



Câncer de Pele

SÉRIE - FALANDO DE CÂNCER

Câncer de Pele

O que é o câncer de pele:

O câncer de pele é um tumor que tem origem nas células da pele que se transformaram e se multiplicaram de forma desordenada. O principal fator envolvido com esta multiplicação celular desordenada é a exposição repetida e prolongada à radiação solar ultravioleta.

O câncer de pele atinge principalmente pessoas:

- De pele branca e olhos claros;
- Que tiveram exposição prolongada ao sol na infância e adolescência e
- Que trabalham expostas ao sol sem proteção adequada.

Cerca de 90% das lesões ocorrem em áreas da pele que ficam expostas ao sol.

O câncer de pele é bastante freqüente e os principais tipos encontrados são o basocelular, o espinoelular e o melanoma, sendo este último o mais preocupante, embora o mais raro.

Como Prevenir:

A exposição solar prolongada e repetida é a principal causa do câncer de pele. Desta forma, a melhor forma de se prevenir é proteger a pele da radiação solar:

- Evite o sol entre 10 e 16 horas;
- Sempre que ficar exposto ao sol, use filtro com Fator de Proteção Solar (FPS) igual ou superior a 15, reaplicando-o a cada duas horas ou após entrar na água ou transpiração excessiva;
- Procure lugares com sombra e use sempre que possível proteção adequada, como chapéus ou bonés de abas largas e óculos escuros;

Os Sinais de Alerta:

- Manchas na pele que formam "cascas" ou sangram com facilidade;
- Feridas que não cicatrizam em 4 semanas;
- Pintas que mudam de tamanho, forma ou cor;

O melanoma, o mais perigoso câncer de pele, apresenta alguns sinais de alerta, chamados de **ABCD**:

- **A**ssimetria
- **B**ordas que se tornam irregulares, angulosas ou chanfradas;
- **C**or que altera, como marrom para negro, variação de tonalidade, etc;
- **D**iâmetro - aumento do tamanho

Faça regularmente o auto-exame da pele. Em frente a um espelho, examine todo o seu corpo, de frente, de costas e dos lados, a região genital, pés e mãos, além do couro cabeludo, pescoço e orelhas. Consulte regularmente o dermatologista.

A Secretaria Municipal da Saúde - SP disponibiliza em seu site (<http://portal.prefeitura.sp.gov.br/secretarias/saude>) a previsão do nível de Radiação Ultra Violeta, além de orientações sobre o que fazer em cada nível de radiação.