

O QUE É CÂNCER DE PELE?

É um tumor que atinge a pele, sendo o mais frequente no Brasil e no mundo. Mais comum em pessoas com mais de 40 anos, é raro em crianças e pessoas negras. Causado, principalmente, pela exposição excessiva ao sol.

TIPOS DE CÂNCER DE PELE

Pode ser classificado de duas formas:

- câncer de pele melanoma: tem origem nas células produtoras da melanina e é mais frequente em adultos brancos;
- câncer de pele não melanoma: mais frequente no Brasil, responsável por 30% de todos os casos de tumores malignos registrados no País.

SOBRE O CÂNCER DE PELE MELANOMA

Pode aparecer em qualquer parte do corpo, na pele ou mucosas, na forma de manchas, pintas ou sinais. Em pessoas de pele negra, ele é mais comum nas áreas claras, como palmas das mãos e plantas dos pés.

Mesmo sendo o mais frequente no Brasil, o melanoma representa apenas 3% das neoplasias malignas do órgão. É o tipo mais grave, devido à sua alta possibilidade de provocar metástase. O prognóstico desse tipo de câncer pode ser considerado bom, se detectado em sua fase inicial.

Nos últimos anos, houve grande melhora na sobrevivência dos pacientes com melanoma, principalmente devido à detecção precoce do tumor e à introdução dos novos medicamentos imunoterápicos.

Nas atividades ocupacionais, pode ser necessário reformular as jornadas de trabalho, ou a organização das tarefas desenvolvidas ao longo do dia.

Importante: em dias nublados, também é importante usar as proteções necessárias. As tatuagens podem esconder lesões, por isso merecem atenção. É necessário reaplicar o filtro solar a cada duas horas, durante a exposição solar, assim como após mergulho ou grande transpiração. Mesmo os filtros solares à prova d'água devem ser reaplicados.

Procure sempre um médico especializado se perceber qualquer sintoma.



DICAS PARA
**PREVENIR
O CÂNCER
DE PELE**

CÂNCER DE PELE NÃO MELANOMA

Mais comum no Brasil, tem alta chance de cura, desde que seja detectado e tratado precocemente. Entre os tumores de pele, é o mais frequente e de menor mortalidade, mas pode deixar mutilações bastante expressivas, se não for tratado adequadamente.

O câncer de pele não melanoma apresenta tumores de diferentes tipos. Os mais frequentes são:

- o carcinoma basocelular, o mais comum e também o menos agressivo, se caracteriza por uma lesão (ferida ou nódulo), e apresenta evolução lenta;
- carcinoma epidermoide: também surge por meio de uma ferida ou sobre uma cicatriz, principalmente aquelas decorrentes de queimadura. A maior gravidade do carcinoma epidermoide se deve à possibilidade de apresentar metástase.

QUAIS SÃO OS FATORES DE RISCO DO CÂNCER DE PELE?

Qualquer pessoa pode desenvolver o câncer de pele, mas aquelas com pele muito clara, albinas, com vitiligo, ou em tratamento com imunossupressores, são mais sensíveis ao sol. É mais comum em pessoas com mais de 40 anos e considerado raro em crianças e pessoas negras, exceto que tenham algum outro tipo de problema cutâneo. Apesar desse índice, a média da idade vem diminuindo com o passar dos anos, tendo em vista que pessoas jovens têm se exposto, constantemente, aos raios solares.



Os principais fatores de risco para o câncer de pele não melanoma são:

- pessoas de pele clara, olhos claros, albinos, ou sensíveis à ação dos raios solares;
- pessoas com história pessoal, ou familiar deste câncer;
- pessoas com doenças cutâneas prévias;
- pessoas que trabalham sob exposição direta ao sol;
- exposição prolongada e repetida ao sol;
- exposição a câmeras de bronzeamento artificial.

Importante: o sol é bom para a saúde, mas em excesso pode provocar envelhecimento precoce, lesões nos olhos e câncer de pele.

COMO IDENTIFICAR O CÂNCER DE PELE?

Os principais sintomas do câncer de pele são:

- manchas pruriginosas (que coçam), descamativas ou que sangram;
- sinais ou pintas que mudam de tamanho, forma ou cor;
- feridas que não cicatrizam em 4 semanas.

O câncer de pele ocorre, principalmente, nas áreas do corpo que são mais expostas ao sol, como rosto, pescoço e orelhas. Se não tratado adequadamente, pode destruir essas estruturas.

COMO DETECTAR PRECOZEMENTE O CÂNCER DE PELE?

Existem as estratégias de diagnóstico precoce e de rastreamento, que é a aplicação de exames em indivíduos saudáveis, sem sinais ou sintomas da doença, com o objetivo de detectar a doença em fase pré-clínica. Para o câncer de pele não melanoma, a identificação em fase bem inicial possibilita melhores resultados no tratamento, com maiores chances de cura e menores sequelas cirúrgicas.

COMO USAR TESTE ABCDE PARA DETECÇÃO DO CÂNCER DE PELE?

Assimetria: uma metade do sinal é diferente da outra.
Bordas irregulares: contorno mal definido.
Cor variável: presença de várias cores em uma mesma lesão (preta, castanha, branca, avermelhada ou azul).
Diâmetro: maior que 6 milímetros.
Evolução: mudanças observadas em suas características (tamanho, forma ou cor).

Na identificação dos cânceres de pele basocelulares e espinocelulares, seriam buscadas, nas regiões do corpo mais expostas ao sol, manchas que coçam, ardem, descamam ou sangram e feridas que costumam a cicatrizar.

COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO DO CÂNCER DE PELE?

É feito pelo dermatologista por meio de exame clínico. Em determinadas situações, é possível que o profissional de saúde utilize o exame conhecido como Dermatoscopia, que consiste em usar um aparelho que permite visualizar camadas da pele não vistas a olho nu. Em situações mais específicas, é necessário fazer a biópsia (indicado para a confirmação diagnóstica). Outros exames podem ser necessários para determinar o estadiamento da doença e decidir o tratamento mais adequado.

COMO PREVENIR O CÂNCER DE PELE?

A principal recomendação para a prevenção do câncer de pele é evitar a exposição ao sol, principalmente nos horários em que os raios solares são mais intensos (entre 10h e 16h), utilizar óculos de sol com proteção UV, roupas que protegem o corpo, chapéus de abas largas, sombrinhas e guarda-sol. Atualmente, estão disponíveis no mercado roupas e acessórios com proteção UV, que dão maior proteção contra os raios solares. Em caso de exposição solar necessária, principalmente em torno do meio-dia, recomenda-se a procura por áreas cobertas que forneçam sombra, como embaixo de árvores, marquises e toldos, com o objetivo de minimizar os efeitos da radiação solar. O uso de filtro solar com fator de proteção solar (FPS) 15, ou mais, é fundamental, principalmente quando a exposição ao sol é inevitável. O filtro solar deve ser aplicado corretamente, uma vez que o real fator de proteção desses produtos varia com a espessura da camada de creme aplicada, a frequência da aplicação, a perspiração e a exposição à água. De mesmo modo, deve ser utilizado também o protetor labial.



Recomendações especiais devem ser direcionadas aos bebês e às crianças, pois é o período da vida mais suscetível aos efeitos danosos da radiação UV que se manifestam, depois, na fase adulta.

COMO TRATAR O CÂNCER DE PELE?

A cirurgia oncológica é o mais indicado para tratar o câncer de pele para a retirada da lesão, que, em estágios iniciais, pode ser realizada em nível ambulatorial. Já para casos mais avançados e para o câncer de pele melanoma, o tratamento varia de acordo com tamanho e estadiamento do tumor, podendo ser indicadas, além de cirurgia, a radioterapia e a quimioterapia. Além disso, existe também a terapia fotodinâmica, que é mais uma opção de tratamento para a ceratose actínica (lesão precursora do câncer de pele), carcinoma basocelular superficial e carcinoma epidermoide "in situ" (Doença de Bowen).

Quando há metástase, o melanoma, atualmente, é tratado com novos medicamentos, que apresentam altas taxas de sucesso terapêutico. A estratégia de tratamento para a doença avançada deve ter como objetivo postergar a evolução da doença, oferecendo chance de sobrevivência mais longa aos pacientes.

	benigno	maligno
A ssimetria (formato)	simétrico	assimétrico
B ordas	bordas regulares	bordas irregulares
C or	uma cor só	mais de uma cor
D iâmetro (tamanho)	menor que 6mm*	maior que 6mm
E volução	mudança rápida na aparência (tamanho, forma, cor ou espessura).	

*tamanho da largura de um lápis