La historia de Mollie:

En su segundo año de la universidad, Mollie descubrió un lunar en el muslo. En los siguientes seis meses, ella sufrió la cirugía, la quimioterapia y la radiación. Se creó la Fundación Melanoma Mollie Biggane en su memoria después de su muerte trágica a la edad de los veinte años.

Nuestra misión

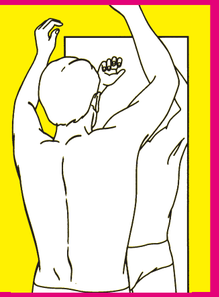
Trabajaremos para proveer información y servicios para la detección del cáncer de la piel y apoyar a los pacientes con melanoma por medio de educarlos sobre los tratamientos corrientes.

MolliesFund.org

5 pasos fáciles para examinarse

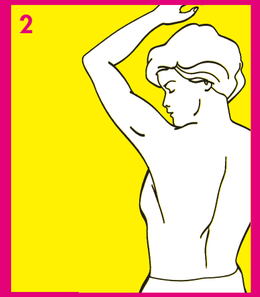
El cáncer de la piel

1



Examínese el cuerpo por frente y la espalda y después los dos lados en el espejo.

2

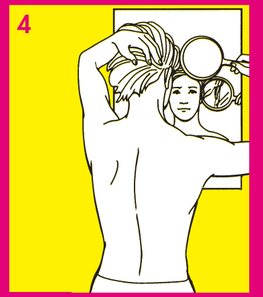


Dóblese los codos. Examine con cuidado el antebrazo, la trasera del brazo y las palmas.

3

Luego, mire la trasera de las piernas y los pies y los espacios entre los dedos del pie.

4



Examínese la trasera del cuello y el pericráneo con un espejo de mano.

5

Por último, examínese la espalda, el trasero y los órganos genitales con un espejo de mano.

¿Se examinó la piel mes?

Coloque el indicador de tamaño sobre cada lunar. Si son más grandes que este hueco de 6 mm, avísele a su doctor. Se debe preocuparse de cualquier lunar que se haya crecido. Examínese cada mes para fijarse de cambios o lesiones. Anote el calendario de abajo cada mes.

Año 1 E F M A M J J A S O N D

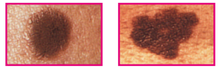
Año 2 E F M A M J J A S O N D

©Mollie Biggane Melanoma Foundation

MolliesFund.org

ABCDE's... Examine los lunares hoy

Asimetría:



Simétrico — Asimétrico

Los lunares benignos (no-cancerosos y no-malignos) son típicamente redondos. (Simétrico)

Las lesiones de melanoma (cancerosas y malignas) suelen tener una forma irregular. (Asimétrico)

Borde:

borde regular — borde irregular

Los lunares benignos tienen bordes contiguos y regulares. (regular)

Las lesiones de melanoma suelen tener bordes irregulares y quebrantados. (irregular)

Color

de sólo un color — de varios colores

Los lunares benignos suelen ser sólo de color pardo. (de sólo un color)

Las lesiones de melanoma suelen contener muchas variaciones de color pardo o negro. (de varios colores)

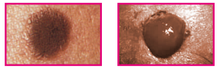
Diámetro

< 6mm — > 6mm

Los lunares benignos suelen medir menos de 6 mm en diámetro. (<6mm o 1/4")

Las lesiones de melanoma suelen medir más de 6 mm en diámetro. (>6mm o 1/4")

Evolución



plano — elevado

Los lunares benignos no suelen cambiar de tamaño a través del tiempo. (plano)

Las lesiones de melanoma crecen de tamaño rápidamente. (elevado)

cambios en los lunares

Apariencia: el tamaño, la forma o el color.

Sensación: Pueden picar o doler mucho o pico.

Superficie: pelándose, sudando o sangrando.

Engrandecimiento: crece en tamaño rápidamente.

Elevación: Se hace levantado sobre la piel.

Cómo protegerse uno del

cáncer de la piel

Limite el tiempo que pase en el sol especialmente entre las diez de la mañana a las cuatro de la tarde.

Use un bronceador con un SPF de 30 y protección de UVA/UVB aún en los días nublados.

Gafas de sol con protección de UV.

Lleve sombrero y ropa bien tejida para protección adicional.

Evite las camas para broncearse.

Examine la piel cada mes después de bañarse o ducharse.

Cite: Un examen cada año con un dermatólogo.

¿Se ha examinado la piel recientemente?