

5 coisas que seu médico gostaria que você soubesse sobre o câncer de pele

Cristina Almeida Colaboração para VivaBem

A pele é o maior órgão do seu corpo e possui uma anatomia tão complexa que um tumor pode se desenvolver a partir de qualquer célula nela existente. Isso explica a variedade de seus tipos, e também a sua colocação na lista dos cânceres mais comuns na população: o de pele está na frente do de mama, próstata, reto, pulmão e estômago.

O Inca (Instituto Nacional de Câncer) estima cerca de 220 mil novos casos no triênio 2023-2025, e esses números preocupam porque uma recente pesquisa denominada Dossiê Brasil À flor da pele, da SBD (Sociedade Brasileira de Dermatologia) L'Oreal e Datafolha, concluiu que mais da metade da população brasileira nunca foi a um dermatologista.

Tais condições revelam que a maioria das pessoas pode desconhecer ou ignorar estratégias de prevenção que, se colocadas em prática, reduziriam o impacto da doença no país. Confira, a seguir, o que os dermatologistas gostariam que você soubesse sobre o câncer de pele:

1) Câncer de pele é coisa séria

Existem duas questões que podem atrapalhar a busca por uma avaliação médica quando alguma mudança na pele é observada. A primeira é o medo do diagnóstico de câncer; a segunda é subestimar esse tipo de tumor.

"O que a maioria ignora é que apesar de o câncer de pele não ter alta mortalidade —quando comparamos aos outros tipos— suas consequências podem levar à destruição de tecidos e à perda de funções de regiões como os olhos, o nariz, a orelha, etc.", explica Vanessa Mussupapo, dermatologista do Comitê Científico do Instituto Melanoma Brasil.

Fique de olho em alterações como o surgimento de pintas, manchas, principalmente quando elas evoluem rapidamente. Mesmo que não coçam, nem sangrem, tais mudanças são sinais de alerta.

Evite adiar a consulta médica. Quanto mais cedo você tiver um diagnóstico, melhor. As lesões são menores, e isso facilita o tratamento que, em geral, é cirúrgico.

A depender do tamanho da lesão, sua localização, o tipo do tumor e idade do paciente, a probabilidade de cura é de 90%. Ao notar qualquer modificação na pele, procure por um dermatologista. Você pode conferir se o médico tem formação na área da dermatologia na site da SBD e também no do Conselho Federal de Medicina.

Os especialistas devem ter um número de RQE (Registro de Qualificação de Especialidade), que confirma que o profissional tem formação reconhecida em dermatologia.

2) Excesso de sol é o maior risco, mas há outros

"Disparado, a exposição à radiação aos raios ultravioletas (UV) é o fator mais importante e completo, porque ele atua em todas as etapas do aparecimento do câncer cutâneo", esclarece o presidente da SBD, Carlos Barcaui. Contudo, o especialista destaca outros fatores que podem interagir e facilitar o seu aparecimento:

Histórico pessoal ou familiar (pai, mãe, avós), condições genéticas como o albinismo, idade (especialmente acima dos 65 anos), supressão imunológica, doenças crônicas, histórico de transplante de órgãos, infecções, radioterapia, carências vitamínicas e até exposição ocupacional.

A Sociedade Americana do Câncer adverte ainda que não existe radiação segura. Os principais raios ultravioleta são o UVA e o UVB.

O UVB tem mais energia e é responsável por alguns tipos de câncer, mas ambos podem danificar a pele e levar à doença.

A exposição nem precisa ser aguda, como quando se vai à praia —conta também o cumulativo do dia a dia.

3) A doença é mais frequente do que se imagina

Este câncer é o que se repete com maior frequência em todo o mundo. A estimativa do Inca é que, até o final de 2025, haveria cerca de 220 mil novos casos

(câncer não melanoma) no país.

De acordo com Luciana Mendes Nishida, supervisora do Programa de Residência Médica do HUGV-UFAM/Ebserh, esses números podem ser ainda maiores porque muitos eventos não entram nessa conta.

"Além disso, vivemos em um país de alta radiação ultravioleta (UV) durante todo o ano. De um lado, a pele está sempre exposta e vulnerável; de outro, isso facilita identificar alterações que pedem por rápida intervenção", completa a médica.

A doença pode se manifestar entre homens e mulheres de todas as etnias, especialmente após os 40 anos, embora pacientes mais jovens já estejam recebendo este diagnóstico. Confira os principais tipos:

Carcinoma basocelular - ele é o mais frequente (70% dos casos) e aparece em regiões expostas ao sol: rosto e pescoço, e ainda tem crescimento lento.

Carcinoma escamoso - também acomete áreas expostas, representa 20% dos casos, é mais agressivo, e pode se alastrar se não for tratado. As lesões são ásperas e se manifestam como feridas que não saram.

Melanoma - embora seja menos comum (4% dos casos), é o mais perigoso e pode progredir a partir de pintas já existentes ou manchas de formato irregular.

4) Ele não se limita às peles claras

Indivíduos de pele e olhos claros, que se queimam mais do que se bronzeiam, têm maior probabilidade de ter a doença, mas isso não isenta aqueles com pele morena ou negra.

Ter tais características pode até reduzir o risco para melanoma em áreas do corpo mais expostas. Porém existe um tipo de melanoma (lentiginoso acral) que pode se manifestar em regiões não expostas, como as palmas das mãos e dos pés, e até sob as unhas.

Esse subtipo representa mais de 50% dos melanomas em afrodescendentes, mas a doença pode surgir a partir de uma pinta ou uma mancha —em áreas cobertas ou não, inclusive na região genital.

"Se tais sinais aparecem em uma pessoa adulta com 30 ou 40 anos, crescem e a se modificam, essa evolução é um dos principais critérios que levam à suspeita de uma lesão pigmentar", fala Cacilda da Silva Souza, dermatologista e docente da

FMRP-USP.

As taxas de sobrevivência em pacientes negros são mais baixas porque, em geral, o diagnóstico é tardio.

5) Prevenção vai além do protetor solar

Os especialistas consultados são unânimes quanto aos benefícios do uso do protetor solar.

O protetor deve ter FPS (fator de proteção solar) 30 ou mais, e o uso deve ocorrer mesmo em dias nublados.

Sob exposição solar intensa, a reaplicação deve se dar a cada 2 horas, e depois da imersão em água.

Há produtos de boa qualidade, preço acessível e de marcas confiáveis.

Essa medida deve ser complementada por outros cuidados, desde a infância, e incluídos nas rotinas de profissionais que trabalham expostos à radiação e esportistas —principalmente os que ficam perto da água— elemento que reflete ainda mais os raios UV.

Evite exposição nos horários de alta radiação: entre 9 e 15 horas.

Prefira a sombra em horários de pico de radiação. Aplicativos do celular podem ajudar a monitorar as variações diárias.

Use chapéu, boné e óculos de sol com proteção UVB. Já existem no mercado roupas que oferecem alguma proteção, mas usar roupas leves, de mangas longas já ajuda.

Fontes: Cacilda da Silva Souza, dermatologista e docente da FMRP-USP (Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo); Carlos Barcaui, dermatologista e presidente da SBD (Sociedade Brasileira de Dermatologia); Luciana Mendes Nishida, dermatologista, membro da SBD, supervisora do Programa de Residência Médica do HUGV-UFAM (Hospital Universitário Getúlio Vargas da Universidade Federal do Amazonas), que integra a rede Ebserh (Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares); e Vanessa Mussupapo, dermatologista especialista pela SBD, membro do Comitê Científico

do Instituto Melanoma Brasil, coordenadora do curso de cirurgia micrográfica de Mohs na SBD e na SSBCD (Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica).

<https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2025/12/22/5-coisas-que-seu-medico-gostaria-que-voce-soubesse-sobre-o-cancer-de-pele.htm>

Veículo: Online -> Portal -> Portal UOL - Viva Bem