



cancer.org | 1.800.227.2345

Cómo hacer un autoexamen de la piel

Para encontrar temprano el cáncer de piel, no es necesario hacer radiografías ni análisis de sangre, simplemente se requiere de sus ojos y de un espejo. Si usted tiene cáncer de piel, la mejor manera de asegurar que se puede tratar con buenos resultados consiste en encontrarlo temprano.

Aunque la Sociedad Americana Contra El Cáncer no provee guías para la detección temprana del cáncer de piel, muchos doctores recomiendan que se examine su piel de forma habitual, normalmente una vez al mes.

Los autoexámenes regulares de la piel son especialmente importantes para las personas que presentan un mayor riesgo de cáncer de piel, como personas con inmunidad reducida, personas que han tenido cáncer de piel anteriormente, y personas con un fuerte antecedente familiar de cáncer de piel. Pregunte a su médico qué tan seguido deberá hacerse su examen de la piel.

Lo mejor es hacerse el autoexamen de la piel en una habitación donde haya mucha luz y frente a un espejo de cuerpo entero. Usted puede usar un espejo de mano para ver las áreas difíciles, como la parte trasera de los muslos. Su pareja o un amigo o familiar de confianza pueden ayudarle con estos exámenes, especialmente cuando se trate de áreas difíciles de ver, tales como la espalda o el cuero cabelludo.

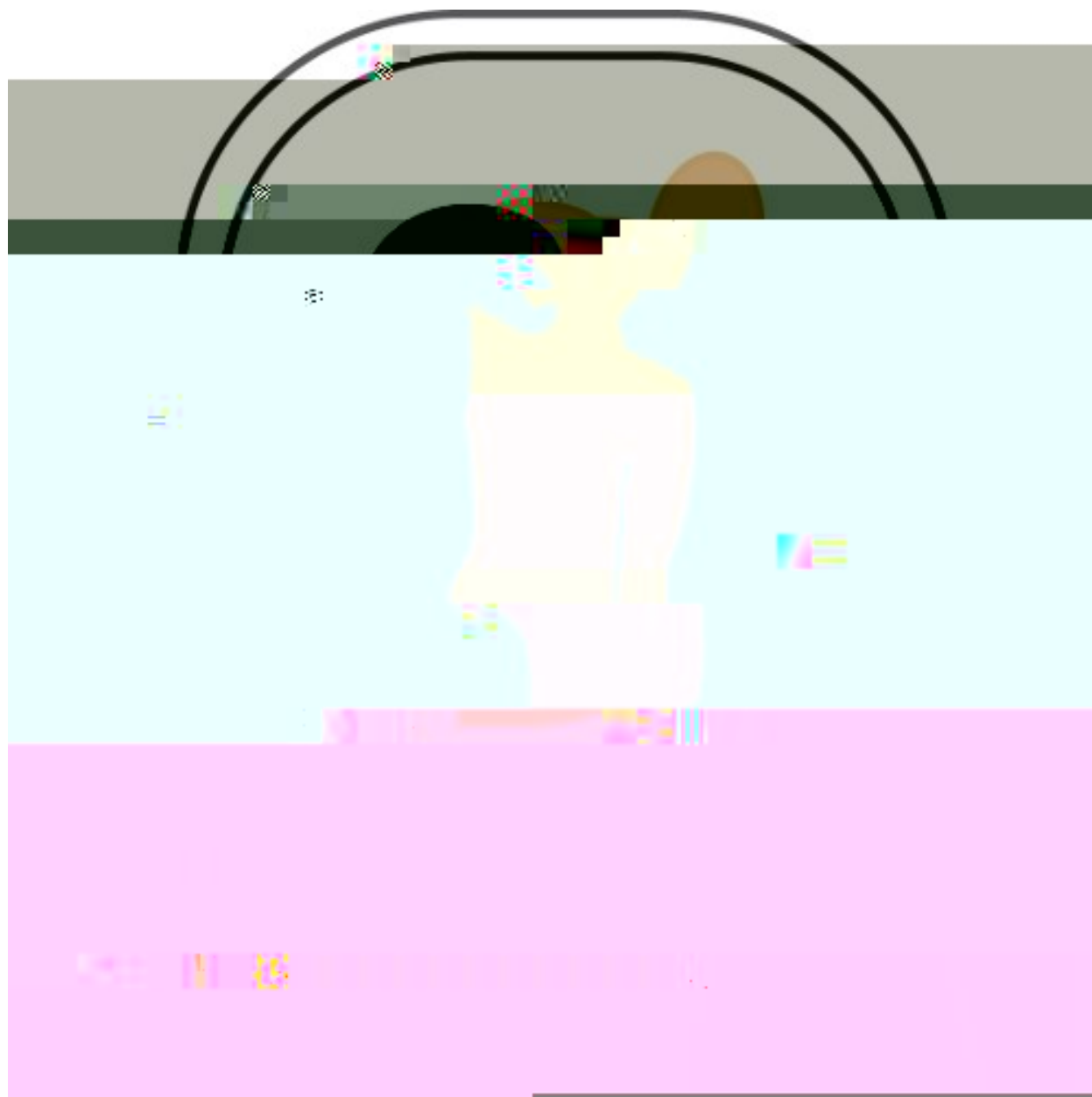
La primera vez que usted examina su piel, dedique el tiempo en examinar cuidadosamente toda la superficie. Usted deberá conocer el patrón de los lunares, las imperfecciones, las pecas y otras marcas que tenga en la piel para poder detectar cualquier cambio durante el próximo autoexamen. Asegúrese de mostrar a su médico cualquier área que le preocupe.

Siga estas instrucciones paso a paso para examinar su piel:

Frente al espejo

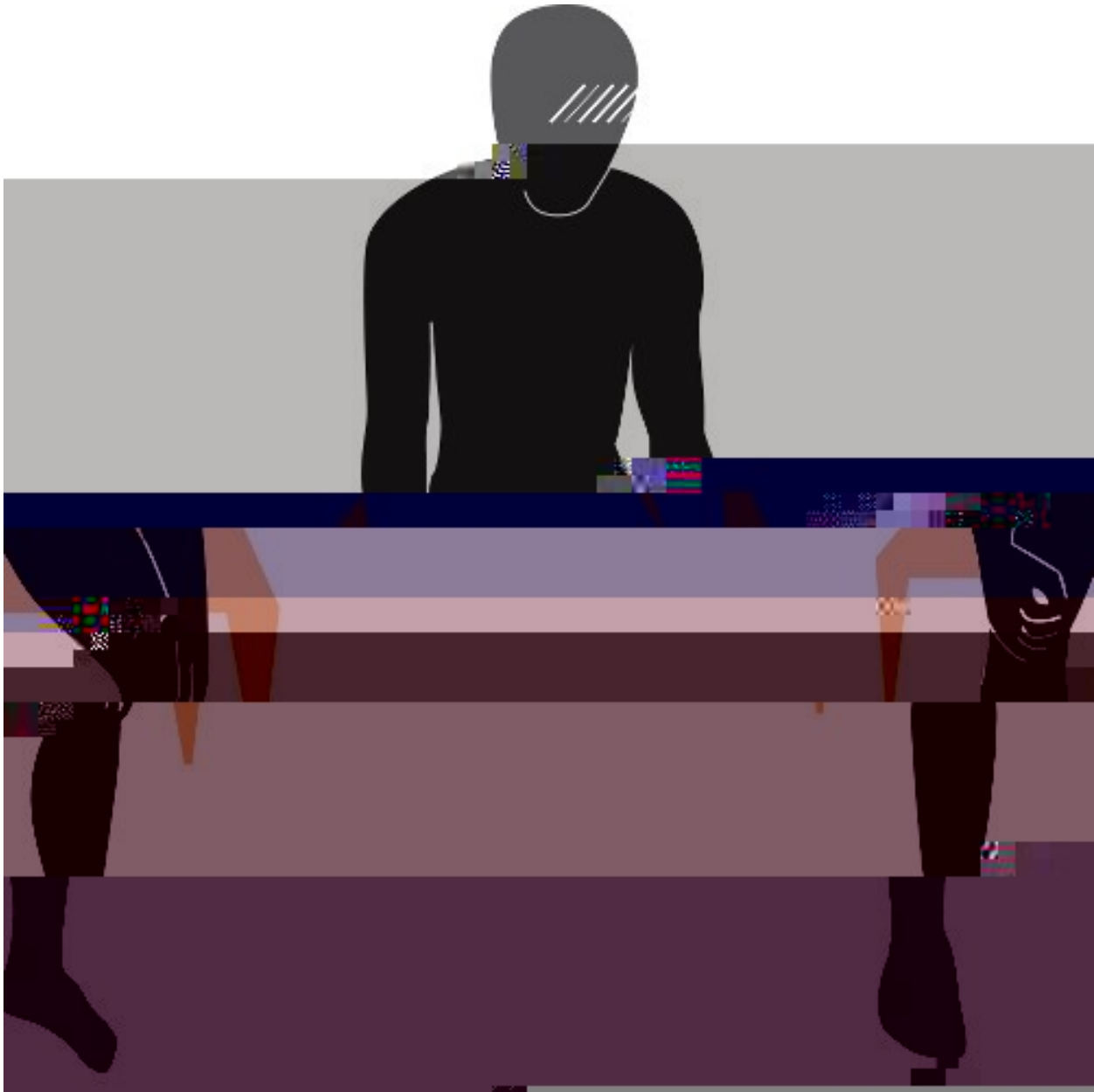


Examine su cara, orejas, cuello, pecho y abdomen. Las mujeres necesitarán levantar sus senos para examinar la piel debajo de éstos.

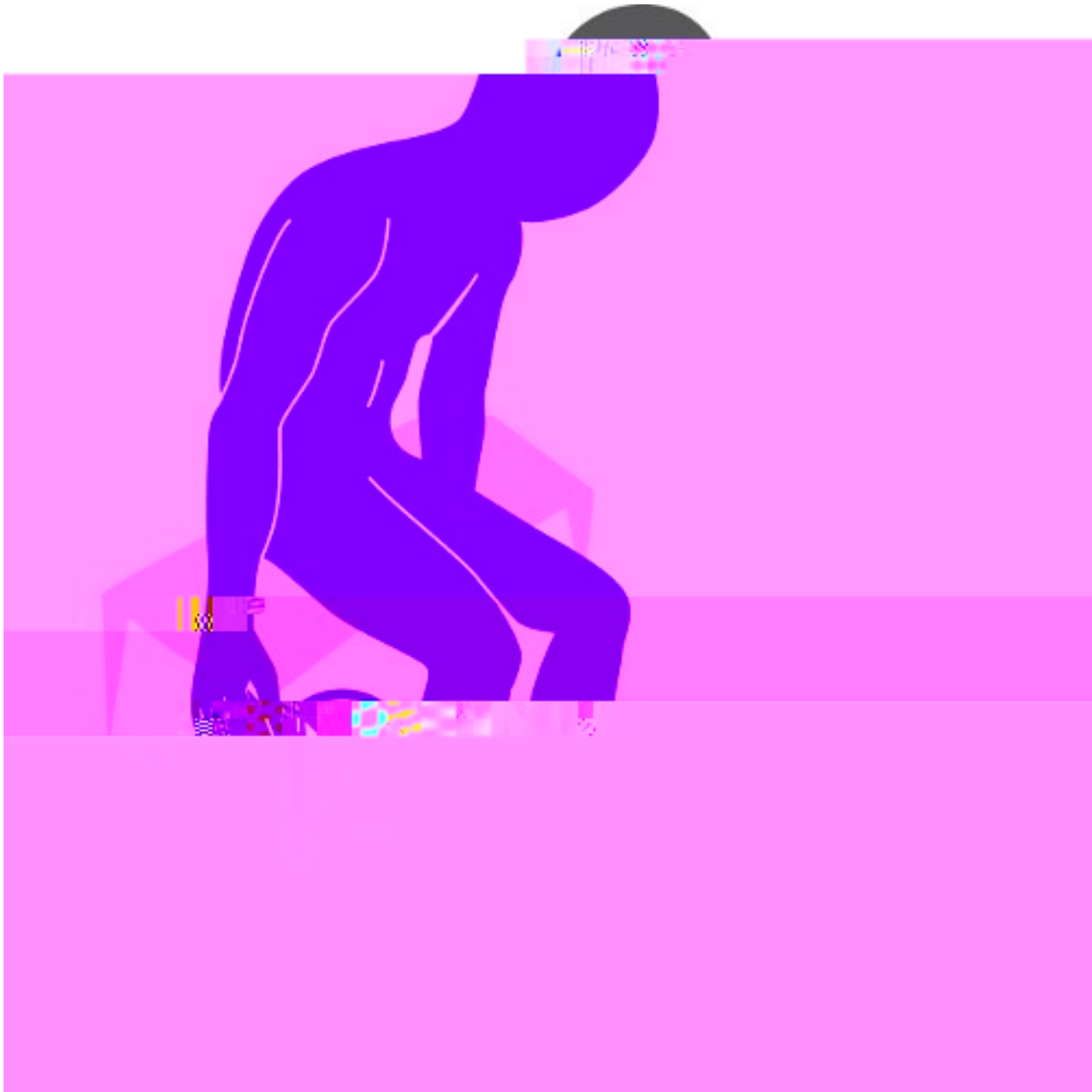


Revise las áreas debajo de sus brazos, ambos lados de los brazos, las palmas y partes superiores de sus manos, la piel entre los dedos y sus uñas.

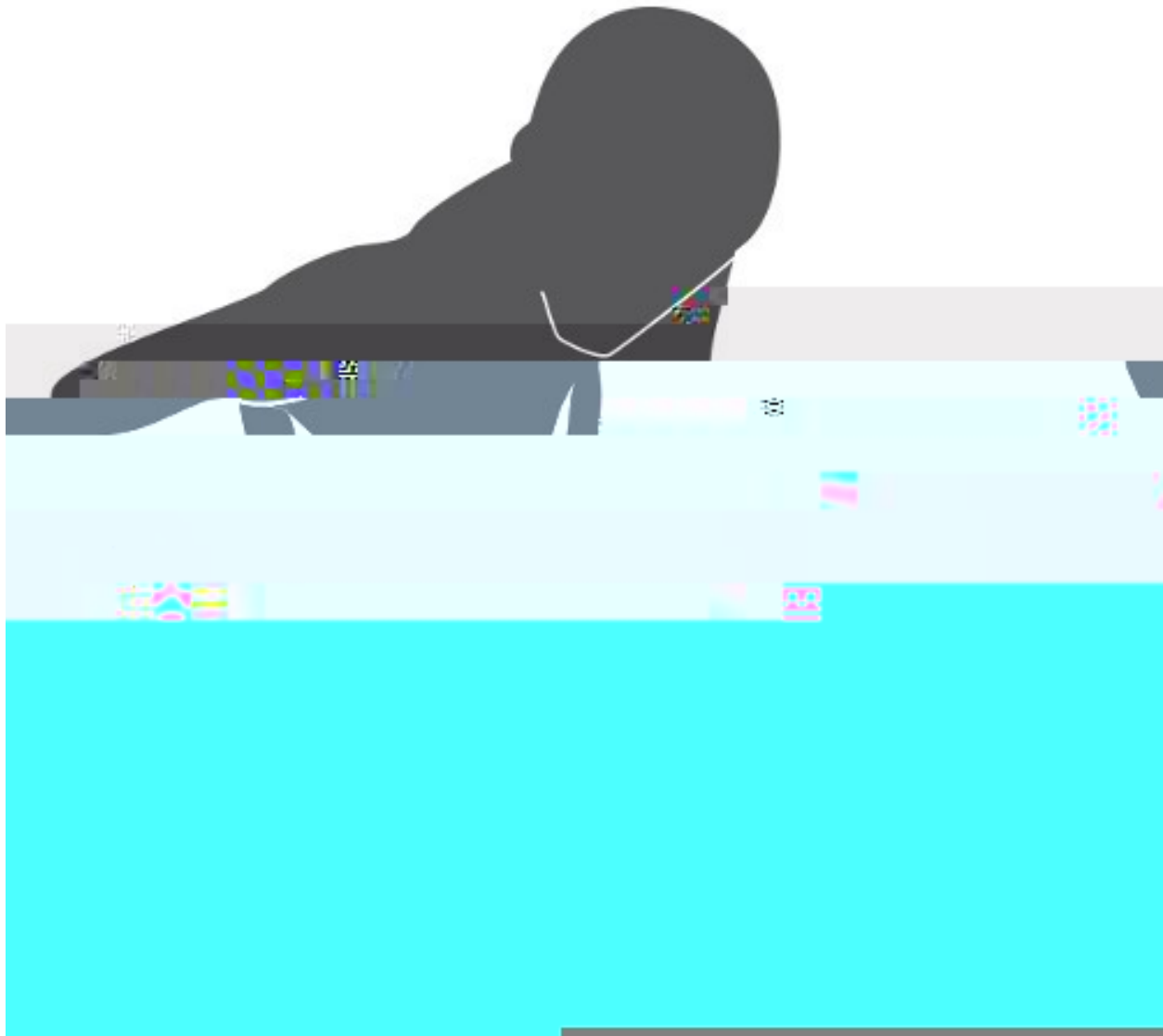
Sentado



Revise la parte delantera de sus muslos, espinillas (parte inferior de las piernas), parte superior de los pies, la piel entre los dedos de los pies y sus lúnulas (raíz de las uñas).



Ahora use un espejo de mano para observar la parte inferior de sus pies, pantorrillas y sus muslos. Examine una pierna a la vez.



Use un espejo de mano para examinar sus glúteos, área genital, parte más baja de la espalda, parte superior de la espalda y la parte trasera del cuello y las orejas. También



No todos los cánceres de piel tienen el mismo aspecto. De hecho, los cánceres de piel pueden aparecer en muchas formas y tamaños. A veces incluso pueden parecerse a otras afecciones de la piel. Muchos cánceres de piel son más comunes en partes del cuerpo que tienden a exponerse más al sol, como la cara, la cabeza, el cuello y los brazos. Pero los cánceres de piel pueden ocurrir en cualquier parte del cuerpo.

Algunas de las formas más comunes en las que pueden aparecer los cánceres de piel son:

- Un nuevo crecimiento, mancha o protuberancia en la piel, que cambia o se expande
- Una úlcera que sangra y/o no sana después de varias semanas
- Una mancha roja que es áspera o escamosa, y que podría sangrar o formar costra
- Un crecimiento parecido a una verruga
- Un lunar (u otra mancha en la piel) que sea nuevo o cambie de tamaño, forma o color
- Un lunar con una forma extraña, bordes irregulares o áreas de diferentes colores

Pero es importante entender que **estas no son las únicas maneras en que el cáncer de piel puede aparecer**. Para obtener más información sobre cómo podría lucir un cáncer de piel, consulte:

- [Galería sobre el cáncer de piel](#)¹
- [Signos y síntomas de los cánceres de piel de células basales y de células escamosas](#)²
- [Signos y síntomas del cáncer de piel tipo melanoma](#)³

Si descubre algo sospechoso en su piel

Si está observando su piel (durante un autoexamen de la piel o en cualquier otro momento) y nota cualquier cosa que le preocupe, especialmente algo que acaba de aparecer o ha cambiado recientemente, asegúrese de que lo revise un médico.

Si el médico sospecha que usted podría tener cáncer de piel, realizará exámenes y pruebas para confirmar la sospecha. Si no puede acudir al médico de inmediato, tal vez

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la Sociedad Americana Contra El Cáncer (www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

Referencias

Christensen SR, Wilson LD, Leffell DJ. Chapter 90: Cancer of the Skin. In: DeVita VT, Lawrence TS, Rosenberg SA, eds. *DeVita, Hellman, and Rosenberg's Cancer: Principles and Practice of Oncology*. 11th ed. Philadelphia, Pa: Lippincott Williams & Wilkins; 2019.

Xu YG, Aylward JL, Swanson AM, et al. Chapter 67: Nonmelanoma Skin Cancers. In: Niederhuber JE, Armitage JO, Doroshow JH, Kastan MB, Tepper JE, eds. *Abeloff's Clinical Oncology*. 6th ed. Philadelphia, Pa: Elsevier; 2020.

Última revisión médica completa: julio 23, 2019 Actualización más reciente: julio 23, 2019

cancer.org | 1.800.227.2345