

## Dezembro Laranja: 5 informações importantes sobre o câncer de pele

---

O câncer de pele é o tipo de tumor mais comum no Brasil e representa cerca de 30% de todos os diagnósticos oncológicos do país, conforme o Ministério da Saúde. Segundo a Sociedade Brasileira de Dermatologia, a estimativa anual ultrapassa 220 mil novos casos da [...]

Por EdiCase

O câncer de pele é o tipo de tumor mais comum no Brasil e representa cerca de 30% de todos os diagnósticos oncológicos do país, conforme o Ministério da Saúde. Segundo a Sociedade Brasileira de Dermatologia, a estimativa anual ultrapassa 220 mil novos casos da doença, número que cresce nos meses de verão devido ao aumento expressivo da exposição solar.

Neste cenário, a campanha “Dezembro Laranja” reforça a necessidade de reconhecer precocemente alterações suspeitas, compreender os riscos e adotar medidas de proteção eficazes para evitar danos cumulativos causados pela radiação ultravioleta.

Abaixo, o oncologista Mateus Marinho, da Croma Oncologia, rede especializada em tratamentos oncológicos integrados e humanizados, reúne cinco informações essenciais sobre a doença, com foco na prevenção, diagnóstico e as opções de tratamento disponíveis atualmente. Confira!

### 1. Existem dois grupos principais de câncer de pele

O câncer de pele é dividido em dois grandes grupos: o melanoma e o não melanoma. O subtipo não melanoma, que inclui o carcinoma basocelular e o espinocelular, é o mais comum no Brasil. Ele costuma aparecer em pessoas de pele clara, idosos ou quem passou muitos anos exposto ao sol. A boa notícia é que, quando descoberto no início, as chances de cura ultrapassam 90%, reforçando a importância de reconhecer mudanças na pele.

O câncer de pele do subtipo melanoma, por sua vez, é menos comum, mas muito mais agressivo, com maior chance de gerar metástases, ou seja, espalhar para outros órgãos. Novas lesões de pele ou lesões que mudam seu comportamento com o tempo podem ser consideradas suspeitas. Neste cenário, é sempre importante procurar um dermatologista para investigação.

A confirmação do tipo de tumor é feita por meio de uma biópsia, analisada em laboratório de patologia, o que garante um diagnóstico preciso e possibilita iniciar o tratamento o mais precoce possível.

## **2. Regra do ABCDE para identificar pinta suspeita**

A regra ABCDE ajuda a diferenciar uma pinta comum de uma lesão suspeita:

- A: significa assimetria, quando uma metade da pinta é diferente da outra;
- B: representa bordas irregulares ou mal definidas;
- C: indica variação de cor dentro da mesma pinta;
- D: se refere ao diâmetro, geralmente maior que 6 milímetros;
- E: aponta para evolução, que é qualquer mudança rápida em tamanho, forma, cor ou sintomas.

Além disso, existem sinais que merecem atenção imediata: manchas que sangram sem motivo, doem, ardem, coçam persistentemente ou simplesmente não cicatrizam em até quatro semanas.

Muitos melanomas podem surgir em áreas pouco lembradas no dia a dia, como couro cabeludo, unhas, palmas das mãos e sola dos pés, o que reforça a importância do autoexame completo e da avaliação dermatológica sempre que algo parecer fora do padrão.

## **3. Exposição solar acumulada é o principal fator de risco**

A radiação ultravioleta não vem apenas de momentos de lazer na praia ou na piscina; ela está presente no dia a dia, durante caminhadas curtas, no trajeto até o trabalho e até dentro do carro, quando a pele fica próxima às janelas. Com o passar dos anos, esse somatório silencioso de exposição repetida danifica as células e favorece o surgimento de lesões.

Alguns grupos merecem atenção ainda maior:

- Pessoas de pele e olhos claros;
- Idosos;
- Quem tem histórico de câncer de pele na família;
- Indivíduos diagnosticados muito jovens ou com episódios recorrentes da doença.

Em todos esses casos, o risco é amplificado porque a pele pode ser mais sensível aos efeitos da radiação ou porque há uma predisposição genética envolvida.

O bronzeamento artificial também entra nessa lista de cuidados. As câmaras de bronzeamento utilizam radiação ultravioleta em intensidade elevada, o que acelera o dano celular e aumenta de maneira significativa a probabilidade de aparecimento de tumores. Por isso, especialistas reforçam que esse método não é recomendado e pode trazer prejuízos importantes para a saúde da pele.

#### **4. Uso de protetor solar é essencial**

O uso diário de protetor solar é uma das medidas mais eficazes para reduzir o risco de câncer de pele, principalmente quando combinado com barreiras físicas como bonés, chapéus, roupas com proteção UV e óculos escuros. Essa proteção forma um conjunto que bloqueia boa parte da radiação ultravioleta, responsável pelos danos acumulados ao longo dos anos.

Outra dúvida comum é sobre a vitamina D. O protetor solar não impede a produção do nutriente, já que a pele continua recebendo radiação suficiente para mantê-la em níveis adequados durante a rotina normal.

Além disso, evitar a exposição solar entre 10h e 16h é fundamental. Nesse período, principalmente no verão, o índice UV fica muito elevado, aumentando o risco de queimaduras, danos celulares e o surgimento de alterações suspeitas na pele.

#### **5. Diagnóstico precoce é fundamental para o tratamento**

Quando o câncer de pele é descoberto no início, as chances de cura são muito altas, ultrapassando 90% nos casos de tumores não melanoma. Nessas situações, o tratamento costuma ser simples, geralmente por meio de cirurgia para remover totalmente a lesão.

Em regiões delicadas, como rosto e orelhas, pode ser indicada a cirurgia de Mohs, um procedimento que retira o tumor camada por camada, analisando cada parte no microscópio durante a operação. Isso permite remover exatamente o que é necessário, preservando o máximo de pele saudável e garantindo um resultado mais preciso.

No melanoma, que é o subtipo mais agressivo, o acompanhamento precisa ser mais cuidadoso porque existe risco maior de o tumor se espalhar para outros órgãos, ou seja, gerar metástases. Para avaliar isso, podem ser solicitados exames de imagem como a tomografia ou um exame que combina a tomografia computadorizada com a medicina nuclear (PET-CT), que permitem uma avaliação completa do corpo e identificar possíveis áreas suspeitas.

### **Avanços no tratamento ampliam as chances de controle da doença**

Os tratamentos também evoluíram muito nos últimos anos. As chamadas terapias alvo são medicamentos que agem em mutações específicas das células cancerígenas, como a mutação BRAF, que é uma alteração genética presente em parte dos melanomas e faz as células se multiplicarem de forma descontrolada. Quando essa mutação é identificada no exame, existem medicamentos capazes de bloquear esse “motor” da célula tumoral, reduzindo o avanço da doença.

Outra grande revolução é a imunoterapia, que funciona estimulando o próprio sistema imunológico a reconhecer e atacar as células do câncer. Ela pode ser usada tanto em casos mais avançados quanto após a cirurgia, individualizando cada caso, e assim reduzir uma possível recorrência do tumor. Com esses avanços, somados ao diagnóstico precoce, grande parte dos pacientes consegue resultados duradouros e tratamentos menos agressivos.

Por Pamela Moraes

[https://www.cartacapital.com.br/bem-estar/dezembro-laranja-5-informacoes-importantes-sobre-o-cancer-de-pele/?utm\\_medium=relacionadas\\_right&utm\\_source=cartacapital.com.br](https://www.cartacapital.com.br/bem-estar/dezembro-laranja-5-informacoes-importantes-sobre-o-cancer-de-pele/?utm_medium=relacionadas_right&utm_source=cartacapital.com.br)

**Veículo:** Online -> Site -> Site Carta Capital