

Examen de la piel para detectar signos de cáncer

Checking Your Skin for Signs of Cancer – Spanish

Todos podemos tener cáncer de piel. Muchas de las manchas que las personas encuentran en su piel no son cáncer, pero algunas de ellas pudieran ser cáncer o precáncer. Los cánceres de piel con frecuencia se pueden detectar en sus primeras etapas, cuando podría ser más fácil tratarlos. Usted puede ayudar examinando su piel.

Es importante para todos examinarse la piel y que un médico o enfermera la examine. Pero estos exámenes son aún más importantes si tiene un mayor riesgo de cáncer de piel.



Entérese de su riesgo de cáncer de piel

Hable con su médico sobre su riesgo y sobre la frecuencia con la que se tiene que examinar la piel. Los siguientes son algunos factores de riesgo que pueden aumentar la probabilidad de que una persona tenga cáncer de piel:

- Exposición a la luz ultravioleta (UV) por pasar tiempo bajo el sol o usar camas de bronceado
- Tener muchos lunares
- Tener piel blanca o más clara, pecas o pelo claro
- Tener antecedentes familiares de cáncer de piel
- Tener un sistema inmunitario débil
- Envejecer



Cómo examinarse la piel

Muchos médicos recomiendan a sus pacientes que se examinen la piel una vez al mes. Los exámenes de la piel se hacen mejor frente a un espejo de cuerpo entero. Un espejo de mano también es útil. Asegúrese de que la habitación esté bien iluminada. Podría necesitar que su cónyuge, pareja, amigo cercano o miembro de su familia le revise la espalda y el cuero cabelludo.



Colóquese frente al espejo

- Examine su cara, orejas, cuello, pecho y abdomen. Las mujeres necesitarán levantarse los senos para examinar la parte inferior.
- Examine la piel que se encuentra debajo de sus brazos, ambos lados de sus brazos, y el dorso y la palma de las manos. También examine entre sus dedos y debajo de las uñas de los dedos.



Siéntese

- Revise la parte anterior de sus piernas, la parte superior de los pies, entre los dedos de los pies y debajo de las uñas de los dedos de los pies.
- Use un espejo de mano para ver la planta de sus pies y la parte posterior de sus piernas.
- Use un espejo de mano para examinarse los glúteos, el área genital, las regiones inferior y superior de la espalda, y la parte posterior del cuello y las orejas. Podría resultarle más fácil ver su espalda en un espejo de pared con el uso de un espejo de mano.
- Use un peine o una secadora de pelo para separar su cabello y examinar su cuero cabelludo.



Lo que debe observar

Es difícil saber si un cambio en su piel podría ser cáncer. Esto es lo que debe de buscar. Si encuentra uno o más de estos cambios no significa que tiene cáncer, pero que lo debe examinar un médico.

- Una masa, punto, protuberancia o bulto en la piel nuevo o que ha cambiado
- Una llaga que sangra o que no se cura
- Un área roja áspera o seca de la piel que se podría encostrar o sangrar
- Comezón, hipersensibilidad o dolor nuevos
- Un bulto áspero
- Un lunar (u otra mancha) que es nuevo o que ha cambiado de tamaño, forma o color

- Un lunar con bordes irregulares, desiguales, o áreas de colores diferentes
- Extensión del color de un lunar afuera del borde del lunar
- Enrojecimiento o una nueva hinchazón afuera del borde de un lunar
- Cambio en la superficie de un lunar, descamación, exudación, sangrado o una protuberancia o bulto nuevo



Si encuentra algo nuevo o diferente durante un examen de la piel

- Trace un círculo alrededor del área con un marcador o un bolígrafo.
- Si su teléfono tiene cámara, saque una foto.
- Haga una cita para que un médico lo examine. La única manera de saber si es cáncer de piel es hablar con un experto.



Para informarse más al respecto, visite el sitio web de la Sociedad Americana Contra El Cáncer en: cancer.org/es o llámenos al **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.