerpo. En este contexto, la Fundación Arturo López Pérez realizó una jornada de prevención contra el cáncer de piel tipo melanoma en el Parque Metropolitano, en conjunto con el Instituto Nacional del Deporte y la marca Isdin.

Frente a estos casos y aumento de esta enfermedad, el doctor Jonathan Stevens, dermatólogo de la Universidad de Chile y pasante de la unidad de Melanomas en el Hospital Clínico de Barcelona, proporciona diferentes tips para prevenir y estar alerta a un posible caso de melanoma.

"En general hay hartas señales de alerta, sobre todo estar alerta a la aparición de lesiones de pigmento oscuro", indica el doctor Stevens. Para esto, nos explica el proceso conocido como "ABCDE", que se basa en estar atento en: A. La asimetría del lunar, "si uno divide el lunar o la lesión a la mitad, una es diferente a la otra". B El borde del mismo, "si el borde es irregular o mal definido puede tener riesgo", C. El color, en este punto el derma-



Sobre el chequeo preventivo, el dermatólogo indica que hasta los 30 años es normal que te salga un nuevo lunar, por lo que pasado esa edad, si aparece un nuevo lunar con características extrañas debe ser motivo de consulta.

tólogo indica que, en general, los lunares buenos son los que tienen un color homogéneo y de un color café, pero sólo un tono de café, "a diferencia de estos lunares de riesgo que tienen diferentes colores, zonas con colores más claros, otras donde está más oscuro, incluso negros, grises o rojos, lo que significa-

ría un signo de riesgo". D. El diámetro del lunar, "cuando una lesión es de más de 5 milímetros debe llamarnos la atención", y, finalmente E. La evolución del mismo lunar, "si un lunar va cambiando en el tiempo de forma o color", en este punto el médico indica que es importante conocer dónde y cómo son los luna-

res presentes en nuestro cuerpo. Respecto a las recomendaciones para prevenir este tipo de cáncer, la principal es no exponerse por mucho tiempo al sol, "esta radiación se va acumulando en la piel es lo que genera en un futuro los diferentes tipos de cáncer a la piel", asegura el experto.

Pero, además, el uso del protector solar los 365 días del año, esté nublado o no y que por lo menos sea de factor 30 y factor 50 en pacientes con piel más clara, para Stevens el uso de esto debe ser un hábito.

El uso de anteojos de sol y sombreros, sobre todo que nos cubran las orejas también deben ser medidas preventivas para adoptar en nuestro día a día. "Obviamente hay que hacer énfasis en que el uso de protección tiene que ser siempre. Ya que a pesar de que esté nublado y de la sensación de que hay menor sol, la radiación igual es capaz de atravesar las nubes y la niebla", comenta Stevens.

Sobre el chequeo preventivo, el dermatólogo indica que hasta los 30 años es normal que te salga un nuevo lunar, por lo que pasado esa edad, si aparece un nuevo lunar con características extrañas debe ser motivo de consulta. Además, para las personas que tienen varios lunares en su cuerpo, sean más de 50, se debería chequear al menos una vez al año, pues la presencia de muchos lunares ya es un factor de riesgo por sí mismo.