

## RECOMENDACIONES DE AUTOVIGILANCIA PARA PACIENTES DE RIESGO DE MELANOMA

La necesidad de revisiones con dermatoscopia digital y el periodo entre sucesivas revisiones en pacientes con múltiples lunares, lunares atípicos u otros factores de riesgo para melanoma se fijan en función del perfil de riesgo estimado y de la dificultad de vigilancia. Este periodo suele oscilar entre 6 y 12 meses. En ocasiones se pueden dar algunas circunstancias que llamen la atención del paciente y hagan recomendable una revisión inmediata, con independencia de la fecha en que estuviera prevista la revisión rutinaria. Estas circunstancias incluyen:

1. **Molestias injustificadas** en algún lunar (picor, escozor, dolor), sobre todo si son reiteradas o mantenidas en el tiempo (más de 3-4 semanas).
2. **Cambios moderadamente rápidos** (en cuestión de semanas a meses) en las características morfológicas de un lunar (tamaño, forma, bordes, color, simetría, textura, aparición de algún nódulo en su interior). Las lunares con este tipo de cambios suelen cumplir la **regla ABCD-E** (**A**simetría, **B**orde irregular, **C**oloración irregular con varios tonos o muy oscura, **D**íámetro mayor de 6 mm, y **E**volución o cambios observados en todo ello). Muchos lunares atípicos benignos pueden mostrar características ABCD pero son estables (ABCD-no E). **Los cambios muy rápidos o súbitos y transitorios suelen ser debidos a mecanismos externos benignos** (roce, traumatismo, infección de un folículo piloso en el lunar, picadura, etc.). No obstante, en caso de duda, mejor consultar.
3. **Erosión, ulceración o sangrado en un lunar**. Podría ser por un traumatismo (en tal caso, sin importancia), pero si la causa no está clara o el fenómeno se repite o perdura a lo largo de varias semanas, mejor consultar. Si es por transformación maligna de un lunar, estos signos suelen ir precedidos en varias semanas o meses por los señalados en el punto anterior, pero no siempre es así. En cualquier caso, **estos signos suelen asociarse a melanomas de crecimiento rápido y mal pronóstico**. No demore la consulta ante la presencia de erosión, ulceración o sangrado en una lesión cutánea de aspecto tumoral, le parezca un lunar o no, y tenga o no pigmentación evidente a simple vista.

4. Aparición de algún **lunar nuevo**, especialmente si llama la atención por tener un **aspecto diferente al de la mayoría de los demás lunares (signo del patito feo)**, por un **crecimiento rápido** o por acompañarse de alguno de los signos y síntomas indicados en los puntos anteriores. Examine de forma periódica las zonas de difícil acceso para la cámara del equipo de dermatoscopia digital, como las zonas de pliegues y las zonas pilosas. Advierta a su peluquero que le indique si aprecia alguna lesión pigmentada o de aspecto tumoral en su cuero cabelludo.
5. Aparición de **nódulos en la piel**, pigmentados o no, sin justificación aparente.
6. Aparición de **bandas o áreas pigmentadas en una uña, sin causa aparente**, así como **inflamación en una uña o a su alrededor sin causa que lo justifique**. También existen lunares y melanomas en las uñas. A menudo la aparición de una mancha oscura, violácea o negra en una uña es consecuencia de un traumatismo y del hematoma subungueal consiguiente. En tal caso, a lo largo de varios meses la pigmentación se desplazará hacia adelante, según crezca la uña, hasta desaparecer. Si esto no ocurre, debe consultar.
7. Aparición de **lesiones pigmentadas** (o en algún caso no pigmentadas y de naturaleza dudosa) **en forma de manchas aplanadas o de nódulos**, a nivel de las **semimucosas y las mucosas** (labios, encías y resto de la mucosa oral, área genital, región perianal y ano, conjuntiva ocular, etc.). También existen lunares y melanomas a ese nivel, si bien su frecuencia es baja. No obstante, si de forma casual o en el contexto de una exploración bucal, genital, proctológica u ocular se descubre la presencia de este tipo de lesiones, deberá procederse a su evaluación y seguimiento por el especialista que corresponda, incluyendo la opción de su estudio histológico si se plantean dudas sobre su naturaleza o benignidad.