



Prevenção ao Câncer de Pele

O câncer **mais comum no Brasil** pode ser evitado com **medidas simples**.





O câncer de pele é atualmente o tipo de câncer mais frequente no Brasil e no mundo, em nosso país ele corresponde a quase **30% dos tumores malignos diagnosticados**. Apesar disso, é também uma das doenças mais preveníveis. Entender os fatores de risco, formas de prevenção e sinais de alerta é essencial para combater essa doença **que ocorre devido ao crescimento descontrolado e anormal das células da pele, formando um tumor maligno**.

Os tipos mais comuns são:

- **Carcinoma basocelular:** É o tipo menos agressivo e mais comum, frequentemente relacionado à exposição solar crônica.
- **Carcinoma espinocelular:** Um pouco mais agressivo que o basocelular, pode gerar feridas que não cicatrizam.
- **Melanoma:** O tipo mais grave, pode se espalhar rapidamente para outros órgãos se não tratado precocemente.



Fatores de risco

Alguns fatores **umentam a probabilidade de desenvolver** câncer de pele, como:

- Histórico familiar da doença.
- Pele clara, olhos claros e cabelos ruivos ou loiros.
- Exposição prolongada ao sol sem proteção adequada, especialmente na infância e adolescência.
- Trabalhos ao ar livre ou atividades frequentes sob o sol sem proteção.

Sinais de alerta

É importante **observar a pele regularmente**. Os sinais que merecem atenção incluem:

- Manchas que coçam, descamam ou sangram.
- Pintas ou sinais que mudam de tamanho, cor ou formato.
- Feridas que não cicatrizam após quatro semanas.
- Alterações na textura da pele ou dor persistente.

Prevenção

A prevenção é o que você precisa saber para **evitar o câncer de pele**. Algumas das medidas mais eficazes incluem:

- 1. Evitar exposição ao sol nos horários de pico:** Entre 10h e 16h, a radiação ultravioleta é mais intensa.
- 2. Uso de proteção solar:** Aplicar filtro solar com FPS 30 ou mais em todas as áreas expostas, reaplicando a cada duas horas ou após suor intenso ou mergulhos.
- 3. Roupas e acessórios:** Utilizar chapéus de abas largas, roupas com proteção UV, óculos escuros e barracas de lona.
- 4. Hidratação:** Manter a pele hidratada com produtos adequados ajuda a minimizar os danos do sol.
- 5. Autoexame:** Inspeccionar a pele regularmente e procurar um dermatologista em caso de alterações suspeitas.



Diagnóstico e tratamento

O diagnóstico precoce é mais do que necessário para o sucesso do tratamento. Ele é feito por meio de avaliação clínica e, em alguns casos, biópsias. Quando detectado no início, o câncer de pele apresenta **mais de 90% de chance de cura**.

Geralmente o tratamento é realizado por remoção cirúrgica, com altas taxas de sucesso quando se trata do câncer de pele não melanoma.

No caso de um melanoma, pode incluir cirurgia, quimioterapia, radioterapia ou terapias-alvo, dependendo do estágio do tumor.

Câncer comum mas que pode ser evitável

O sol, embora necessário para a síntese de vitamina D, pode ser extremamente prejudicial quando a exposição é excessiva ou feita sem proteção. **A radiação ultravioleta é acumulativa, ou seja, os danos se acumulam ao longo da vida**, aumentando o risco de câncer de pele com o passar dos anos.

O câncer de pele é uma doença que requer seriedade, mas que pode ser amplamente evitada **com cuidados simples no dia a dia**. A proteção solar, a conscientização e a busca por ajuda médica ao notar alterações na pele são passos fundamentais para reduzir os índices da doença no Brasil.

Lembre-se: cuidar da pele é cuidar da vida.



Agende uma reunião para falar com um especialista

Dra. Marcela L. F.
Candido

Diretora Técnica
Médica

CRM-SP 176.449 |
RQE 105663

Canais de comunicação da Bolder Medical:



boldermedical.com.br



(19) 99938-1842



(19) 99938-1842



contato@boldermedical.com.br

Siga nossos perfis nas
redes sociais e acompanhe
o nosso blog



<https://boldermedical.com.br/blog>