

## 12.19. Lunares

Los lunares son manchas de color oscuro, aunque también los hay del mismo color que la piel o incluso más claros. Pueden ser planos o abultados y algunos tienen pelos. A veces se tienen desde el nacimiento.

Todas las personas tienen lunares y **lo normal es que no tengan importancia**. Sin embargo, hay lunares que tienen más riesgo de volverse malos con el paso de los años y conviene vigilarlos.

En esta hoja podrá leer las precauciones que usted debe tomar.



### ¿Cuándo consultar a su médico de familia?

- Si en poco tiempo le ha cambiado la forma, el tamaño o el color.
- Si tiene una zona roja, inflamada, alrededor del lunar.
- Si salen manchas o bultos cerca.
- Si se le hace una herida sobre el lunar o le sangra.
- Si le pica o le duele.
- También debe acudir a revisiones médicas si tiene usted muchos lunares «atípicos», de los que se deben vigilar, sobre todo si a más miembros de su familia les ocurre lo mismo o alguno ha tenido cáncer de piel.

### ¿Qué puede hacer?

- **Protéjase del sol**, sobre todo si tiene la piel blanca y se quema con facilidad. Tomar el sol sin protección favorece la aparición de lunares y de cáncer de piel.
- Debe extremar las precauciones con el sol en el caso de los niños. A los niños que toman mucho el sol les salen más lunares. Además, los que sufren quemaduras solares de pequeños pueden tener cáncer de piel de mayores. **Proteja a los niños del sol.** Pídale a su médico que le indique cómo exponerse al sol sin riesgo de quemaduras.
- Aunque tener lunares no es malo y en principio no es necesario hacer nada con ellos, en algunos casos es recomendable vigilarlos de vez en cuando.

### ¿QUÉ LUNARES SE DEBEN VIGILAR?

- Aquellos que tienen:
  - Una mitad del lunar muy diferente a la otra.
  - Bordes con entrantes y salientes.
  - Diferentes colores en el mismo lunar.
  - Un tamaño mayor de 6 mm.
  - Una superficie que no es lisa, sino que tiene elevaciones parecidas a un huevo frito.
- Los lunares que tienen esta forma son llamados «atípicos». Si usted tiene un lunar así, vigílelo para consultar a su médico si cambia en algo.
- Si tiene muchos lunares y en su familia hay más personas que también los tienen, acostúmbrese a vigilarlos.

### ¿Dónde conseguir más información?

- <http://www.cancer.org/docroot/esp/content/esp>
- <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/tutorials/melanomaspanish/oc1892s1.pdf>