

Día Mundial del Melanoma

23 de mayo

En el Día del melanoma, los podólogos recuerdan la prevención como factor clave para la detección precoz

El Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos pone el foco en el cáncer de piel que se localiza en los pies, poco habitual, pero de gran letalidad.

El melanoma, el tipo más grave de cáncer de piel, representa el 4% de los tumores malignos que se centran en el tejido humano, pero, sin embargo, su incidencia ha crecido exponencialmente en los últimos 25 años, además de representar una altísima mortalidad.

El próximo día 23 de mayo se conmemora en todo el mundo el Día Mundial del melanoma, cuyo objetivo es, como no podía ser de otra manera, concienciar a la población sobre la importancia del diagnóstico precoz.

El Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos (CGCOP) se vuelca también en esta labor de prevención y se centra especialmente en la grave peculiaridad del melanocarcinoma lentiginoso acral (MLA), una variante del melanoma que se localiza, sobre todo, en las plantas de los pies y que presenta un nivel de letalidad elevadísimo. Pese a que solo constituye 1 de cada 100 casos, supone el 80% de las muertes relacionadas con este tipo de cáncer.

El MLA afecta de manera predominante a personas mayores de 60 años y, pese a que el melanoma en general incide más en la población blanca, en este caso su influencia se acentúa en la población de piel oscura.

Debido al gran índice de letalidad que presenta esta variante del melanoma, los profesionales de la podología deben estar alerta ante cualquier tipo de lesión dérmica sospechosa en las extremidades inferiores. En cuanto a su diagnóstico, se pueden emplear varias herramientas. El CGCOP destaca que la más básica es el protocolo de valoración de

lesiones ABCDE (asimetría, bordes irregulares, color variado, diámetro mayor de 6 milímetros y evolución, es decir, si se percibe algún cambio) y la observación de otras alteraciones en la piel como puede ser el picor, la inflamación, úlceras o erosiones. Sin embargo, este procedimiento, al igual que la biopsia, se hace complicado si envuelve pies o uñas.





Otros instrumentos para su detección son la dermatoscopia, que permite diferenciar las estructuras benignas y malignas que se puedan encontrar en la piel, o el estudio histológico, mediante el cual se observa la estructura, desarrollo y funciones de tejidos y células vivas.

En todo caso, y como sucede con cualquier tipo de cáncer, la biopsia, es decir, la extracción total o parcial de la lesión en cuestión, se convierte en la manera más fiable de diagnosticar con precisión una patología de este tipo.

Medidas de protección frente al sol

Desde el Consejo se destaca que es conveniente proteger los pies del sol y de las superficies calientes. En contra de lo que puede parecer, los podólogos indican que suelen producirse más quemaduras en los pies por falta de crema que por pisar arena o suelos recalentados, aunque en el caso de la playa es aconsejable caminar por la arena húmeda a la orilla del mar.

Además, se recuerda que para la protección de los pies hay que usar crema solar. Normalmente, los pies deben llevar una protección más alta que el resto del cuerpo ya que no están acostumbrados a que les dé el sol, al pasar el resto del año tapados por el calzado. Así, los podólogos aconsejan usar protección solar principalmente para proteger de los rayos ultravioletas la zona del empeine y evitar de esta manera quemaduras solares que puedan evolucionar en lesiones malignas como el MLA.

En todo caso, la labor de prevención es absolutamente básica para conseguir una detección precoz. Por este motivo, es más que aconsejable acudir a la consulta de podología, al menos, una vez al año por un motivo más que obvio: las plantas de los pies son zonas que no controlamos visualmente con asiduidad y solo un especialista sanitario será capaz de diagnosticar un MLA con el tiempo suficiente para conseguir salvar una vida.

Comunicación CGCOP
Andrés Vidal (Freebox)
avidal@freebox.es