

Manténgase Seguro Bajo el Sol

Aunque a todos nos encanta tomar los cálidos rayos del sol de verano, deben recordar protegerse la piel de sus efectos dañinos. La exposición al sol sin protección puede afectar su sistema inmune, producir el envejecimiento prematuro de la piel y, lo más grave de todo, causar cáncer de piel. El tipo de cáncer que más comúnmente es diagnosticado en los EE.UU. Afortunadamente, es una de las formas de cáncer más prevenibles, por lo que es importante saber cuáles son los factores de riesgo que pueden ayudar a la detección temprana y la prevención.



1 DE CADA 5 ESTADOUNIDENSES  DESARROLLARÁ CÁNCER DE PIEL EN EL TRANCURSO DE SU VIDA.

¿Qué es el Cáncer de Piel?

El cáncer de piel es el resultado de un daño irreparable al ADN de las células de la piel que desencadena mutaciones o defectos genéticos que hacen que las células de la piel se multipliquen rápidamente y formen así tumores malignos. Los tres tipos más comunes de cáncer de piel son el carcinoma basocelular, el carcinoma de células escamosas y el melanoma.

- ✗ **Carcinoma basocelular (BCC, por su sigla en inglés) y el de células escamosas (SCC, por su sigla en inglés):** El BCC y el SCC se producen en las áreas más frecuentemente expuestas al sol.
- ✗ **Melanoma:** Es menos común que el BCC y que el SCC. El melanoma también es causado por la exposición al sol, pero puede desarrollarse en lunares y por otras vías.

Prevención

Mientras que el cáncer de piel puede ser atribuido a factores genéticos o influencias ambientales, la mayoría de los casos de cáncer de piel son causados por radiación ultravioleta (UV).

¿Qué es la radiación UV?

La radiación UV está causada por la exposición sin protección a los rayos UV. Los rayos UV son emitidos por el sol y pueden variar en intensidad según la época del año y la hora del día, entre otros factores. Los rayos UV también son emitidos por dispositivos artificiales como camas de bronceado y lámparas solares.

Mientras que hay diversas etnias que se encuentran a riesgos mayores de desarrollar un tipo particular de cáncer de piel, la gente de todos los orígenes étnicos puede ser vulnerables.

En honor al mes de la **Concientización de la Seguridad contra los Rayos UV**, aquí hay algunos consejos prácticos para mantenerse seguro bajo el sol este verano:

- ✓ Utilice como mínimo un protector solar con factor de protección solar (FPS) 15 todos los días, y aplíquelo periódicamente cuando esté bajo el sol durante períodos prolongados
- ✓ Mantenga su piel cubierta siempre que sea posible para limitar la exposición al sol y utilice anteojos de sol para proteger sus ojos
- ✓ Examine su piel regularmente; al menos una vez por mes
- ✓ Manténgase al día con sus visitas de salud anuales y asegúrese de hablar con su médico si nota algún cambio que le preocupe.



Healthcare • Education • Action!

DESEA MÁS CONSEJOS DE SALUD? VISITE NUESTRA PÁGINA WEB PARA UNIRSE A NUESTRA LISTA DE CORREO