En el Hospital Dr. Gustavo Fricke durante el año 2024 se realizaron más de 2.600 atenciones dermatológicas; 471 de ellas correspondió melanomas y tumores malignos, en muchos casos con diagnóstico tardío. Por ello la Dra. Catalina Jahr, dermatóloga del recinto entrega valiosas recomendaciones para cuidarse, especialmente en verano.

“La radiación solar es lo que más nos preocupa a nosotros como dermatólogos porque es un carcinógeno. Por lo tanto, las quemaduras solares aumentan el riesgo tanto de melanoma como de otros tipos de cáncer de piel, y además cosas más estéticas: genera foto envejecimiento, manchas en la piel, empeora algunas patologías como el Lupus que son fotosensibles, por ello para nosotros siempre lo más importante va a ser la prevención del cáncer de piel”, puntualizó la especialista.

Anuncio Patrocinado

El uso de medidas físicas como ropa que cubra la mayor parte del cuerpo, sombreros, lentes de sol junto con evitar la exposición directa al sol entre las 11 y las 16 horas debe complementarse con la aplicación de protector solar. “Por lo general en niños menores de 2 años recomendamos usar fotoprotectores minerales que no tienen productos químicos, por lo general tienen óxido de zinc, y luego de los dos años en adelante se pueden usar protectores pediátricos que generalmente son más para piel sensible y más resistente al agua, y ya en adolescentes, adultos, se pueden usar los fotoprotectores en el fondo común y corriente que son los que todos conocemos” explicó la Dra. Jahr

La médico también enfatizó en que la piel es “el órgano más grande del cuerpo, es el órgano más expuesto y nos va a acompañar hasta el último de nuestros días y si es que nosotros no lo cuidamos especialmente en edad infantil y adolescente, que es donde más se acumula la radiación, ya de adulto mayor empiezan a sufrir las secuelas de todo lo que no se cuidaron. Por lo tanto, ahí es cuando ellos dicen: yo ahora no tomo nada de sol, no voy a la playa, me cuido súper harto, pero claro ya tienen la radiación acumulada de toda su vida y eso ya no hay forma de borrarlo”.

¿Se puede prevenir el cáncer de piel?

La Dra. Catalina Jahr, señala que “es efectivamente prevenible principalmente con la foto protección” y es “muy tempranamente tratable si nosotros estamos

preocupados de nuestra piel, de examinarnos, mirarnos y de consultar precozmente cada vez que tenemos una sospecha. Un cáncer de piel puede ser incluso un melanoma muy fácilmente tratable si es que se detecta a tiempo. El problema es cuando lo detectamos tarde, pero como la piel es un órgano 100% expuesto nosotros deberíamos tener la capacidad de detectar los cánceres de piel en etapas tempranas, pero eso depende también de la ayuda de los pacientes que se examinen y que consulten precozmente".

La especialista recomienda el auto examinarse que consiste en "mirarse al espejo, mirarse la piel, la cara y cuando algo aparece estar atento ver cómo va evolucionando. Si es que pasan dos tres semanas y eso desaparece perfecto. Pero si ya vemos que llevamos más de dos semanas, pasa un mes y esta lesión no desaparece cuando hablamos de lesiones rojizas tipo espinilla o heridas que no están cicatrizando es mejor consultar precozmente".

Autoexamen y consulta precoz

La dermatóloga comenta que en el Hospital "vemos casos derivados del consultorio, vemos mucho cáncer de piel y muchas veces son casos que lamentablemente la consulta es bien tardía. Vemos tumores muchas veces de más de 10 centímetros en donde ya la cirugía es extremadamente compleja y dificulta mucho más el tratamiento, y bueno hay que explicarle al paciente y empezar a analizar. Acá tenemos comités oncológicos donde analizamos con las cirujanas oncológicas de cabeza y cuello los cirujanos plásticos para ver cuál es la mejor resolución para ese tipo de pacientes".

y tú, ¿qué opinas?