



cancer.org | 1.800.227.2345

Prevención y detección temprana del cáncer de piel

El [cáncer de piel](#)¹ es el tipo de cáncer más común en los Estados Unidos. De hecho, se diagnostican más casos de cáncer de piel en los EE.UU. cada año que todos los otros tipos de cáncer combinados. El número de casos de cáncer de piel ha estado aumentando durante las últimas décadas.

La mayoría de los casos de cáncer de piel son causados por una exposición excesiva a los rayos ultravioletas (UV). La mayor parte de esta exposición proviene del sol, pero una parte puede que provenga de fuentes artificiales, como las cabinas de bronceado y las lámparas solares. La buena noticia es que hay muchas medidas que usted puede tomar para protegerse a usted mismo(a) y a su familia de los rayos UV, así como opciones para detectar el cáncer de piel en sus etapas iniciales, cuando es más fácil de tratar.

No es necesario tomarse radiografías ni hacerse análisis sanguíneos para detectar el cáncer de piel en etapa temprana, tan solo un espejo y sus ojos son suficientes. Si usted tiene cáncer de piel, encontrarlo en sus etapas iniciales es cuando el tratamiento podrá ser más eficaz.

- [¿Qué es el cáncer de piel?](#)
- [¿Qué es la radiación ultravioleta \(UV\)?](#)
- [¿Son algunas personas más propensas a los daños de la piel causados por el sol?](#)
- [¿Cómo me protejo de los rayos UV?](#)
- [Pastillas bronceadoras y otros productos de bronceado](#)
- [Exámenes de la piel](#)
- [¿En qué debo fijarme durante un autoexamen de la piel?](#)
- [Si descubre algo sospechoso en su piel](#)
- [Recursos adicionales](#)

- [Referencias](#)

¿Qué es el cáncer de piel?

El cáncer de piel se origina en las células de la piel. Algunos otros tipos de cáncer se originan en otras partes del cuerpo y pueden propagarse a la piel, aunque estos no son cánceres de piel.

Existen tres tipos principales de cáncer de piel:

- Cánceres de piel de células basales (carcinomas de células basales)
- Cánceres de piel de células escamosas (carcinomas de células escamosas)
- Melanomas

Cáncer de células basales y cáncer de células escamosas

Los cánceres de células basales y de células escamosas son, por mucho, los tipos de cáncer de piel más comunes. Ambos cánceres se detectan principalmente en las partes del cuerpo expuestas al sol, tales como la cabeza y el cuello. Estos cánceres se relacionan fuertemente con la exposición solar que haya tenido una persona.

Los cánceres de células basales y escamosas tienen una probabilidad mucho menor de propagarse a otras partes del cuerpo y de representar una amenaza a la vida en comparación con los melanomas. Aun así, resulta importante encontrarlos y tratarlos a tiempo. Si no son atendidos, pueden crecer más e invadir los tejidos y órganos cercanos, lo que causa cicatrices, deformidad, o incluso pérdida de la función de algunas partes del cuerpo. Algunos de estos cánceres (especialmente cánceres de células escamosas) se pueden propagar si no son tratados, y a veces incluso pueden causar la muerte.

Estos cánceres se explican detalladamente en [Cáncer de piel de células basales y de células escamosas](#)¹.

Melanomas

Los melanomas son cánceres que se originan de los melanocitos, las células que producen el pigmento marrón que le da a la piel su color. Los melanocitos también pueden formar crecimientos benignos (no cancerosos) que son conocidos como los lunares. (Su médico puede usar el término *nevo* para referirse a un lunar).

Los melanomas pueden ocurrir en cualquier parte del cuerpo, pero son más propensos a comenzar en ciertas áreas. El sitio más común en los hombres es en el torso (pecho y espalda). En las mujeres, las piernas son la parte donde se presentan con más frecuencia. El cuello y el rostro son otros sitios comunes donde se origina el melanoma.

Los melanomas no son tan comunes como los cánceres de piel de células basales y de células escamosas, pero pueden ser mucho más graves. Al igual que el cáncer de células basales y de células escamosas, el melanoma casi siempre es curable en sus etapas iniciales. No obstante, si no se atiende, el melanoma tiene una probabilidad mucho mayor de propagarse a otras partes del cuerpo (donde es muy difícil de tratar).

Más detalles en [Cáncer de piel tipo melanoma²](#).

Otros tipos de cáncer de piel

Además, existen muchos otros tipos de cáncer de piel, pero son mucho menos comunes:

- Carcinoma de células de Merkel
- Sarcoma de Kaposi
- Linfoma cutáneo (piel)
- Los tumores de los anexos de la piel (tumores que se originan en los folículos pilosos o en las glándulas sudoríparas u oleosas)
- Varios tipos de [sarcomas³](#)

En conjunto, estos tipos representan menos de 1% de todos los casos de cáncer de piel.

Para los médicos, resulta importante separar los tipos de cáncer de piel, ya que son tratados de maneras diferentes. También resulta importante saber cómo lucen los cánceres de piel. Esto puede que ayude a encontrarlos en la etapa más temprana posible, cuando son más fáciles de tratar y tienen más probabilidades de ser curados.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel-de-celulas-basales-y-escamosas.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel-tipo-melanoma.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/sarcoma-de-tejidos-blandos.html

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Consulte todas las referencias para el cáncer de piel aquí.

[\(/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias\)](http://www.cancer.org/#/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias)

Last Medical Review: April 19, 2017 Last Revised: April 19, 2017

¿Qué es la radiación ultravioleta (UV)?

La exposición a la radiación ultravioleta (UV) es un factor de riesgo principal para la mayoría de los cánceres de piel. La luz solar es la fuente principal de la radiación ultravioleta. Las lámparas y camas bronceadoras también son fuentes de radiación ultravioleta. Las personas que se exponen mucho a los rayos UV procedentes de estas fuentes tienen un mayor riesgo de cáncer de piel.

Aun cuando los rayos UVA y UVB constituyen sólo una pequeña porción de los rayos solares, estos son la causa principal de los efectos dañinos del sol en la piel. Los rayos UV dañan el ADN de las células de la piel. Los cánceres de piel comienzan cuando este daño afecta el ADN de los genes que controlan el crecimiento de las células de la

piel.

Hay tres tipos principales de rayos UV:

- Los **rayos UVA** envejecen a las células de la piel y pueden dañar el ADN de estas células. Estos rayos están asociados al daño de la piel a largo plazo tal como las arrugas, pero también se considera que desempeñan un papel en algunos tipos de cáncer. La mayoría de las camas bronceadoras emiten grandes cantidades de UVA que según se ha descubierto aumentan el riesgo de cáncer de piel.
- Los **rayos UVB** tienen un poco más de energía que los rayos UVA. Estos rayos pueden dañar directamente al ADN de las células de la piel, y son los rayos principales que causan quemaduras de sol. Asimismo, se cree que causan la mayoría de los cánceres de piel.
- Los **rayos UVC** tienen más energía que otros tipos de rayos UV, pero no penetran nuestra atmósfera y no están en la luz solar. No son normalmente una causa de cáncer de piel.

Tanto los rayos UVA como los UVB pueden dañar la piel y causar cáncer de piel. Los rayos UVB son causantes más potentes de al menos ciertos cánceres de piel, pero hasta donde se sabe, ningún rayo UV es seguro.

La potencia de los rayos UV que llega al suelo depende de un número de factores, tales como:

- Hora del día: los rayos UV son más potentes entre 10 a.m. y 4 p.m.
- Temporada del año: los rayos UV son más potentes durante los meses de la primavera y el verano. Este es un factor menos importante cerca del ecuador.
- Distancia desde el ecuador (latitud): la exposición a UV disminuye a medida que se aleja de la línea ecuatorial
- Altitud: más rayos UV llegan al suelo en elevaciones más altas.
- Formación nubosa: el efecto de las nubes puede variar, ya que a veces la formación nubosa bloquea a algunos rayos UV del sol y reduce la exposición a rayos UV, mientras que algunos tipos de nubes pueden reflejar los rayos UV y pueden aumentar la exposición a los rayos UV. Lo que es importante saber es que los rayos UV pueden atravesar las nubes, incluso en un día nublado.
- Reflejo de las superficies: los rayos UV pueden rebotar en superficies como el agua, la arena, la nieve, el pavimento, o la hierba, lo que lleva a un aumento en la exposición a los rayos UV.

El grado de exposición a la luz ultravioleta que una persona recibe depende de la intensidad de los rayos, del tiempo que la piel ha estado expuesta y de si ésta ha estado protegida con ropa o bloqueador solar.

Las personas que viven en áreas donde están expuestas todo el año a la luz solar intensa tienen un mayor riesgo de cáncer de piel. Pasar mucho tiempo a la intemperie por motivos de trabajo o recreación sin protegerse con ropa y loción antisolar aumenta su riesgo.

También puede ser importante el patrón de la exposición. Por ejemplo, las quemaduras frecuentes en la niñez pueden aumentar el riesgo de algunos tipos de cáncer de piel muchos años o incluso décadas después.

El cáncer de piel es una de las consecuencias de mucha exposición al sol, pero también hay otros efectos. Las quemaduras y los bronceados son los resultados a corto plazo de la exposición excesiva a los rayos UV, y son señales de daño a la piel. La exposición prolongada puede causar envejecimiento prematuro de la piel, arrugas, pérdida de la elasticidad de la piel, manchas oscuras (pecas, algunas veces llamadas “manchas de envejecimiento” o “manchas del hígado” y cambios precancerosos de la piel (tal como áreas ásperas, secas y escamosas llamadas *queratosis actínica*).

Los rayos UV del sol también aumentan el riesgo de una persona de cataratas y ciertos otros problemas visuales. También pueden suprimir el sistema inmunitario de la piel. Las personas de piel oscura por lo general tienen una probabilidad menor de padecer cáncer de piel en comparación con la gente de piel blanca, aunque éstas aún pueden padecer cataratas y supresión del sistema inmunológico.

Índice de luz ultravioleta

Como se indicó anteriormente, la cantidad de luz ultravioleta que alcanza el suelo en cualquier lugar depende de un número de factores, incluyendo la hora del día, la temporada del año, la elevación, y la formación nubosa. Para ayudar a las personas a entender mejor la intensidad de la luz ultravioleta en su área en un día determinado, el *National Weather Services* y la *Environmental Protection Agency (EPA)* han creado el índice de luz ultravioleta. Este índice les proporciona a las personas una idea de cuán intensa es la radiación ultravioleta en el área donde viven en una escala de 1 al 11+. Un mayor número significa un riesgo más alto de exposición a los rayos UV, y una mayor probabilidad de quemadura solar y daño a la piel que podría en última instancia conducir a cáncer de piel.

El índice de la luz ultravioleta se ofrece diariamente por regiones a través de todo el país. Los pronósticos del tiempo de muchos, canales de televisión, páginas en Internet y teléfonos inteligentes incluyen el Índice de UV proyectado. Información adicional sobre el Índice de UV, así como el pronóstico local del Índice de UV, se puede encontrar en el sitio web de la EPA en www.epa.gov/sunsafety/uv-index-1¹. La EPA también provee aplicaciones de teléfonos inteligentes en www.epa.gov/enviro/uv-index-mobile-app². Al igual que en cualquier pronóstico, los cambios locales en la cobertura nubosa y otros factores podrían cambiar los niveles actuales de UV experimentados.

Hyperlinks

1. <https://www.epa.gov/sunsafety/uv-index-1>
2. <https://www.epa.gov/enviro/uv-index-mobile-app>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Consulte todas las referencias para el cáncer de piel aquí.

[\(#/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias\)](#)

Last Medical Review: April 19, 2017 Last Revised: April 19, 2017

¿Son algunas personas más propensas a los daños de la piel causados por el

sol?

La piel y los ojos de toda persona pueden ser afectados por el sol y por otras formas de rayos ultravioleta (UV). Las personas con piel blanca tienen una probabilidad mucho mayor de presentar daños causados por el sol, pero las personas con piel más oscura, incluyendo personas de cualquier origen étnico, también pueden resultar afectadas.

Para algunas personas, la piel se broncea cuando absorbe los rayos UV. El bronceado es causado por un aumento en la actividad y número de melanocitos, las células que producen el pigmento llamado melanina. La melanina ayuda a bloquear los rayos UV dañinos hasta cierto punto, razón por la cual las personas con piel que es naturalmente más oscura tienen menor probabilidad de quemarse por el sol, mientras que las personas con piel más clara tienen una mayor probabilidad de quemarse. Las quemaduras solares pueden aumentar su riesgo de padecer cáncer de piel, incluyendo melanoma. Sin embargo, la exposición UV puede aumentar el riesgo de cáncer de piel incluso sin causar quemaduras solares.

Además del color de la piel, otros factores también pueden afectar su riesgo de daño a causa de la luz UV. Usted necesita protegerse del sol especialmente si:

- Ha padecido cáncer de piel
- Tiene antecedentes familiares de cáncer de piel, especialmente melanoma
- Presenta muchos lunares, lunares irregulares o lunares grandes
- Tiene pecas y se quema antes del bronceado
- Es una persona de piel blanca, tiene ojos azules o verdes, o es rubia, pelirroja o tiene cabello castaño claro
- Vive o toma vacaciones en lugares de gran altitud (la potencia de los rayos UV aumenta a medida que el nivel de altitud es mayor)
- Vive o toma vacaciones en climas tropicales o subtropicales
- Trabaja en interiores toda la semana y luego recibe una exposición solar intensa durante el fin de semana
- Pasa mucho tiempo al aire libre
- Presenta ciertas enfermedades autoinmunes, tal como lupus eritematoso sistémico (SLE o lupus)
- Tiene ciertos padecimientos hereditarios que aumentan el riesgo de cáncer de piel, como el xeroderma pigmentoso (XP) o síndrome del carcinoma nevoide de células basales (síndrome de Gorlin).
- Padece una afección médica que debilita su sistema inmunológico, como la infección por el VIH (el virus que causa el sida o AIDS).

- Ha recibido un trasplante de órgano
- Toma medicinas que debilitan o suprimen su sistema inmunológico
- Toma medicinas que causan que su piel sea más sensible a la luz solar

Pregunte a su médico, enfermera, o farmacéutico si está tomando cualquier medicamento que pudiera aumentar su sensibilidad a la luz solar.

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Consulte todas las referencias para el cáncer de piel aquí.

([#/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias](#))

Last Medical Review: April 19, 2017 Last Revised: April 19, 2017

¿Cómo me protejo de los rayos UV?

Las personas que se exponen demasiado a los rayos ultravioleta (UV) tienen un mayor riesgo de padecer cáncer de piel.

La luz solar es la fuente principal de rayos UV, pero usted no tiene que evitar completamente la luz solar. Además, no sería una buena idea permanecer en el interior si esto le impide estar activo, ya que la actividad física es importante para una buena salud. Sin embargo, recibir demasiada luz solar puede ser perjudicial. Existen algunas

medidas que puede tomar para limitar su exposición a los rayos UV.

Algunas personas sólo piensan sobre la protección solar cuando pasan un día en el lago, la playa o la piscina (alberca). Sin embargo, la exposición solar se acumula día a día, y ocurre cada vez que está bajo el sol.

Simplemente mantenerse en la sombra es una de las mejores maneras de limitar la exposición a la radiación ultravioleta. Si va a pasar tiempo al aire libre, “¡Póngase, úntese, colóquese y use!” es una frase popular que puede ayudar a recordar algunos de los pasos clave que puede tomar para protegerse contra los rayos UV:

- ¡Póngase una camisa!
- ¡Úntese bloqueador solar!
- ¡Colóquese un sombrero!
- ¡Use lentes de sol para proteger los ojos y la piel alrededor de éstos!

Busque la sombra

Una manera obvia, pero muy importante de limitar la exposición a la luz ultravioleta es evitar estar afuera bajo la luz solar directa por un período prolongado. Esto resulta particularmente importante entre las 10:00 a.m. y las 4:00 p.m., cuando la luz ultravioleta es la más intensa. Si no está seguro de la intensidad de los rayos del sol, haga la prueba de la sombra: si la sombra es más pequeña que usted, los rayos solares son los más intensos, y es importante que se proteja.

Los rayos UV alcanzan el suelo todo el año, incluso en los días nublados o con poco sol, aunque la intensidad de los rayos UV puede cambiar según la época del año y [otros factores](#). Los rayos UV se tornan más intensos en la primavera, incluso antes de la llegada de las temperaturas más cálidas. Puede que la gente en algunas regiones se quemara por el sol cuando el clima aún es frío, debido a que no consideran protegerse si no está caluroso en el exterior. Tenga especial cuidado cuando se encuentre en la playa o en áreas donde hay nieve, ya que la arena, el agua y la nieve reflejan la luz solar, lo que aumenta la cantidad de radiación UV que recibe. Los rayos UV también pueden atravesar la superficie del agua de manera que usted aún se puede quemar incluso si se encuentra en el agua y siente fresco.

Algunos rayos UV también pueden traspasar las ventanas. Los cristales típicos de las ventanas de los automóviles, las casas y las oficinas bloquean la mayor cantidad de rayos UVB, más no una cantidad más reducida de rayos UVA. Por lo tanto, aun cuando usted no siente que se está quemando, su piel pudiera estar sufriendo cierto

daño. Los cristales polarizados ayudan a bloquear más rayos UVA, aunque esto depende del tipo de tinte usado en el cristal. (Si usted tiene los cristales de las ventanas del automóvil polarizados, revise las leyes locales, ya que algunos estados tienen regulaciones). La radiación UV que llega a través de los cristales de las ventanas probablemente no represente un gran riesgo para la mayoría de las personas, a menos que pasen mucho tiempo cerca de una ventana expuesta directamente a la luz solar.

Si planea pasar tiempo al aire libre, quizá usted quiera averiguar cuál es el [Índice de UV](#) en su área. Por lo general, este dato se puede encontrar en los pronósticos meteorológicos del periódico local, televisión, radio y en línea. Además, está disponible en el sitio web de la EPA en www.epa.gov/sunwise/uv-index-1¹ y en muchas aplicaciones de teléfonos inteligentes (vea www.epa.gov/enviro/uv-index-mobile-app²).

Proteja su piel con ropa

Cuando se encuentre al aire libre, use ropa que cubra su piel. La ropa provee diferentes niveles de protección contra los rayos ultravioleta. Por otro lado, las camisas de manga larga, los pantalones largos y las faldas largas cubren la mayor parte de la piel y ofrecen la máxima protección. Los colores oscuros generalmente proveen más protección que los colores claros. Las telas con un tejido más tupido ofrecen una mejor protección que las telas con un tejido más suelto. Asimismo, la ropa seca generalmente protege mejor que la ropa mojada.

Tenga presente que cubrirse no bloquea todos los rayos ultravioleta. Si usted puede ver la luz a través de la tela, los rayos ultravioleta también pueden traspasarla.

Muchas compañías actualmente hacen prendas de vestir ligeras y cómodas, mientras que protegen contra la exposición UV incluso al estar mojadas. Estas telas tienden a ser de un tejido más estrecho, y algunas cuentan con un recubrimiento especial que ayuda a absorber los rayos UV. Esta ropa con protección solar puede tener una etiqueta que indica el valor del factor de protección a la radiación ultravioleta (UPF), el nivel de protección que provee la prenda de ropa contra los rayos ultravioleta del sol (en una escala del 15 al 50+). Mientras más alto es el UPF, mayor es la protección contra los rayos ultravioleta.

Algunos productos más nuevos que son usados como detergentes para máquinas de lavar, pueden aumentar el valor UPF de la ropa que usted posee. Éstos añaden una capa de protección UV a su ropa sin que se altere su color o textura. Esto puede ser útil, pero no está exactamente claro cuánto contribuye a protegerle de los rayos UV. Por lo tanto, aún es importante seguir los otros pasos que se presentan en este

artículo.

Úntese bloqueador solar

Un bloqueador solar es un producto que usted aplica a su piel para ofrecer protección contra los rayos UV. Sin embargo, resulta importante saber que el bloqueador solar es solo un filtro que no bloquea a todos los rayos UV. Un bloqueador solar no debe usarse como una forma de prolongar el tiempo que pasa exponiéndose a la luz del sol. Incluso cuando se usa el bloqueador adecuado, algunos rayos UV aún penetran. Debido a esto, el protector solar no debe considerarse como su primera línea de defensa. Considere el protector solar como parte de su plan de protección del cáncer de piel, sobre todo si no dispone de sombra y ropa protectora como sus primeras opciones.

Los bloqueadores solares están disponibles en muchas formas (lociones, cremas, ungüentos, geles, aerosoles, toallitas y bálsamos labiales, por nombrar algunos).

Algunos productos cosméticos, tales como las cremas humectantes, los lápices labiales y las bases de maquillaje, son considerados productos de protección solar si contienen un bloqueador. Ciertos productos cosméticos contienen bloqueador solar, aunque usted debe verificar la información en la etiqueta (maquillaje incluyendo los lápices labiales que no indiquen tener bloqueador solar, no provee protección contra el sol).

Lea las etiquetas

Cuando seleccione un bloqueador solar, asegúrese de leer la etiqueta. Se recomienda el uso de productos con protección de espectro amplio (contra los rayos UVA y UVB) y con un factor de protección solar (SPF) con valor de 30 o superior.

Factor de protección solar (SPF): el número del factor de protección solar es el nivel de protección que el bloqueador solar provee contra los rayos UVB, los cuales son la causa principal de quemaduras solares. Un mayor número de SPF significa más protección contra los rayos UVB (aunque no indica nada sobre la protección contra los rayos UVA) Por ejemplo, cuando se aplica correctamente un bloqueador con SPF de 30, usted obtiene el equivalente de un minuto de rayos UVB por cada 30 minutos que pasa bajo el sol. Por lo tanto, una hora en el sol con bloqueador solar SPF de 30 es lo mismo que pasar dos minutos totalmente desprotegidos del sol. Las personas a menudo no se aplican suficiente protector solar, por lo que en realidad reciben menos protección.

Los bloqueadores solares identificados con factores de protección solar (SPF) de hasta

100 o más están disponibles en el mercado. Los números mayores significan más protección, pero muchas personas no entienden la escala de SPF. Los bloqueadores con un SPF de 15 filtran aproximadamente 93% de los rayos UVB, mientras que los bloqueadores con un SPF de 30 filtran alrededor de 97%. Asimismo, los bloqueadores con un SPF de 50 filtran alrededor de 98% y los bloqueadores con un SPF de 100 aproximadamente 99%. Mientras más alto sea el número, menor es la diferencia. **No hay un bloqueador solar que ofrezca protección total.**

Los bloqueadores solares con un SPF menor de 15 ahora tienen que incluir una advertencia en la etiqueta indicando que el producto ha demostrado que solo ayuda a prevenir quemaduras solares, no cáncer de piel ni envejecimiento prematuro de la piel.

Protector solar de amplio espectro: los productos con bloqueador solar solo pueden llevar en la etiqueta “broad-spectrum” si se les ha hecho pruebas y demuestran que protegen contra los rayos UVA y los rayos UVB. Algunos de los químicos en los bloqueadores que ayudan a proteger contra los rayos UVA incluyen avobenzona (Parsol 1789), ecamsule, óxido de zinc y dióxido de titanio.

Solo los productos con bloqueador solar de amplio espectro con un SPF de 15 o más pueden afirmar que pueden ayudar a proteger contra el cáncer de piel y el envejecimiento prematuro de la piel si se usan según las instrucciones y con otras medidas de protección contra el sol.

Protector solar resistente al agua: a los bloqueadores solares ya no se les permite indicar en la etiqueta que son “resistentes al agua” o “resistentes al sudor” porque estos términos pueden conducir al engaño. Los bloqueadores pueden afirmar que son “resistentes al agua”, pero tienen que indicar si protegen la piel durante 40 o 80 minutos de estar nadando o sudando, basándose en estudios.

Fechas de vencimiento: verifique la fecha de vencimiento del bloqueador solar para asegurarse que todavía está vigente. La mayoría de los productos contra el sol tiene una vigencia de por lo menos 2 a 3 años, aunque puede que requiera agitar el envase para asegurar la mezcla de los ingredientes. Los protectores solares que han sido expuestos a calor por períodos largos, como los que son guardados en un compartimiento o maletero de un vehículo durante el verano, podrían ser menos eficaces.

Asegúrese de aplicarse el bloqueador correctamente

Siempre siga las instrucciones que aparecen en la etiqueta. La mayoría de los productos recomienda aplicar una cantidad generosa. Cuando lo aplique, preste mucha atención a su cara, orejas, cuello, brazos, y cualquier otra área del cuerpo que no esté

cubierta por la ropa. Si va a usar repelente contra insectos o maquillaje, aplique primero el bloqueador solar.

Idealmente, se debe usar alrededor de una onza (alrededor de 30 gramos o aproximadamente la medida de un vaso pequeño o lo suficiente para llenar la palma de la mano) para cubrir los brazos, las piernas, el cuello y la cara de un adulto promedio. Los bloqueadores solares deben reaplicarse al menos cada dos horas para mantener la protección. Los bloqueadores solares pueden perder eficacia cuando usted suda o nada y luego los remueve con una toalla. Por lo tanto, los protectores tienen que volverse a aplicar con más frecuencia. Y no hay que olvidar los labios; también existen bálsamos labiales con protección solar.

Algunas personas podrían pensar que si utilizan un protector solar con un SPF muy alto, no tienen que ser tan cuidadosas acerca de cómo usarlo, pero esto no es cierto. Si usted decide utilizar un protector solar con un SPF muy alto, tenga en cuenta que esto no significa que puede permanecer al sol más tiempo, usar menos protector solar o aplicarlo con menos frecuencia. **Asegúrese siempre de leer la etiqueta.**

Algunos productos con bloqueador solar pueden irritar la piel. Muchos productos afirman ser hipoalergénicos o que han sido sometidos a pruebas dermatológicas, pero la única forma de saber si un producto irritará su piel es probándolo. Una recomendación común es aplicar una pequeña cantidad en la piel del brazo en donde éste se flexiona (la piel en la parte opuesta al codo) por 3 días consecutivos. Si su piel no se enrojece ni presenta sensibilidad o picazón, el producto puede que sea adecuado para usted.

Colóquese un sombrero

Un sombrero que tenga un ala a su alrededor de por lo menos 2 a 3 pulgadas es ideal ya que protege las áreas que a menudo están expuestas a los intensos rayos del sol, tal como las orejas, los ojos, la frente, la nariz y el cuero cabelludo. Un lado inferior oscuro no reflectante en el ala del sombrero también puede ayudar a reducir la cantidad de rayos UV que llegan a la cara y que provienen de superficies brillantes, como el agua. También es recomendable una gorra con sombra (una gorra similar a una gorra de béisbol que incluye una tela de aproximadamente 7 pulgadas o 15 centímetros que cuelga a los costados y detrás de la nuca) que proveerá más protección al cuello. Por lo general se pueden encontrar en las tiendas de artículos deportivos y de actividades al aire libre. Si usted no tiene una gorra con sombra (u otro sombrero apropiado), puede crear una al ponerse un pañuelo o turbante grande debajo de una gorra de béisbol.

Una gorra de béisbol protege la parte delantera y trasera de la cabeza, pero no el cuello o las orejas, donde comúnmente se originan los cánceres de piel. Los sombreros de mimbre no ofrecen la protección que se obtiene con los que están hechos de tela con tejido estrecho.

Use lentes de sol que bloqueen los rayos UV

Los lentes que bloquean los rayos UV son importantes para proteger la parte delicada alrededor de los ojos, así como los ojos en sí. La investigación ha demostrado que pasar largas horas en el sol sin proteger sus ojos aumenta sus probabilidades de desarrollar ciertas enfermedades de los ojos.

Los lentes de sol ideales deben bloquear del 99% al 100% de los rayos UVA y UVB. Antes de comprar lentes de sol, revise la etiqueta para asegurarse de ello. Las etiquetas que indican “UV absorption up to 400 nm” (absorción de rayos ultravioleta hasta 400 nm), o “Meets ANSI UV Requirements” significa que los lentes bloquean por lo menos el 99% de los rayos UV. Aquellos cuya etiqueta indica que son de uso “cosmético” bloquean alrededor del 70% de los rayos UV. Si la etiqueta no lo indica así, no asuma que los lentes proveen alguna protección UV.

Los lentes más oscuros no son necesariamente mejores ya que la protección contra los rayos UV proviene de un químico invisible que tienen los lentes o que es aplicado a estos, y no del color o la oscuridad de los mismos. Busque una etiqueta ANSI.

Las monturas grandes y los lentes de sol cruzados tienden a proteger más sus ojos de la luz que proviene de diferentes ángulos. Los niños necesitan versiones más pequeñas de los lentes reales que protegen a los adultos (no lentes de juguete).

Lo ideal es que todo tipo de lente, incluyendo los que requieren receta y los lentes de contacto, debe proteger contra los rayos UV. Ahora, se fabrican algunos lentes de contacto para bloquear la mayoría de los rayos UV. Pero debido a que no cubren todo el ojo ni las áreas circundantes, no son suficiente protección al usarse por sí solos.

Evite las camas bronceadoras y las lámparas de sol

Muchas personas creen que los rayos UV de las camas bronceadoras no son perjudiciales, pero esto no es cierto. Las lámparas solares emiten UVA, y también rayos UVB comúnmente. Tanto los rayos UVA como los UVB pueden causar daños a la piel a largo plazo y pueden contribuir al cáncer de piel. El uso de camas bronceadoras ha sido asociado a un riesgo aumentado de melanoma, especialmente si se comenzó a usar estas camas antes de que la persona cumpliera 30 años de edad. La mayoría de

los médicos y organizaciones de la salud no recomienda el uso de las camas bronceadoras ni las lámparas de sol.

Si usted quiere broncearse, una opción consiste en usar una loción de bronceado sin luz solar (*sunless tanning lotion*), la cual puede proveer el “look” más oscuro, sin causar daño. Vea [Pastillas bronceadoras y otros productos de bronceado](#).

Las lámparas UV pequeñas también se utilizan en los salones de uñas (o en casa) para secar algunos tipos de esmalte de uñas. Estas lámparas emiten rayos UVA. La cantidad emitida es mucho menor que la de las camas de bronceado, y se cree que el riesgo de cáncer de piel de estas lámparas es bajo. Aun así, para estar seguros, algunos grupos de expertos recomiendan aplicar protector solar a las manos antes de usar una de estas lámparas.

Proteja a los niños del sol

Los niños necesitan especial atención, pues suelen pasar más tiempo al aire libre, se pueden quemar más fácilmente, y podrían no estar conscientes de los daños que causa la exposición al sol. Los padres y las personas que cuidan de los niños deben protegerlos de la exposición excesiva al sol con los pasos descritos anteriormente. Cubrir a los niños lo más razonable posible, resulta importante particularmente en los lugares del mundo más soleados. Usted debe desarrollar el hábito de usar bloqueador solar en la piel expuesta al sol tanto para usted como para sus hijos siempre que pase tiempo al aire libre y pudiera estar expuesto a una gran cantidad de luz solar. A los niños hay que orientarlos sobre los daños que causa demasiada exposición solar a medida que se vayan haciendo más independientes. Si usted o sus hijos se queman fácilmente, tome medidas de precaución adicionales al cubrirse, limite la exposición al sol y usen bloqueador solar.

Se debe evitar que los bebés menores de 6 meses reciban directamente la luz solar y se deben proteger del sol con sombreros y ropa protectora. El bloqueador solar se puede usar en áreas pequeñas de la piel expuestas al sol sólo si no hay la ropa y la sombra adecuada.

Exposición solar y vitamina D

La vitamina D ofrece muchos beneficios a la salud. Incluso podría ayudar a reducir el riesgo de algunos cánceres. Su piel produce vitamina D de forma natural cuando se expone al sol. La cantidad de vitamina D que usted obtiene depende de muchos factores, incluyendo su edad, cuán oscura es su piel y cuán intensa es la luz solar en el lugar donde vive.

Actualmente, los médicos no están seguros cuál es el nivel óptimo de vitamina D. Se están realizando muchas investigaciones sobre este tema. Siempre que sea posible, resulta mejor obtener la vitamina D de su alimentación o complementos vitamínicos en lugar de la exposición al sol, ya que las fuentes alimentarias y los suplementos vitamínicos no aumentan el riesgo de cáncer de piel. Además, por lo general son típicamente maneras más confiables para obtener la cantidad de vitamina D que necesita.

Hyperlinks

1. <http://www.epa.gov/sunwise/uv-index-1>
2. <https://www.epa.gov/enviro/uv-index-mobile-app>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Consulte todas las referencias para el cáncer de piel aquí.
([#/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias](#))

Last Medical Review: April 19, 2017 Last Revised: May 22, 2017

Pastillas bronceadoras y otros productos de bronceado

Existen varios productos que afirman poder dar un bronceado sin exponer a una persona a la radiación ultravioleta (UV). Algunos pueden ser seguros y eficaces, pero otros puede que no funcionen, y algunos incluso podrían ser perjudiciales.

Pastillas bronceadoras y aceleradores de bronceado

Las **pastillas bronceadoras** contienen aditivos de color similares al beta-caroteno, la sustancia que le da a las zanahorias su color naranja. Una vez que se tragan, los aditivos son depositados por todo el cuerpo, especialmente en la piel, tornándola en un color como naranja. Aunque la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (*Food and Drug Administration*, FDA) ha aprobado algunos de estos aditivos para el color de los alimentos, éstos no han sido aprobados para el uso de agentes bronceadores. Estos aditivos pueden ser perjudiciales en los altos niveles que son usados en las pastillas bronceadoras. El ingrediente principal en la mayoría de las pastillas bronceadoras sin luz solar, la cantaxantina, puede manifestarse haciendo que sus ojos luzcan cristalizados y amarillentos, lo cual puede causar lesión y deterioro en su capacidad visual. También ha habido informes sobre daños al hígado y a la piel.

Los aceleradores de bronceado, tal como lociones o pastillas que contienen tirosina aminoácida o sus derivados, no son eficaces y pueden ser peligrosos. Los vendedores sostienen que estos productos estimulan el proceso de bronceado del propio cuerpo, aunque la mayor parte de la evidencia sugiere que no son eficaces. La FDA los considera como medicamentos nuevos sin aprobación que no han demostrado ser seguros ni eficaces.

Ninguna pastilla bronceadora ha sido aprobada por la FDA.

Bronceadores y extendedores

Otros dos productos de bronceado sin luz solar, los bronceadores y los extendedores solares, son considerados cosméticos para usarlos sobre la piel. No se considera que causen daños cuando se usan apropiadamente.

Los bronceadores, hechos de aditivos colorantes, fueron aprobados por la FDA para uso cosmético. Cuando se aplican, tiñen la piel por un corto periodo de tiempo y pueden quitarse con agua y jabón.

Por otro lado, los **extendedores** solares (también conocidos como curtidores sin luz solar o auto-curtidores) son aplicados a la piel como lociones o cremas que interactúan con proteínas que hay en la superficie de la piel para originar un color más oscuro. Al igual que un bronceado, y tras algunos días, el color del bronceado comenzará a

disiparse. La dihidroxiacetona (DHA) es el único aditivo de color aprobado por la FDA para los extendedores solares.

La aplicación de estos productos con las manos algunas veces puede causar que el color de la piel sea irregular. Por lo tanto, algunos salones de bronceado han comenzado a ofrecer aerosoles para todo el cuerpo en las cabinas bronceadoras. La preocupación que se plantea consiste en que la DHA está aprobada sólo para uso externo y no debe inhalarse ni se debe rociar en la boca, los ojos o la nariz. Las personas que opten por rociar DHA en sus cuerpos para broncearse deben asegurarse de proteger estas áreas.

Estos productos pueden proporcionarle a la piel un color más oscuro (aunque en algunas personas puede causar un color ligeramente anaranjado), pero no ofrecen mucha protección de los efectos dañinos de la radiación UV. Incluso si contienen bloqueador solar, serían eficaces sólo por varias horas. Usted debe leer la etiqueta detenidamente para determinar si un producto incluye o no protección contra el sol. En la mayoría de los casos lo más seguro es continuar con el uso de un bloqueador solar y ropa que proteja del sol cuando pase tiempo al aire libre.

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Consulte todas las referencias para el cáncer de piel aquí.
(#/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias)

Last Medical Review: April 19, 2017 Last Revised: April 19, 2017

Exámenes de la piel

Aunque la Sociedad Americana Contra El Cáncer no provee guías para la detección temprana del cáncer de piel, familiarizarse con su piel es importante para encontrar temprano este cáncer. Conozca su patrón normal de lunares, pecas y manchas. Muchos médicos también recomiendan exámenes regulares de la piel. Los exámenes realizados por su médico y los exámenes de la piel que usted mismo realiza frecuentemente pueden ayudar a encontrar cánceres temprano, cuando son más fáciles de tratar.

Los exámenes regulares de la piel son especialmente importantes para las personas que presentan un mayor riesgo de cáncer de piel, tal como personas con inmunidad reducida, personas que han tenido cáncer de piel anteriormente, y personas con un fuerte antecedente familiar de cáncer de piel. Pregunte a su médico qué tan seguido deberá hacerse su examen de la piel.

Examen de su piel realizado por un médico

Algunos médicos y otros profesionales de la salud incluyen exámenes de la piel como parte de las revisiones médicas rutinarias. El médico debe estar dispuesto a hablar sobre cualquier inquietud que usted pueda tener acerca de dicho examen.

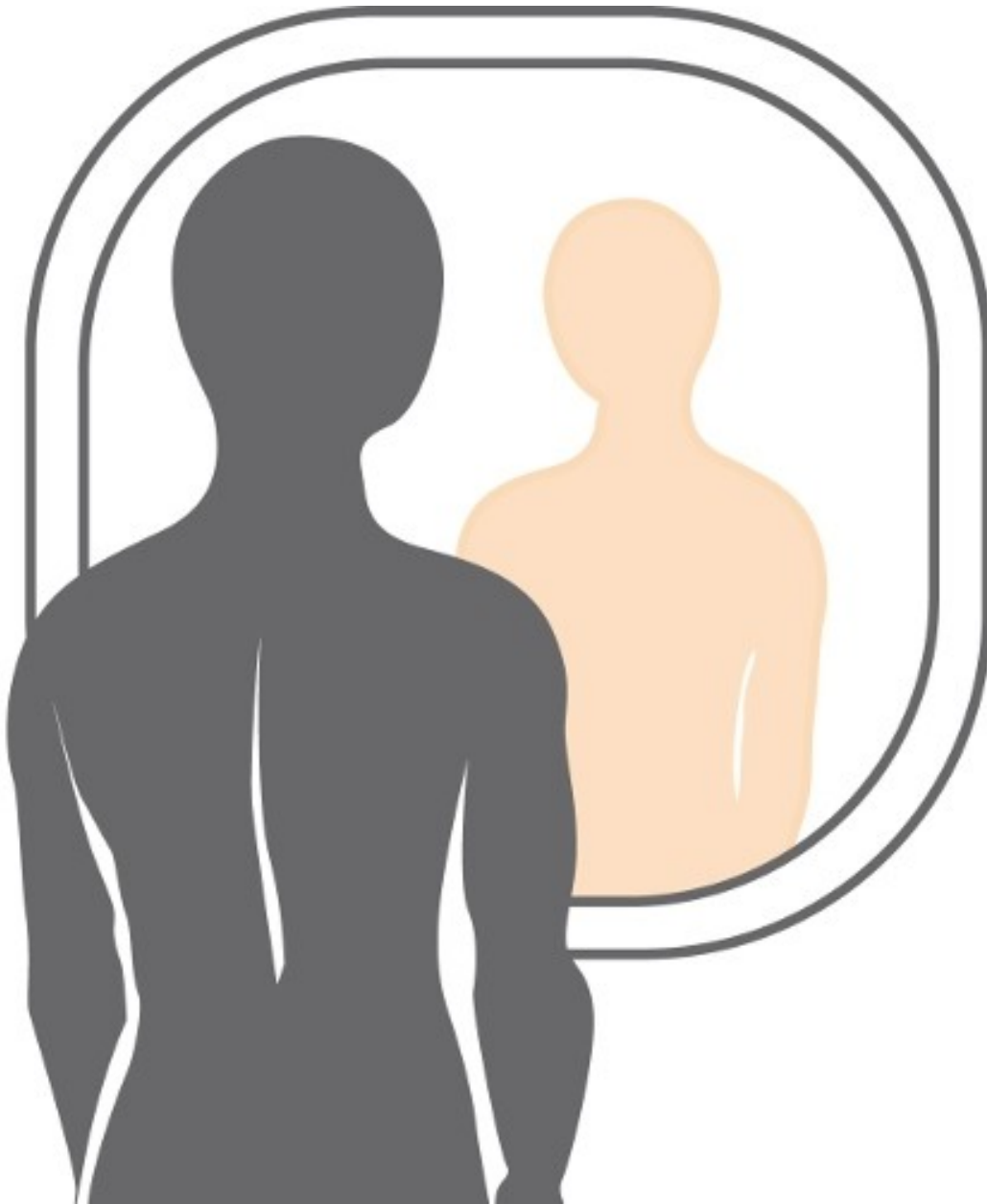
Examine su piel

Muchos médicos recomiendan a sus pacientes que se examinen la piel, preferiblemente una vez al mes. Lo mejor es hacerse el autoexamen de la piel en una habitación donde haya mucha luz y frente a un espejo de cuerpo entero. Usted puede usar un espejo de mano para ver las áreas difíciles, como la parte trasera de los muslos. Su cónyuge o un amigo o familiar de confianza pueden ayudarle con estos exámenes, especialmente cuando se trate de áreas difíciles de ver, tales como la espalda o el cuero cabelludo.

La primera vez que usted examina su piel, dedique el tiempo en examinar cuidadosamente toda la superficie. Usted deberá conocer el patrón de los lunares, las imperfecciones, las pecas y otras marcas que tenga en la piel para poder detectar cualquier cambio durante el próximo autoexamen. Asegúrese de mostrar a su médico cualquier área que le preocupe.

Siga estas instrucciones paso a paso para examinar su piel:

Frente al espejo

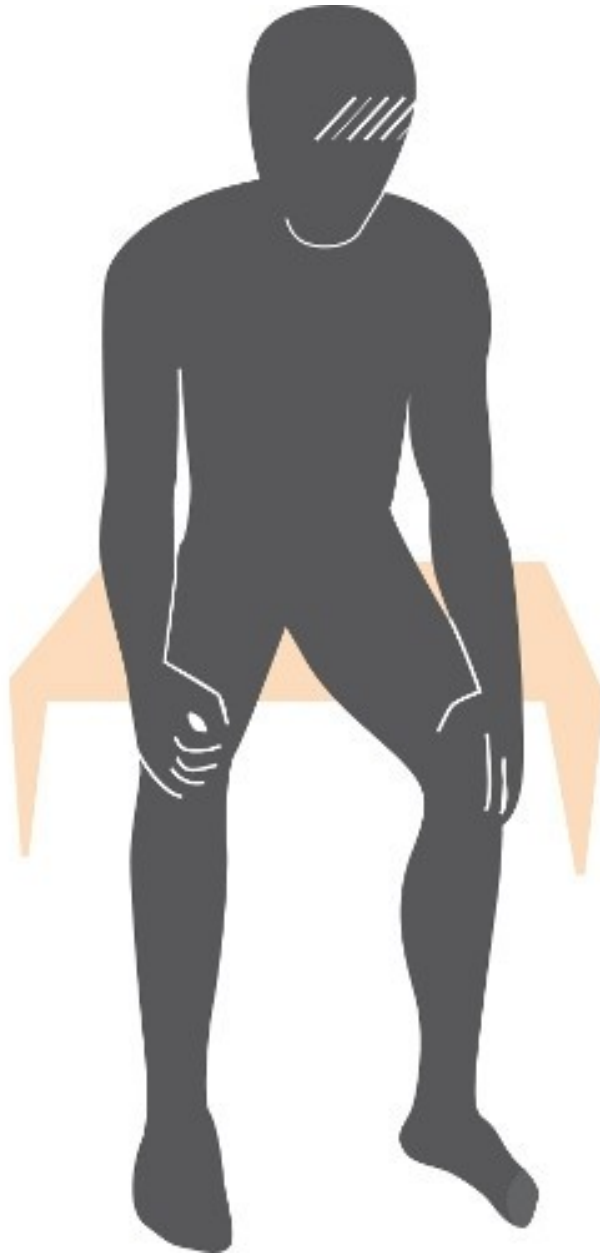


Examine su cara, orejas, cuello, pecho y abdomen. Las mujeres necesitarán levantar sus senos para examinar la piel debajo de éstos.



Revise las áreas debajo de sus brazos, ambos lados de los brazos, las palmas y partes superiores de sus manos, la piel entre los dedos y sus uñas.

Sentado



Revise la parte delantera de sus muslos, espinillas (parte inferior de las piernas), parte superior de los pies, la piel entre los dedos de los pies y sus lúnulas (raíz de las uñas).



Ahora use un espejo de mano para observar la parte inferior de sus pies, pantorrillas y sus muslos. Examine una pierna a la vez.



Use un espejo de mano para examinar sus glúteos, área genital, parte más baja de la espalda, parte superior de la espalda y la parte trasera del cuello y las orejas. También puede ser más fácil observar su espalda en un espejo de pared usando un espejo de mano.



Use un peine o secadora de pelo para separar su cabello de manera que pueda examinar su cuero cabelludo.

El mejor momento para hacerse un examen mensual sencillo es después de bañarse o ducharse. Examine cualquier lunar, manchas o marcas de nacimiento desde la cabeza a los pies. Si examina su piel periódicamente, sabrá lo que es normal en su piel.

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Consulte todas las referencias para el cáncer de piel aquí.

([#/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias](#))

Last Medical Review: April 19, 2017 Last Revised: January 5, 2018

¿En qué debo fijarme durante un autoexamen de la piel?

Los cánceres de piel pueden aparecer en muchas formas y tamaños. Asegúrese de mostrar a su médico cualquier área que le preocupe, especialmente si acaba de aparecer o ha cambiado recientemente.

Cáncer de células basales y cáncer de células escamosas

Los [cánceres de células basales y de células escamosas](#)¹ se encuentran con más frecuencia en las áreas que han sido expuestas a mucha luz solar, tal como el cuello, la cabeza, los brazos, aunque se pueden presentar en cualquier parte del cuerpo. Preste atención a nuevos crecimientos, manchas, protuberancias, al igual que manchas o llagas que no se curan después de varias semanas. Algunas veces, los cortes al afeitarse que no sanan en varios días resultan ser cánceres de piel que a menudo sangran con facilidad. (No son causados por la afeitada).

Los **carcinomas de células basales** pueden aparecer de distintas maneras:

- Áreas planas, firmes, pálidas o amarillas, similares a una cicatriz
- Manchas rojizas elevadas que podrían causar comezón
- Protuberancias enrojecidas o rosadas, translúcidas, brillosas y nacaradas que pueden tener áreas de color azul, marrón o negro
- Crecimientos de color rosa con bordes elevados y un área inferior en su centro, que podría tener vasos sanguíneos anormales esparcidos
- Llagas abiertas (que puede tener supuración o áreas costrosas) que no se curan, o que se curan y luego regresan

Los **carcinomas de células escamosas** pueden aparecer como:

- Manchas rojas que son ásperas o escamosas, y que podrían sangrar o formar costra
- Crecimientos o protuberancias elevados, a veces con un área inferior en el centro
- Llagas abiertas (que puede tener supuración o áreas costrosas) que no se curan, o que se curan y luego regresan
- Crecimientos similares a verrugas

Estos dos tipos de cáncer de piel pueden presentarse como un área plana que sólo muestra leves cambios comparados con la piel normal.

La **queratosis actínica**, también conocida como *queratosis solar*, es una afección de la piel que algunas veces se convierte en cáncer de células escamosas (aunque la mayoría no se convierte en cáncer).

Las queratosis actínicas son causadas por la exposición excesiva al sol. Por lo general, las queratosis actínicas son pequeñas manchas ásperas o escamosas (miden menos de medio centímetro o 1/4 de pulgada de ancho) que pueden ser de color rosado rojizo o del color de la piel. Suelen originarse en la cara, las orejas, el dorso de las manos y los brazos, aunque también pueden aparecer en otras áreas expuestas al sol. Generalmente, las personas con una queratosis actínica desarrollan muchas más.

Algunas pueden crecer hasta convertirse en cánceres de células escamosas, mientras otras pueden permanecer igual o incluso desaparecer por sí solas. Sin embargo, puede que a veces sea difícil incluso para los médicos diferenciarlas de verdaderos cánceres de piel. Estas áreas deben ser observadas por un médico, quien puede ayudar a determinar si deben recibir tratamiento.

Lunares y melanomas

Lunares normales

Por lo general, un lunar normal es una mancha de color uniforme café, canela o negro en la piel. Puede ser plano o prominente, redondo u ovalado. Generalmente, los lunares miden menos de 6 milímetros (aproximadamente 1/4 de pulgada) de ancho (aproximadamente el ancho de una goma de lápiz). Algunos lunares pueden estar presentes al momento de nacer, pero la mayoría aparece durante la infancia o la juventud. Un médico debe examinar los lunares nuevos que aparecen más tarde en la vida de una persona.

Una vez que se ha originado un lunar, por lo general conservará el mismo tamaño, forma y color por muchos años. Al envejecer, algunos lunares pueden desaparecer.

La mayoría de las personas tienen lunares, y casi todos son inofensivos. Sin embargo, es importante estar atento a los cambios en un lunar (como su tamaño, forma o color), porque esto puede ser un signo de que un melanoma se está desarrollando.

Posibles señales y síntomas del melanoma

La señal más importante para el melanoma es algún lunar nuevo en la piel o uno existente que haya cambiado en tamaño, forma o color. Otra señal importante es una mancha que luce diferente a todas las otras manchas de su piel. Si presenta cualquiera de estas señales, acuda a su médico para una revisión de la piel.

La regla **ABCDE** es otro método para identificar las señales habituales del melanoma. Permanezca alerta y notifique a su médico si observa lunares que tengan cualquiera de las siguientes características:

- **A de Asimetría:** la mitad del lunar o marca de nacimiento no corresponde a la otra mitad.
- **B de Borde:** los bordes son irregulares, desiguales, dentados o poco definidos.
- **C de Color:** el color no es uniforme y pudiera incluir sombras color marrón o negras, o algunas veces con manchas rosadas, rojas, azules o blancas.
- **D de Diámetro:** el lunar mide más de 6 milímetros de ancho (alrededor de ¼ de pulgada o aproximadamente del tamaño del borrador de un lápiz), aunque los melanomas algunas veces pueden ser más pequeños que esto.
- **E de Evolución:** el tamaño, la forma o el color del lunar están cambiando.

Algunos melanomas no se rigen por estas guías descritas anteriormente, por lo que es importante que informe a su médico sobre cualquier cambio en su piel o nuevo lunar, o crecimientos que observe como algo distinto al resto de su piel.

Otras señales de advertencia son:

- Una llaga que no cicatriza.
- Propagación del pigmento del borde de una mancha hasta la piel circundante.
- Enrojecimiento o una nueva hinchazón más allá del borde del lunar
- Cambio en la sensación (tal como comezón, sensibilidad o dolor)
- Cambio en la superficie de un lunar (descamación, exudación, sangrado, o la apariencia de una protuberancia o bulto).

Para ver algunos ejemplos de cánceres de piel y otras afecciones de la piel, visite nuestra [Galería sobre el cáncer de piel](#)².

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel-de-celulas-basales-y-escamosas.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/galerias/galeria-de-imagenes-del-cancer-de-piel.html

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Consulte todas las referencias para el cáncer de piel aquí.
([#/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias](http://www.cancer.org/#/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias))

Last Medical Review: April 19, 2017 Last Revised: April 19, 2017

Si descubre algo sospechoso en su piel

Asegúrese de mostrar a su médico cualquier área que le preocupe. Si su médico sospecha que usted podría tener cáncer de piel, realizará exámenes y pruebas para confirmar la sospecha. Si no puede acudir a su médico de inmediato, tal vez desee tomar buenas fotos de primer plano de la zona para que el día de la cita su médico pueda ver si el área está cambiando.

Antecedentes médicos y examen físico

Por lo general, su médico comenzará preguntándole acerca de sus síntomas. El médico querrá saber cuándo apareció la marca por primera vez, si ha cambiado de tamaño o aspecto, y si causa dolor, comezón o sangrado. También podría preguntar si en el pasado usted estuvo expuesto a condiciones como causantes de cáncer de piel (incluyendo quemaduras por el sol y prácticas de bronceado) y si algún miembro de su familia ha tenido este cáncer.

Durante su examen físico, su médico observará el tamaño, la forma, el color y la textura del área en cuestión, y si ésta sangra, supura o forma una costra. Se le examinará el resto del cuerpo para ver si tiene lunares y otras manchas que podrían estar relacionados con el cáncer de piel.

El médico también puede palpar los ganglios linfáticos (cúmulos de células del sistema inmunológico del tamaño de un frijol) debajo de la piel cercana al área sospechosa. Algunos cánceres de piel se propagan a los ganglios linfáticos. Cuando esto ocurre, los ganglios linfáticos afectados pudieran volverse más grandes y firmes de lo normal.

Si su médico le examinó y sospecha que usted tiene cáncer de piel, es posible que le pida consultar a un dermatólogo, un médico especializado en enfermedades de la piel, quien examinará el área con más detenimiento.

Junto con el examen físico convencional, muchos dermatólogos realizan una dermatoscopia (también conocida como microscopia de epiluminiscencia [ELM] o microscopia de superficie) para observar áreas de la piel con más claridad. El médico usa un dermatoscopio, el cual contiene lentes de ampliación y una fuente de luz

colocada cerca de la piel. Algunas veces el médico aplicará una capa delgada de alcohol o aceite con este instrumento. Puede que el médico tome una fotografía digital del lugar.

Cuando se emplea por un dermatólogo experimentado, esta prueba puede mejorar la precisión en la detección de los cánceres de piel en etapas iniciales. A menudo puede ayudar a indicar si una mancha en la piel probablemente sea benigna (no cancerosa) sin que tenga que someterse a una biopsia.

Biopsia de piel

Si el médico considera que una región sospechosa en la piel puede tratarse de cáncer, se extraerá una muestra de la piel de dicha región para observarla con el microscopio. Esto se conoce como *biopsia de piel*. Existen muchas maneras de hacer una biopsia de piel. El médico optará por un método basándose en el tipo de cáncer de piel que se sospecha, de la localización del mismo en el cuerpo y del tamaño del área afectada, entre otros factores. Para más información sobre las biopsias de la piel, vea [Cáncer de piel tipo melanoma](#)¹ y [Cáncer de piel de células basales y de células escamosas](#)².

Si resulta que una mancha es cancerosa o precancerosa, puede que su médico quiera realizar más pruebas o proceder con tratamiento. Si la marca es pequeña y no se ha propagado, puede que todo lo que se necesite sea realizar una biopsia más extensa (para extraer más tejido) o algún tipo de procedimiento quirúrgico. Para cánceres que podrían ser más extensos (especialmente melanomas), es posible que se hagan estudios por imágenes para ver si el cáncer se ha propagado. Además, podría ser necesario llevar a cabo tratamiento, tal como inmunoterapia, terapia dirigida, quimioterapia o radiación. De nuevo, para aprender más, lea nuestra información sobre [cáncer de piel](#)³.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel-tipo-melanoma.html
2. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel-de-celulas-basales-y-escamosas.html
3. www.cancer.org/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel.html

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra

El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Consulte todas las referencias para el cáncer de piel aquí.

([#/content/cancer/es/cancer/cancer-de-piel/prevencion-y-deteccion-temprana/referencias](#))

Last Medical Review: April 19, 2017 Last Revised: April 19, 2017

Recursos adicionales

Organizaciones nacionales y sitios en Internet*

Además de la Sociedad Americana Contra El Cáncer, otras fuentes de información y de apoyo incluyen:

American Academy of Dermatology (AAD) Teléfono sin cargo: 1-888-462-3376 (1-888-462-DERM) Sitio Web: www.aad.org¹ Sitio Web de Spot Skin Cancer: www.aad.org/spot-skin-cancer²

- Para información sobre melanoma, evaluación del riesgo de cáncer de piel, un localizador de pruebas gratis de detección del cáncer de piel, y un localizador de dermatólogos.

Environmental Protection Agency (EPA) Sitio Web: www.epa.gov/sunwise³

- Provee información sobre la protección contra el sol y una aplicación del índice de luz ultravioleta que puede verificar usando su código postal.

Melanoma Research Foundation Línea telefónica gratuita: 1-877-673-6460 Sitio Web: www.melanoma.org⁴

- Para más sobre melanoma y foros de discusión, historias de pacientes, tableros de anuncios (todos para apoyar y educar a cualquier persona afectada con melanoma).

National Cancer Institute Línea telefónica gratuita: 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER) TTY: 1-800-332-8615 Sitio Web: www.cancer.gov⁵

- Provee información actualizada y precisa sobre el cáncer a los pacientes, sus familias y al público en general.

Skin Cancer Foundation Línea telefónica gratuita: 1-800-754-6490 (1-800-SKIN-490) Sitio Web: www.skincancer.org⁶

- Cuenta con fotografías y descripciones de cánceres de piel, materiales educativos e informativos, y boletín informativo.

**La inclusión en esta lista no implica la aprobación de la Sociedad Americana Contra El Cáncer.*

Independientemente de quién sea usted, nosotros le podemos ayudar. Contáctenos para obtener información y apoyo. Llámenos al **1-800-227-2345** o visítenos en www.cancer.org.

Hyperlinks

1. <https://www.aad.org/>
2. <https://www.aad.org/spot-skin-cancer>
3. <https://www.epa.gov/sunwise>
4. <https://www.melanoma.org/>
5. <http://www.cancer.gov/>
6. <http://www.skincancer.org/>
7. <mailto:permissionrequest@cancer.org>

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Last Medical Review: April 19, 2017 Last Revised: April 19, 2017

Referencias: Prevención y detección temprana del cáncer de piel

American Academy of Pediatrics. Policy statement – Ultraviolet radiation: A hazard to children and adolescents. *Pediatrics*. 2011;127:588-597.

American Cancer Society. *Cancer Facts & Figures 2015*. Atlanta, Ga: American Cancer Society; 2015.

El Ghissassi, Baan R, Straif K, et al. A review of human carcinogens--part D: Radiation. *Lancet Oncol*. 2009;10:751-752.

Food and Drug Administration. FDA Sheds Light on Sunscreens. 2013. Accessed at www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm258416.htm on December 30, 2014.

Food and Drug Administration. Sunless Tanners and Bronzers. 2014. Accessed at www.fda.gov/cosmetics/productsingredients/products/ucm134064.htm on October 8, 2013.

Food and Drug Administration. Tanning Products. 2013. Accessed at www.fda.gov/Radiation-EmittingProducts/RadiationEmittingProductsandProcedures/Tanning/ucm116434.htm on December 30, 2014.

Naylor MF, Rigel DS. Current concepts in sunscreens and usage. In: Rigel DS, Friedman RJ, Dzubow LM, Reintgen DS, Bystryn JC, Marks R, eds. *Cancer of the Skin*. Philadelphia, Pa: Elsevier Saunders; 2005:71-83.

La información médica de la La Sociedad Americana Contra El Cáncer está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor escriba a permissionrequest@cancer.org (<mailto:permissionrequest@cancer.org>)⁷.

cancer.org | 1.800.227.2345