

**O câncer de pele pode se manifestar em áreas do corpo que não se expõe ao sol?**

**Dr Elimar Gomes:** Sim! O câncer de pele pode se manifestar em qualquer região da pele, inclusive na região genital, palmas, plantas, unhas, couro cabeludo e nas mucosas (oral, genital e anal). Essa não é uma situação comum pois sabemos que mais de 90% dos casos de câncer de pele são causados pela exposição aos raios ultravioleta do sol. Mas outros fatores podem determinar a ocorrência do câncer de pele nas áreas cobertas, como por exemplo, o vírus HPV está associado ao carcinoma espinocelular (CEC) da região genital, o tabagismo está associado ao CEC nos lábios e algumas síndromes genéticas podem determinar a ocorrência de carcinoma basocelular (CBC) em qualquer região da pele. Mesmo o melanoma, o câncer de pele de maior gravidade, tem um subtipo chamado de "acral-lentiginoso" que pode ocorrer nas palmas, plantas e unhas e, frequentemente, é observado em pacientes afrodescendentes e asiáticos.

**A luz das lâmpadas pode causar câncer de pele? Se sim, que tipo?**

**Dr Elimar Gomes:** As lâmpadas utilizadas para iluminação emitem principalmente a "luz visível" que não está relacionada ao desenvolvimento do câncer de pele. Por outro lado, as lâmpadas que emitem radiação ultravioleta e são utilizadas nas câmaras de bronzeamento determinam um risco muito aumentado do desenvolvimento do câncer de pele e, por este motivo, estão proibidas no Brasil.

**Quais são os primeiros sintomas do câncer de pele?**

**Dr Elimar Gomes:** O câncer de pele pode demorar para determinar sintomas, tais como: sangramento sem história de trauma, coceira ou dor em alguma pinta ou ferida na pele. Por outro lado, o câncer de pele, nas suas fases iniciais, mesmo sem qualquer sintoma, pode determinar alguns sinais que podem ser facilmente observados:

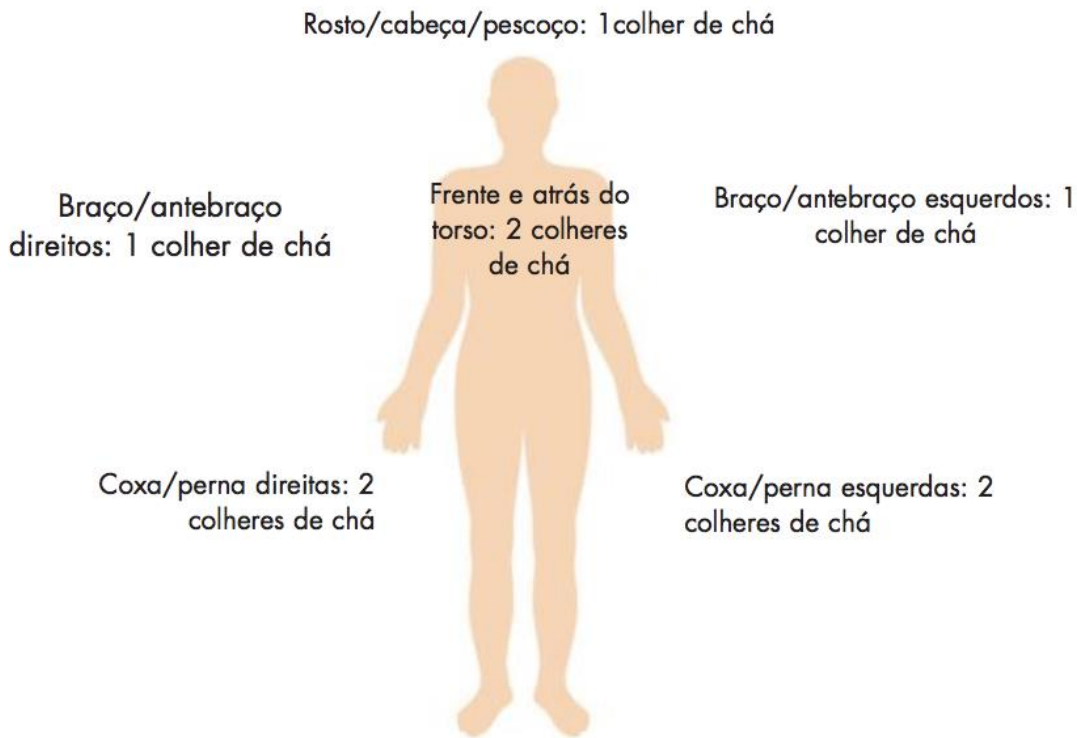
- 1) Feridas ou úlceras que não cicatrizam num período de até 4 semanas
- 2) Verrugas dolorosas de crescimento progressivo
- 3) Pequenas pápulas (bolinhas) de crescimento progressivo, brilhantes ou peroladas, com pequenos vasos sanguíneos bem visíveis
- 4) Pintas ou sinais em crescimento, mudança de cor ou formato

**A quantidade de filtro solar influencia na prevenção do câncer de pele?**

**Dr Elimar Gomes:** Sim, frequentemente as pessoas utilizam uma pequena quantidade de protetor solar e acreditam que já estão protegidas, dessa forma elas se expõem ao sol de forma exagerada e desprotegidas e pode até sofrer queimaduras solares. Atualmente, no Consenso Brasileiro de Fotoproteção, a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) recomenda o uso de protetores solares de FPS mínimo de 30. É importante ressaltar que para atingir a proteção solar descrita na embalagem do produto é necessário aplicar 2g/cm<sup>2</sup> do produto na superfície da pele. A primeira aplicação do produto é fundamental e deve ser feita com maior atenção e cuidado, pelo menos 15 minutos antes da exposição solar, de preferência sem roupa ou com maior quantidade possível. Recomenda-se, de maneira geral, a reaplicação dos fotoprotetores a cada 2 horas ou após períodos de imersão. A quantidade a ser aplicada deve ser observada, recomendando uma das duas alternativas abaixo:

- 1) **Aplicação de duas camadas.** Para aumentar a quantidade a ser aplicada pode-se orientar a aplicação do protetor solar da forma que o usuário está habituado, mas solicitar uma imediata reaplicação.
- 2) **Utilização da regra da colher de chá,** conforme apresentado abaixo:

## REGRA DA COLHER DE CHÁ



**Figura extraída do Consenso Brasileiro de Fotoproteção - SBD**

Outro ponto que deve ser ressaltado é que protetores solares com fatores de proteção mais altos são significativamente mais eficientes na proteção contra os raios solares. Além do uso diário de protetor solar, usar chapéu e óculos escuros, roupas com fator de proteção ultravioleta no tecido, evitar exposição ao sol no período entre 9 e 15 horas e permanecer na sombra sempre que possível são medidas importantes na redução do risco de câncer de pele.

### ***O câncer de pele é menos prejudicial que outros tipos de câncer? Se não, qual é o menos prejudicial?***

**Dr Elimar Gomes:** Todos os tipos de câncer, inclusive o de pele, podem ser muito prejudiciais à saúde pois se diagnosticados precocemente e tratados de forma adequada podem promover destruição local, metástases e levar ao óbito. Cada tipo de câncer tem uma agressividade diferente, ou seja, alguns podem ter crescimento lento e demorar para produzir metástases e outros pode fazer isso rapidamente. Quando nos referimos ao câncer de pele estamos falando de 3 subtipos principais: o carcinoma basocelular, o carcinoma espinocelular e o melanoma.

O carcinoma basocelular (CBC) é o tipo mais comum, cerca de 70% dos casos e surge nas células basais, que se encontram na camada mais profunda da epiderme (a camada superior da pele). Tem baixa letalidade e, na grande maioria das vezes, pode ser curado quando o tratamento cirúrgico é realizado de forma adequada. Os CBCs surgem mais frequentemente em regiões expostas ao sol, como face, orelhas, pescoço, couro cabeludo, ombros e costas. Se não tratado adequadamente, o CBC pode provocar lesões mutilantes ou desfigurantes e, em casos excepcionalmente raros, podem produzir metástases.

O carcinoma espinocelular (CEC) é o segundo mais prevalente, cerca de 20% dos casos. Origina-se nas células escamosas, que constituem a maior parte das células da camada superior da pele (epiderme). Pode se desenvolver em todas as partes do corpo, embora seja mais comum nas áreas expostas ao sol, como orelhas, rosto, lábios, couro cabeludo, pescoço etc. A pele nessas regiões, normalmente, apresenta sinais de dano

solar, como enrugamento, mudanças na pigmentação e perda de elasticidade. O CEC é duas vezes mais frequente em homens do que em mulheres. Normalmente, os CECs têm coloração avermelhada e se apresentam na forma de machucados ou feridas espessas e descamativas, que não cicatrizam e sangram ocasionalmente. Eles podem ter aparência similar à das verrugas. O CEC costuma ter uma agressividade um pouco maior que o CBC, ter crescimento um pouco mais rápido e produzir metástases principalmente para os gânglios.

O melanoma é o câncer de pele originário dos melanócitos, as células que produzem melanina e dão cor a nossa pele. Corresponde a 10% dos casos, e por sua alta agressividade, podem ter um prognóstico ruim e alto índice de mortalidade. Embora o diagnóstico de melanoma normalmente traga medo e apreensão aos pacientes, as chances de cura são de mais de 90%, quando há detecção precoce da doença. O melanoma, na maioria das vezes, tem a aparência de uma pinta ou de um sinal na pele, em tons acastanhados ou enegrecidos. Em estágios iniciais, o melanoma se desenvolve apenas na camada mais superficial da pele, o que facilita a remoção cirúrgica e a cura do tumor. Nos estágios mais avançados, a lesão é mais profunda e espessa, o que aumenta a chance de se espalhar para outros órgãos (metástases) e diminui as possibilidades de cura. Por isso, o diagnóstico precoce do melanoma é fundamental. Embora apresente pior prognóstico, avanços na medicina e o recente entendimento da biologia molecular e imunologia levaram ao desenvolvimento de medicamentos que possibilitaram que pessoas com melanoma avançado tenham um aumento muito significativo na sobrevida com qualidade de vida.

***Alguns médicos dizem que é necessário pegar sol sem filtro solar por alguns minutos para ativar a vitamina D. Outros recomendam tomar sol com filtro solar e a vitamina D será ativada da mesma forma. O que é o correto de ser feito?***

***Dr Elimar Gomes:*** O ser humano pode obter vitamina D a partir da exposição à luz solar, da dieta e de suplementos vitamínicos. Ao incidir sobre a pele, a banda B da radiação ultravioleta B do sol converte um precursor em pré-vitamina D, que é rapidamente transformada em vitamina D. É muito importante ressaltar que a produção da vitamina D depende da cor da pele: quanto mais escura, mais resistente ao sol, e menos eficiente na produção de vitamina D. Aquelas pessoas com a pele clara, facilmente produzem vitamina D, por outro lado, facilmente desenvolvem queimaduras solares e tem maior risco de câncer de pele. Estudos mostram que a exposição dos braços e pernas ao sol num período de cinco a trinta minutos (segundo a pigmentação cutânea), duas vezes por semana, produz níveis adequados de vitamina D. Esses resultados parecem ser ainda melhores com a prática de atividade física ao ar livre. O protetor solar protege a pele da radiação ultravioleta, sendo assim, pode determinar uma redução da produção de vitamina D mas num país tropical como o Brasil, onde os índices de radiação ultravioleta são extremamente elevados é muito mais fácil ter uma queimadura solar do que não conseguir produzir vitamina D, principalmente quando a pele é clara. Ou seja, a regra é conscientização, moderação e responsabilidade. É possível se expor ao sol de forma protegida, não ter queimadura solar, reduzir o risco de câncer de pele e ainda ter níveis adequados de vitamina D. Quando isso não acontece, uma medida simples e segura é fazer reposição de vitamina D com suplementos por via oral, conforme orientação médica.

***Dr Elimar Gomes, atual Coordenador Nacional da Campanha Dezembro Laranja, é Médico Dermatologista e Cirurgião Dermatológico pela UNIFESP | EPM, tem Doutorado em Oncologia pela FAP | AC Camargo Cancer Center - SP, atua como Coordenador do Grupo de Dermatologia do Centro Oncológico da Beneficência Portuguesa de São Paulo e é membro titular da SBD - Sociedade Brasileira de Dermatologia, da SBCD - Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica e do GBM - Grupo Brasileiro de Dermatologia.***