



MANCHAS OSCURAS EN LA PIEL

Las precauciones deben extremarse en niños, ancianos y personas debilitadas por sufrir alguna patología crónica o grave.

Miguel Ángel Betes
Médico

Cualquier lesión oscura en la piel, puede ser motivo de preocupación. La mayor parte de las personas desarrollan lunares o nevus pigmentados durante la infancia o bien al inicio de la vida adulta, la mayoría de ellos desaparecen gradualmente con la edad.

El aspecto clínico varía, desde una mácula pigmentada (*Nevus melanocítico*) a un nódulo protuberante con pelo (*Nevus compuesto*), la malignización es muy rara.

Tipos de Nevus

- Los **Nevus Melanocíticos Congénitos** son máculas de color marrón oscuro, que están presentes desde el nacimiento, algunas son pilosas y pueden alcanzar gran tamaño.

- Los **Léntigos Solares** son lesiones benignas que se presentan como múltiples máculas de color marrón claro, uniforme, de superficie mate y algo rasposa, se suelen localizar en la cara y en el dorso de las manos y son frecuentes en personas mayores de 50 años con la piel clara que han estado expuestos crónicamente al sol

- **Las Queratosis Seborreica** es un tumor benigno de crecimiento lento que aparece con frecuencia en la cara o en el tronco. Suelen ser lesiones múltiples de bordes bien delimitados y superficie rasposa, fisurada y mate

- Los **Nevus milancíticos** comunes y los **Nevus Atípicos** se presentan como máculas o pápulas redondeadas, de superficie lisa o papilomatosa, suelen aparecer en la infancia y son de crecimiento lento.

- **El melanoma** es un tumor maligno derivado de los melanocitos. Su incidencia ha aumentado en los países europeos con una frecuencia aproximada de 10/100.000hab, con la llegada del verano aumenta su riesgo.

Es el tumor de piel más letal y su principal origen es la exposición a la radiación ultravioleta y su suele aparecer sobre piel sana o sobre lesiones pigmentadas previas.

Signos de alarma de malignización

1. Cambios bruscos en superficie tamaño, y colocación del nevus

2. Aparición de un halo inflamatorio alrededor
3. Erosión de la superficie con ulceración o sangrado de la misma
4. Prurito o dolor
5. Aparición de adenopatías regionales
6. Elevaciones papilosas en la superficie del nevus.

Medidas preventivas

El exceso y carencia de protección al sol puede terminar en un cáncer de piel. La exposición prolongada a los rayos ultravioletas puede hacer que los lunares se conviertan en melanomas.

Se recomienda las siguientes medidas:

1. Protección solar adecuada, recomendación de fotoprotectores media hora antes de la exposición solar.
2. Después de la exposición solar se aconseja darse una buena ducha y posteriormente hidratar la piel.
3. No tomar el sol desde las 12 a las 17 horas
4. Protegerse del sol con gafas, sombreros y utilizar ropas adecuadas. **F**