

ANTIGUA CATEDRAL DE SAN JOSÉ

NOTA DE SALUD DE LA PARROQUIA

ENERO 2024

Feliz Año Nuevo de parte del Comité de Salud de la Antgua Catedral de San José

Este mes destacamos el cáncer de piel. El número de cánceres de piel en personas menores de 40 años, especialmente en mujeres, ha ido en aumento. La forma más mortal de cáncer de piel es el melanoma. El melanoma es un tipo de cáncer de piel que se origina en los melanocitos. Los melanocitos son células que producen el pigmento que le da color a la piel. El pigmento se llama melanina. Por lo general, el melanoma comienza en la piel que a menudo está expuesta al sol. Esto incluye la piel de los brazos, la espalda, la cara y las piernas. El melanoma también se puede formar en los ojos. En raras ocasiones, puede ocurrir dentro del cuerpo, como en la nariz o la garganta.

Los factores de riesgo que pueden aumentar el riesgo de melanoma incluyen:

- Antecedentes familiares de melanoma. Si un pariente cercano ha tenido melanoma, usted también tiene una mayor probabilidad de desarrollar un melanoma. Los parientes cercanos pueden incluir a un padre, un hijo o un hermano.
- Antecedentes de quemaduras solares. Una o más quemaduras solares graves y con ampollas pueden aumentar el riesgo de melanoma.
- Exposición a la luz ultravioleta. La luz ultravioleta, también llamada luz ultravioleta, que proviene del sol y de las luces y camas de bronceado aumenta el riesgo de cáncer de piel, incluido el melanoma.
- Tener muchos lunares o lunares que no son típicos. Tener más de 50 lunares típicos en el cuerpo indica un mayor riesgo de melanoma. Además, al tener un tipo de lunar que no es típico, conocido médicamente como nevos displásicos, estos lunares tienden a ser más grandes que los lunares típicos. Pueden tener bordes inusuales y una mezcla de colores.
- Piel que se quema con facilidad. Cualquier persona puede contraer melanoma, pero es más común en personas de piel blanca. Si tienes el cabello rubio o pelirrojo, ojos claros y pecas o quemaduras solares con facilidad, es más probable que desarrolles melanoma.
- Sistema inmunitario debilitado. Si el sistema inmunitario del cuerpo, que combate los gérmenes, está debilitado por medicamentos o enfermedades, podría haber un mayor riesgo de melanoma y otros cánceres de piel.

Prevención

Puedes reducir el riesgo de melanoma y otros tipos de cáncer de piel si:

- Evite las lámparas de bronceado y las camas.
- Evite el sol durante las horas centrales del día.
- Familiarízate con tu piel para que notes los cambios.
- Use ropa protectora y gafas de sol.
- Use protector solar durante todo el año

Ten en cuenta estos consejos cada vez que trabajes o juegues al aire libre.

¿Cuándo consultar a un médico?

Pide una cita con tu médico u otro profesional de la salud si notas algún cambio en la piel que te preocupe.

