



# melanoma



Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades. Av. Fidel Velázquez No. 805, Col. Vértice. C.P. 50150. Tel. (722) 2193887. Estado de México.



El melanoma es un tipo de cáncer de piel que se origina en los melanocitos. Los melanocitos son células que producen el pigmento que da color a la piel. El pigmento se conoce como melanina.



## ¿qué es?

- El melanoma es un tipo de cáncer de piel que se origina en los melanocitos. Los melanocitos son células que producen el pigmento que da color a la piel. El pigmento se conoce como melanina.
- El melanoma se origina habitualmente en la piel que suele estar expuesta a la luz solar. Esto incluye la piel de los brazos, espalda, cara y piernas. El melanoma también puede formarse en los ojos. En raras ocasiones, puede aparecer en el interior del cuerpo, como en la nariz o garganta.
- No se conoce la causa exacta de los melanomas. La exposición a la luz ultravioleta causa la mayoría de los melanomas. La luz ultravioleta procede de la luz solar o de las lámparas y camas bronceadoras. Limitar la exposición a la luz ultravioleta puede ayudar a reducir el riesgo de tener melanoma.
- El riesgo de manifestarlo parece aumentar en las personas menores de 40 años, especialmente en las mujeres. Conocer los síntomas del cáncer de piel puede ayudar a asegurar que los cambios cancerosos se detecten y se traten antes de que el cáncer se disemine. El melanoma se puede tratar con éxito si se encuentra a tiempo.

- El melanoma no siempre comienza como un lunar. Puede aparecer en piel sana y también en zonas que no están tan expuestas al sol. Por ejemplo, en las plantas de los pies, palmas de las manos y lecho de las uñas. También puede aparecer en el interior del cuerpo. Estos melanomas ocultos son más comunes en personas que tienen la piel marrón o negra.
- Los lunares típicos suelen tener un color uniforme. Pueden ser rosados, tostados, marrones o negros. En personas de piel negra u oscura, es más probable que los lunares típicos sean marrones oscuros o negros. Los lunares típicos tienen un borde definido que los separa de la piel que los rodea. Son ovalados o redondos y, generalmente, tienen menos de 1/4 de pulgada (alrededor de 6 milímetros) de diámetro.
- La mayoría de los lunares comienzan a aparecer en la infancia y pueden formarse nuevos lunares hasta aproximadamente los 40 años. En la edad adulta, la mayoría de las personas tienen entre 10 y 40 lunares. Los lunares pueden cambiar de aspecto con el tiempo y algunos pueden incluso desaparecer con la edad.



Los primeros signos y síntomas del melanoma suelen ser:  
Un cambio en un lunar existente.

## signos y síntomas

- Los primeros signos y síntomas del melanoma suelen ser:
  - Un cambio en un lunar existente.
  - La formación de un nuevo bulto pigmentado o de aspecto inusual en la piel.
- Los síntomas de los melanomas pueden ocurrir en cualquier parte del cuerpo. Se desarrollan con más frecuencia en zonas que estuvieron expuestas al sol. Esto incluye los brazos, espalda, cara y piernas.
- Algunos lunares no son normales. Pueden tener ciertas características que indiquen la presencia de melanomas u otros tipos de cáncer de piel. Entre ellas, se incluyen las siguientes:
  - Forma asimétrica. Busca lunares con formas inusuales, como dos mitades que tienen un aspecto muy diferente.
  - Cambios de color. Busca bultos que tengan muchos colores o

- patrones de colores inusuales.
- Cambios de tamaño. Busca bultos recientes en lunares que tengan más de 1/4 de pulgada (alrededor de 6 milímetros).
- Cambios en los síntomas. Busca cambios en los síntomas, como picazón o sangrado nuevos.
- Bordes inusuales. Busca lunares que tengan bordes inusuales, dentados o con cortes.
- Los lunares que se convierten en tipos de cáncer pueden verse muy diferentes. Algunos pueden presentar todos los cambios mencionados anteriormente, mientras que otros pueden tener solo una o dos características inusuales.



Los melanomas también pueden presentarse en zonas del cuerpo que se exponen poco o casi nada a la luz solar.



## melanomasocultos

- Los melanomas también pueden presentarse en zonas del cuerpo que se exponen poco o casi nada a la luz solar. Estas zonas incluyen los espacios entre los dedos y plantas de los pies, palmas, cuero cabelludo o genitales. En ocasiones, a estos se los conoce como melanomas ocultos porque aparecen en lugares donde la mayoría de la gente no revisa. Cuando el melanoma se presenta en personas de piel negra u oscura, es más probable que aparezca en una zona oculta.
- Algunos de los melanomas ocultos son los siguientes:
  - Melanoma dentro del cuerpo. El melanoma mucoso se presenta en las membranas mucosas. Este tejido recubre la nariz, boca, esófago, ano, vías urinarias y vagina. Los melanomas mucosos son particularmente difíciles de detectar porque pueden confundirse con facilidad, con otras enfermedades mucho más comunes.
  - Melanoma en el ojo. El melanoma del ojo también recibe el nombre de melanoma ocular. Por lo general, suele presentarse en la capa de tejido debajo de la parte blanca del ojo. Esta capa

recibe el nombre de úvea. Un melanoma del ojo puede causar cambios en la visión y puede diagnosticarse durante un examen de la vista.

- Melanoma debajo de una uña. El melanoma lentiginoso acral es un tipo poco frecuente de melanoma que puede ocurrir debajo de una uña del dedo del pie o de la mano. También se lo puede encontrar en las palmas de las manos o en las plantas de los pies. El melanoma lentiginoso acral suele ser muy oscuro y plano, y tener bordes muy inusuales. Es más común en las personas de ascendencia asiática y en aquellas de piel negra u oscura.
- No se sabe con claridad qué cambia el ADN de las células de la piel y cómo deriva en el melanoma. Es probable que sea una combinación de factores, entre ellos factores ambientales y genéticos. Aun así, las y los profesionales de atención médica creen que la exposición a la luz ultravioleta es la principal causa de melanoma. La luz ultravioleta procede del sol y de las lámparas y camas bronceadoras.



Evita las lámparas de bronceado y las camas solares. Las lámparas y camas bronceadoras emiten luz ultravioleta. La exposición a este tipo de luz puede aumentar el riesgo de padecer cáncer de piel.

## prevención

• Puedes reducir el riesgo de tener melanoma y otros tipos de cáncer de piel si sigues estas recomendaciones:

- Evita las lámparas de bronceado y las camas solares. Las lámparas y camas bronceadoras emiten luz ultravioleta. La exposición a este tipo de luz puede aumentar el riesgo de padecer cáncer de piel.
- Evita el sol durante el mediodía. Para muchas personas en Norteamérica, los rayos solares son más fuertes entre las 10:00 y las 16:00. Organiza tus actividades al aire libre para otros momentos del día, incluso en invierno o cuando el cielo esté nublado.
- Conoce qué tipo de piel tienes para así notar los cambios. Revisa tu piel con frecuencia para detectar nuevas protuberancias en la piel. Busca cambios en lunares, pecas, protuberancias y marcas de nacimiento existentes. Con la ayuda de espejos, revísate el rostro, el cuello, las orejas y el cuero cabelludo. Mírate el pecho y el tronco y la parte superior e inferior de los brazos y las manos. Revisa tanto la parte frontal como posterior de las piernas y pies, plantas de los pies y espacios entre los dedos. Revisa también la

zona genital y entre los glúteos.

- Usa ropa protectora. Cuando salgas al exterior durante el día, usa ropa que te ayude a proteger la piel de los rayos solares. Cúbrete la piel con ropa oscura y con tela ceñida que te cubra los brazos y las piernas. Usa un sombrero de ala ancha que brinde mayor protección que una gorra de béisbol o que una visera. Algunas compañías también venden ropa de protección. El dermatólogo puede recomendar una marca adecuada.
- No olvides los anteojos de sol. Busca las que bloquean los dos tipos de luz ultravioleta que proceden del sol, que se conocen como ultravioleta A y ultravioleta B.
- Usa protector solar durante todo el año. Aunque el día esté nublado, usa un protector solar de amplio espectro con un factor de protección solar de, al menos, 30. Aplica una buena cantidad de protector solar. Vuelve a aplicarlo cada dos horas o con más frecuencia si nadas o sudas.



El 23 de mayo se celebra el Día Mundial del Melanoma cuyo objetivo es concienciar a la población sobre la importancia del diagnóstico precoz de este tipo de cáncer.



## en México

- Pese a que el carcinoma de células basales es el tipo de cáncer de piel más común, el melanoma representa el 4% de los tumores malignos de la piel y sigue siendo el responsable del 80% de las muertes de este tipo de tumores.
- Casi 1 de cada 3 muertes por cáncer de piel no melanomatoso se debe al trabajo bajo el sol, según las estimaciones conjuntas de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Internacional del Trabajo (OIT) publicadas en noviembre del 2023. En la investigación, publicada en Environment International, se concluye que trabajadores/as al aire libre soportan una carga importante y creciente de cáncer de piel melanomatoso y no melanomatoso, por lo que se hace un llamado a la acción para prevenir este grave peligro en el lugar de trabajo y la pérdida de vidas de personas trabajadoras. 1,600 millones de personas en edad de trabajar (15 años o más) estuvieron expuestas a la radiación solar ultravioleta mientras trabajaban al aire libre en 2019, lo que equivale al 28% de todas las personas en edad de trabajar. Solo en 2019, casi 19,000 personas de 183 países murieron de cáncer de piel no melanomatoso por haber trabajado al aire libre bajo el sol, la mayoría (65%) eran hombres.
- La exposición ocupacional a la radiación solar ultravioleta es el factor

de riesgo relacionado con el trabajo que presenta la tercera mayor carga atribuible de muertes por cáncer a nivel mundial. Entre 2000 y 2019, las muertes por cáncer de piel atribuibles a la exposición ocupacional a la luz solar casi se duplicaron: aumentaron de 10,088 en 2000 a 18,960 en 2019, esto es, un 88%.

- En México el melanoma ocupa alrededor del 3% de los tumores, el 80% de los casos está en etapas avanzadas, la media de nivel de Breslow en las y los pacientes atendidos en el Hospital de Oncología del Centro Médico Nacional Siglo SXXI del IMSS es de 10mm. Los sitios más frecuentemente afectados son en las extremidades inferiores, por debajo de las uñas de los dedos de pies y en las plantas; se caracterizan por una mancha negra que no desaparece y que aumenta tanto en extensión como en volumen. Para lograr el diagnóstico temprano se debe identificar la aparición de pigmentación en piel, sobre todo en las personas con piel blanca y ojos claros, se debe observar si un lunar cambia; los cambios que alertan pueden identificarse con la nemotecnia "ABCDE": Asimetría de los lunares, Bordes irregulares, cambios de Color o varios colores, aumento del Diámetro y Elevación sobre la superficie de la piel.

Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

**Gobierno del Estado de México**

**Secretaría de Salud**

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

[www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/](http://www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/)

correo: [cevece@salud.gob.mx](mailto:cevece@salud.gob.mx)

o síguenos por:

