

Cuéntale a un amigo la importancia de cuidar y vigilar la piel para prevenir el cáncer cutáneo

- Cada año se diagnostican un millón de casos de cáncer de piel y cada 4 minutos muere una persona por esta causa
- En la última década, los casos de melanoma han aumentado casi un 50%
- En el marco de la Campaña Euromelanoma, la Fundación Piel Sana de la AEDV lanza **Cuentos Lunares**, una iniciativa original que promueve la participación
- El confinamiento por coronavirus hace necesario extremar la protección frente al sol ya que la piel no ha recibido la exposición progresiva habitual de la primavera y el riesgo de quemadura solar es alto

Madrid, 10 de junio de 2020.-

Cada 4 minutos muere una persona en el mundo por cáncer de piel, un cáncer que se puede prevenir estableciendo unos hábitos saludables y sencillos. Proteger la piel frente al sol y vigilarla una vez al mes son la base para evitar su aparición y promover su curación. Por este motivo, desde la **Fundación Piel Sana de la AEDV**, a través de la Campaña Euromelanoma, se quiere insistir en el papel de cada persona para actuar como **transmisor de mensajes de prevención** de este cáncer y en la **autoexploración** mensual de la piel.

Este verano los ciudadanos se enfrentan al sol más desvalidos que nunca ya que la piel no ha contado con el periodo de adaptación a la radiación ultravioleta de otros años: se va a pasar directamente del confinamiento a la playa. Nuestro organismo y sus procesos de generación de melanina se encuentran, debido al confinamiento, en periodo invernal. Esta **producción de melanina**, que depende del impacto de la radiación ultravioleta en la piel, está muy limitada, así como la hiperqueratosis e hiperplasia epidérmica. Todo ello hace que **la piel esté más sensible a la radiación UV** (1).

El riesgo de que se produzcan exposiciones solares directas que resulten en quemaduras es mayor. Sin embargo, evitar la quemadura es crucial en la prevención del cáncer de piel, el riesgo de melanoma en la edad adulta **se duplica** si en la infancia o adolescencia se sufrieron **quemaduras**.

Desde el año 2000, España lleva participando en la Campaña Euromelanoma, a través de la Fundación Piel Sana de la AEDV, un proyecto, promovido a nivel europeo, en el que

participan ya en torno a 50 países. Euromelanoma **pretende promover hábitos saludables de exposición solar y favorecer el diagnóstico precoz del cáncer cutáneo.**

Incidencia y mortalidad

Este año los datos que arroja el 'Informe sobre el Cáncer de Piel 2020: Deteniendo la Epidemia Global', elaborado por la organización Euromelanoma y la Coalición Global para la Defensa del Paciente con Melanoma, son cada vez más preocupantes y evidencian la necesidad de **mejorar la concienciación** sobre los factores que aumentan el riesgo cáncer de piel; **reducir el deseo de estar moreno** y establecer la **autoexploración de piel** como un hábito regular.

Según este informe, en la última década, los casos anuales de melanoma, el cáncer de piel con peor pronóstico, **han aumentado casi un 50%** y se sitúan en 287.723 diagnósticos al año en el mundo, lo que supone unas 60.000 muertes anuales por esta causa (2).

“En España, se diagnostican **más de 5.000 casos** y se generan en torno a 900 muertes anuales. Pero si hablamos de los otros tipos de cáncer de piel, menos graves pero que pueden dejar secuelas en lugares visibles como la cara, se estima que, en el mundo, **hay en torno a un millón de casos cada año** y unas 65.000 muertes por este tipo de tumores que son totalmente evitables. En nuestro país se detectan cada año unos **71.000 casos de cáncer de piel no melanoma** (3)”, explica el **Dr. Agustín Buendía Eisman**, responsable de campañas de la Fundación Piel Sana de la AEDV y de Euromelanoma en España.

Las **proyecciones para los próximos 20 años** no generan unos mensajes más positivos. Los últimos datos de la OMS predicen que, para 2025, **el número de muertes por melanoma aumentará un 20% y esa cifra se elevará a un 74% para 2040**, lo que supondrá medio millón de diagnósticos anuales y unas 100.000 muertes por esta causa.

La relación entre exposición al sol y cáncer de piel fue descubierta en 1956. Sin embargo, todavía hay muchas personas que pasan mucho tiempo al sol. Los jóvenes de 15 a 19 años son los que mayores riesgos presentan y los que utilizan menos protección frente al sol. Pero ellos no son los únicos. “El 92% de las personas reconoce que la exposición al sol genera problemas de salud, pero **el 61% de ellas cree que estar bronceado es atractivo**. Existe un problema de concienciación que debemos de atajar”, señala la **Dra. Ángeles Flórez Menéndez**, coordinadora nacional de la Campaña Euromelanoma.

Cuentos Lunares

Por este motivo, desde la Fundación Piel Sana de la AEDV se ha creado este año el concurso **Cuentos Lunares, destinado a potenciar la salud de la piel mediante micro cuentos y poemas**. A través de las redes sociales de Twitter, Facebook e Instagram y la

página www.cuentoslunares.es se propondrá que los ciudadanos creen un poema o cuento de unos 280 caracteres vinculado con la piel o los lunares.

“Este año **queremos que cada persona sea portavoz para otras personas y cuente la importancia de cuidar y proteger la piel a través de las redes sociales.** Por eso, pediremos colaboración a ciudadanos y dermatólogos para difundir la importancia de una piel sana sin cáncer porque solo una piel sana puede ser bella. Se trata de fijarnos en la piel como fuente de inspiración, de contar lunares, lunas o sombras. A partir de los poemas o cuentos escritos se hará una selección y algunos pasarán a formar parte de un libro que se publicará después del verano”, señala el Dr. Buendía Eisman.

Esta campaña irá de la mano del mensaje que desde Europa se lanza este año: ‘Para protegerte del cáncer de piel, mira arriba: **si ves el sol**, pasa a la acción y protege tu piel. **Si ves la luna llena**, es el momento de la autoexploración mensual de tu piel y lunares’.

Porque, como insiste el **Dr. Eduardo Nagore Enguíanos**, coordinador de la campaña con Europa, “la protección frente al sol y la autoexploración mensual de la piel son las dos herramientas más potentes frente a un cáncer que mata, pero que se puede prevenir y tratar eficazmente en la mayoría de los casos si se detecta a tiempo. Hay que pensar que, con tan solo dedicar unos minutos al mes a explorar nuestra piel, podemos ganar años de vida, ya que **el pronóstico del melanoma cambiar radicalmente si se detecta a tiempo**”.

Aplicaciones útiles para la piel

La campaña Euromelanoma, recuerda el Dr. Buendía Eisman, se ha caracterizado todos los años por una semana de exploraciones de la piel de la población por parte de los dermatólogos de la Fundación Piel Sana de la AEDV. Sin embargo, “este año hemos decidido, ante la pandemia por coronavirus, **no llevar a cabo estas exploraciones presenciales por cautela**”.

En esta situación, la Fundación recuerda la existencia y utilidad de dos aplicaciones gratuitas y disponibles para iOS y Android relacionadas con la piel y el sol: **UV Derma y e-Derma**.

UV Derma ofrece en tiempo real los valores del índice ultravioleta de una localidad en el momento de la consulta, el tiempo que una persona puede estar al sol sin quemarse y el que necesita para generar la suficiente dosis de vitamina D.

Por su parte **e-Derma**, además de la información sobre índice ultravioleta, está desarrollada para poder realizar un registro fotográfico de diferentes zonas del cuerpo que se puede consultar y comparar cada mes. Cuando se detecte un lunar distinto o que haya crecido, el usuario puede establecer un canal de comunicación con el dermatólogo

evitando problemas de movilidad y reduciendo los tiempos de diagnóstico o tratamiento.

“Este tipo de aplicaciones son muy útiles para ser más conscientes de la radiación solar que recibimos, así como una ayuda para hacer seguimiento de nuestros lunares. La piel, a diferencia de otros órganos, es fácil de vigilar y, si prestamos atención periódicamente, podemos detectar si un lunar o una mancha es sospechoso y consultar con un dermatólogo. **Cada lesión detectada a tiempo cuenta mucho, cada quemadura que se evita cuenta**”, insiste el Dr. Nagore Enguíanos.

La Fundación Piel Sana quiere transmitir este año que está en nuestra mano evitar el cáncer de piel y detectarlo precozmente. “La Campaña Euromelanoma es un recordatorio cada año de la importancia de establecer hábitos sanos frente al sol. Con la iniciativa de Cuentos Lunares, este año queremos que todo el mundo se fije en su piel para escribir o en la de un amigo o familiar. **Tenemos que aprender a leer las señales que la piel nos muestra, tenemos un sol que es un aliado si sabemos recibirlo adecuadamente y una luna** que con su nombre y forma nos recuerda que cada mes debemos revisar nuestros lunares. Todo esto sumará años a tu vida”, concluye el Dr. Buendía Eisman.

- (1) Recomendaciones sobre exposición solar y fotoprotección del Grupo Español de Fotobiología de la AEDV adecuadas al periodo de desconfinamiento durante la pandemia por SARS-CoV-2. Jose Aguilera Arjona, PhD. Actas Dermosiofisiológicas.
- (2) ‘2020 Skin Cancer Report: Stemming the Global Epidemic’, Euromelanoma and the Global Coalition for Melanoma Patient Advocacy.
- (3) Incidencia y mortalidad del cáncer cutáneo en España: revisión sistemática y metaanálisis, Actas Dermo-Sifilográficas (en proceso de publicación).

Más información:

<https://www.cuentoslunares.es>

<https://fundacionpielsana.es/>

<https://www.euromelanoma.org/spain>



@cuentoslunares

@fundacionpielsana



@fundacionpielsana



@pielsana_aedv



Para más información o entrevistas:

Ángeles López

Departamento de Comunicación de la Fundación Piel Sana de la AEDV

660 43 71 84

angeles.lopez@aedv.es

Medios de Comunicación