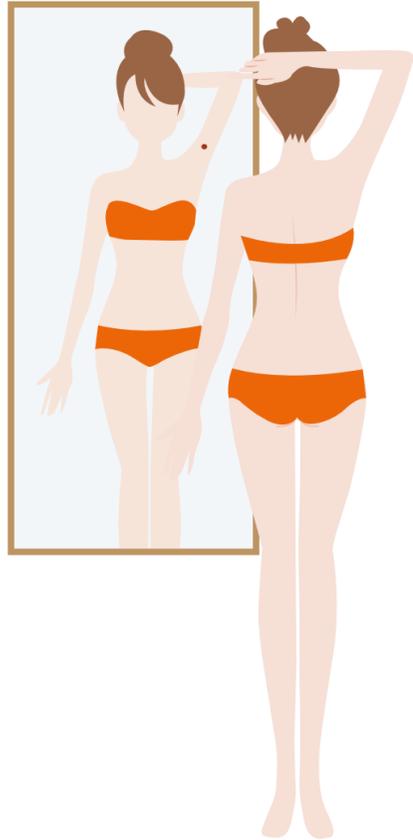


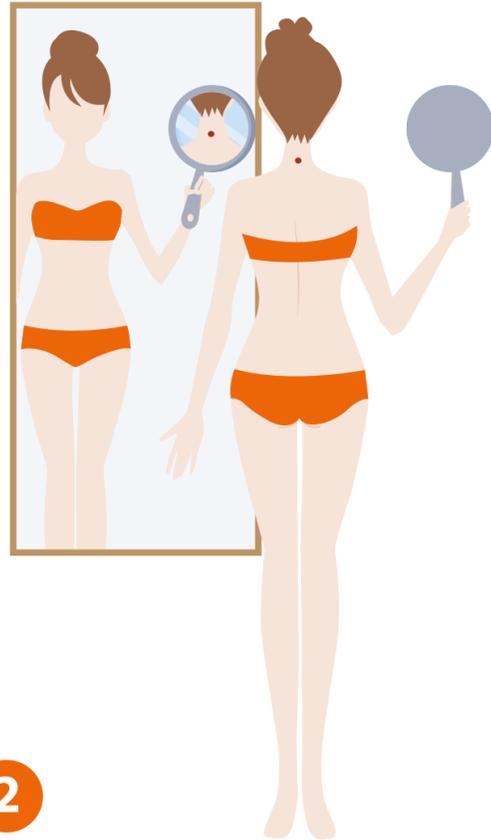
Autoexamen de piel

El 70% de los casos de melanoma son detectados por los propios pacientes. Para realizar el autoexamen se necesita un espejo de cuerpo entero y uno de mano.



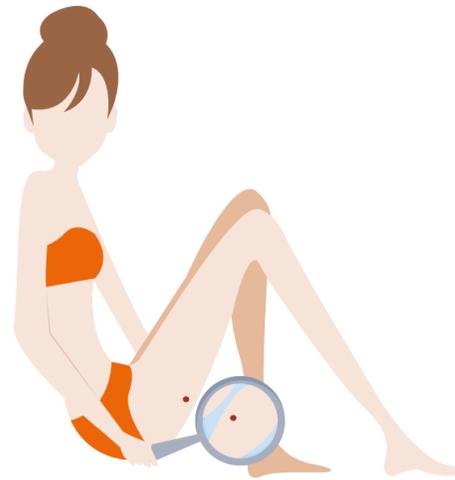
1

Fijarse en el rostro (incluyendo labios y ojos), cuello, pecho y abdomen. Levantar los brazos y revisar las zonas debajo de ellos; doblar los codos y mirar antebrazos, palmas y partes superiores de las manos. No olvidar la piel entre los dedos y uñas.



2

Con ayuda del espejo de mano, revisar la parte posterior del cuello, el cuero cabelludo, las orejas, la espalda, los glúteos y el área genital.



3

Revisar la parte delantera, interior y posterior de las piernas. Examinar pies, incluyendo las plantas, la piel entre los dedos y la raíz de las uñas.

✓ La regla del **ABCDE**

Mientras más lunares se tienen, es el mayor riesgo de desarrollar cáncer de piel. Es importante observarlos y consultar al doctor ante alguna de estas señales:



Asimetría

Una mitad es distinta a la otra.



Borde

Bordes irregulares, borrosos y mal definidos.



Color

Color irregular con presencia de dos o más tonalidades.



Diámetro

El área es superior a 6 mm. o se está extendiendo.



Evolución

Crecimiento o cambios rápidos de tamaño, forma y color.