

# EL CÁNCER DE PIEL Y TÚ



## #1

El cáncer de piel es el tipo de cáncer más común en Estados Unidos. Los agricultores tienen más riesgo de padecerlo que el estadounidense promedio

Radiación ultravioleta de la luz solar es uno de los principales factores de riesgo, incluso en días nublados

Agricultores reciben **2-3 veces** más radiación ultravioleta que los trabajadores que están a cubierto

**1 de cada 5** desarrollará cáncer de piel a lo largo de su vida

## ABCDEs de MELANOMA

El melanoma es la forma más grave de cáncer de piel. Identifica las señales:

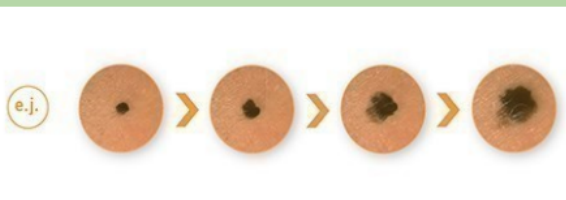


- un lado es diferente al otro

- bordes irregulares, ondulados o poco definidos

- varía de un área a otra, sombras doradas y marrones, negras

- aunque los melanomas miden normalmente más de 6mm, cuando son diagnosticados pueden ser más pequeños



- un lunar o un accidente de la piel que es diferente del resto o que cambia de tamaño, forma o color

Permiso de American Academy of Dermatology

Nuevas manchas

Cambios en lunares

Llagas que no se curan

Busca cambios en tu piel

## CÓMO PROTEGERTE

### PROTECCIÓN SOLAR

#### SPF 30

Amplio espectro (UVA y UVB)

Aplicar veinte minutos antes

Vuelve a aplicar cada 2 horas

### ROPA

#### Lentes de sol

Pantalones y camisas de manga larga de colores suaves

#### Sombrero

### MEDICINA

#### Revisa tu medicación

Algunas pueden incrementar tu sensibilidad al sol, por ejemplo:

NSAIDs los antibióticos  
medicinas para el colesterol  
los antihistamínicos