

# Prevenção do câncer da pele

## *Prevention of skin cancer*

O câncer da pele é comumente dividido em não melanoma (carcinoma basocelular ou carcinoma epidermóide) e melanoma. O câncer de pele não melanoma é o mais incidente no país, sendo responsável por, aproximadamente 1/5 dos casos novos de câncer. Porém, por apresentar altos índices de cura, sua taxa de mortalidade é uma das mais baixas. A maior incidência deste tipo de câncer de pele se dá na região da cabeça e do pescoço que são justamente os locais de exposição direta aos raios solares.

Por outro lado, o melanoma, responsável por aproximadamente 5% dos casos de câncer da pele, apresenta uma alta letalidade, principalmente pela sua alta capacidade de desenvolvimento de metástases.

### FATORES DE RISCO

O principal fator de risco associado aos cânceres da pele é a exposição excessiva aos raios solares (raios ultravioletas). Outros fatores como irritações crônicas (úlceras angiódérmicas e cicatrizes de queimadura) e exposição a fatores químicos, como o arsênico, também podem levar ao desenvolvimento do câncer da pele. Com relação ao melanoma, além dos fatores já citados, associam-se a história prévia de câncer de pele, história familiar de melanoma, nevo congênito (pinta escura), xeroderma pigmentoso (doença congênita que se caracteriza pela intolerância total da pele ao sol, com queimaduras externas, lesões crônicas e tumores múltiplos) e o nevo displásico (lesões escuras da pele com alterações celulares pré-cancerosas).

### SINAIS E SINTOMAS

As queixas mais comuns relacionadas ao câncer da pele são:

- mancha que coça, doi, sangra ou descama;
- ferida que não cicatriza em 4 semanas;

- sinal que muda de cor, textura, tamanho, espessura ou contornos;
- elevação ou nódulo circunscrito e adquirido da pele que aumenta de tamanho e tem aparência perolada, translúcida, avermelhada ou escura.

### PREVENÇÃO

A prevenção do câncer da pele fundamenta-se no aconselhamento para a proteção contra a radiação solar por meio da utilização de filtros solares (FPS 15 ou mais), vestimentas adequadas e acessórios protetores (camiseta, chapéu, guarda-sol e óculos escuros), evitando-se a exposição solar entre 10:00 e 16:00h.

### DETECÇÃO PRECOCE

As evidências científicas indicam que o rastreamento populacional para o câncer de pele por meio do auto-exame ou do exame clínico não reduziu a mortalidade por este câncer. Entretanto, o exame clínico da pele deve fazer parte do exame físico de rotina, mesmo que a queixa principal do paciente não esteja localizada na pele. Especial atenção deve ser dada aos indivíduos de pele clara, trabalhadores rurais, pescadores e outros profissionais com alta exposição à luz solar.

Indivíduos com lesões suspeitas devem ser imediatamente encaminhados à consulta especializada em centros de referência para realização dos procedimentos diagnósticos necessários. Deve-se estar atento aos sinais de transformação de um "sinal" em melanoma (ABCD):

- Assimetria: uma metade diferente da outra;
- Bordas irregulares: contorno mal definido;
- Cor variável: várias cores (preta, castanha, branca, avermelhada ou azul) numa mesma lesão;
- Diâmetro: maior que 6 milímetros.

---

#### Fonte:

Instituto Nacional de Câncer (Brasil). Prevenção e controle do câncer: normas e recomendações do INCA. Rev Bras Cancerol 2002;48(3):317-32.