

En tus manos



una introducción al cáncer de piel para promotores de salud



¿Qué debo saber sobre el cáncer de piel?

El cáncer de piel es la forma de cáncer más común en los Estados Unidos. Los tres tipos más comunes de cáncer de piel son:

- Carcinoma de células basales
- Carcinoma de células escamosas
- Melanoma es el tipo más peligroso y causa más muertes. Una persona se muere cada hora en los Estados Unidos de melanoma.



Lo que se dice...

Existen muchos malentendidos comunes sobre el cáncer de piel, aquí hay unas sugerencias de cómo puedes responder.

“¡Cuidarse la piel es cosa de mujer!”

Es **2 a 3 veces más probable** que los hombres desarrollen un cáncer de piel que las mujeres, posiblemente debido a niveles más bajos de protección.

“Me quemaba de niño/a, pero ya no me quemo.”

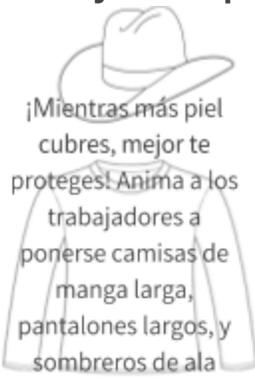
Una sola quemadura fuerte como niño/a puede **duplicar** tus probabilidades de desarrollar un cáncer de piel cuando seas adulto.

“Si tienes piel oscura, no puedes tener un cáncer de piel.”

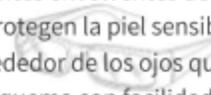
¡No es cierto! Tener piel oscura no te protege del cáncer de piel. Todos deberían cuidarse del sol.

¿Que pueden hacer trabajadores?

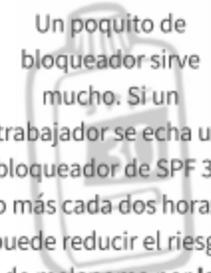
- **¡Revisar!** Anima a trabajadores a ayudar a sus familias y amigos a revisar su piel. Deben buscar marcas asimétricas o raramente coloreadas, marcas más grande que el borrador de un lápiz, marcas cambiando de forma, tamaño, o color, o abultamientos o lesiones que no desaparecen.
- **¡Preguntar!** Anima a trabajadores a contar a sus médicos las preocupaciones que tengan relacionadas con su piel.
- **¡Prevenir!** Los trabajadores pueden prevenir el cáncer de piel de las siguientes maneras:



¡Mientras más piel cubres, mejor te proteges! Anima a los trabajadores a ponerse camisas de manga larga, pantalones largos, y sombreros de ala ancha en el trabajo.



Lentes envolventes de sol protegen la piel sensible alrededor de los ojos que se quema con facilidad.



Un poquito de bloqueador sirve mucho. Si un trabajador se echa un bloqueador de SPF 30 o más cada dos horas, puede reducir el riesgo de melanoma por **la mitad**, y carcinoma de células escamosas por **un 40%**.

Consejo #1

Muchas veces los niños pasan más tiempo debajo del sol y se queman más rápido que los adultos. Recuerda a los trabajadores que cubran a sus hijos con bloqueador solar y ropa adecuada!

Consejo #2

Recuerda a los trabajadores que el sol afecta la piel aunque no se sientan o vean una diferencia.

Para más información, comuníquese con:

Madeline Ramey
Project coordinator
Farmworker Justice
mramey@farmworkerjustice.org
202-800-2530

HRSA Disclaimer: This publication is supported by the Health Resources and Services Administration (HRSA) of the U.S. Dept. of Health and Human Services (HHS) under cooperative agreement number U30CS22741 for \$447,333.00 with 0% of the total NCA project financed with non-federal sources. This information or content and conclusions are those of the author and should not be construed as the official position or policy of, nor should any endorsement be inferred by HRSA, HHS, or the U.S. Government.

Esta hoja de datos usa información de la Academia Americana de Dermatología (<https://www.aad.org/media/stats/conditions/skin-cancer>), la Fundación del Cáncer de Piel (<http://www.skincancer.org/skin-cancer-information/skin-cancer-facts> y <http://www.skincancerprevention.org/skin-cancer/risk-factors>), la Fundación Americana de Cáncer (<https://www.cancer.org/cancer/skin-cancer/prevention-and-early-detection/uv-protection.html>) y Vista Community Clinic.