

CUIDADOS DE LA PIEL

Ft. Mariana Díaz García

Coordinadora seguridad y salud en el trabajo Grupo Imperio

¿Qué es el cáncer de piel y qué tipos existen?

- ▶ El cáncer de piel es el crecimiento anormal de las células de la piel con formación de células malignas que suele desarrollarse en la piel expuesta al sol y en menor medida en zonas no expuestas. El cáncer de piel afecta a las personas de todos los tonos de piel.



¿Qué tan frecuente es el cáncer de piel?

- ▶ El cáncer de piel es la neoplasia más frecuente del ser humano. Entre enero de 2000 y diciembre de 2019, se registraron 79.381 casos nuevos de cáncer en el Instituto Nacional de Cancerología; de estos, 11.780 (14,9 %) fueron casos nuevos de cáncer de piel, con un promedio de 841,4 por año (2). Los departamentos con la incidencia más alta fueron Bogotá D.C., Antioquia, Cundinamarca y Boyacá.

Dentro del cáncer de piel el más común es el carcinoma basocelular, poco agresivo y casi nunca genera metástasis, con un porcentaje del 70% de los casos. En segundo lugar, con un 20% está el cáncer escamocelular y por último con un 5% está el melanoma, el cual es el más grave porque está más frecuentemente asociado a metástasis y es el que provoca la mayor cantidad de muertes por cáncer de piel en el mundo.



¿Cuáles son los factores de riesgo para desarrollar cáncer de piel?

- ▶ Piel clara
- ▶ Antecedentes de quemaduras por el sol
- ▶ Exposición excesiva al sol. Recuerda que broncearse, incluso exponerse a camas y lámparas solares, también te pone en riesgo.
- ▶ Lunares atípicos
- ▶ Lesiones cutáneas precancerosas como queratosis actínicas
- ▶ Antecedentes familiares de cáncer de piel
- ▶ Exposición a la radiación
- ▶ Exposición a sustancias como el arsénico



¿Cómo se previene el cáncer de piel?

- ▶ Se puede prevenir en la medida que se eliminan los factores de riesgo, como: exposición prolongada al sol, fumar, tener sobrepeso y no hacer ejercicio.
- ▶ Uso de bloqueador solar aun en puestos de trabajo cerrados como oficina dado que la luz artificial corresponde a un factor predisponente a lesiones en el piel.
- ▶ Constate hidratación y humectación de la piel.
- ▶ Tomar mucha agua, por ser la piel el medio para la eliminación de calor.
- ▶ Personal operativo (jardineros, piscineros) uso de uniforme completo con respectivos EPP.
- ▶ Recuerda que, ante cualquier cambio o lesión en la piel, se debe consultar al médico y no automedicarse.

