



Progetto "Amico sole"

La **LILT** Sezione Provinciale di Lecco, nell'ambito delle sue attività di prevenzione oncologica, realizza tutti gli anni un progetto di prevenzione dei tumori cutanei rivolto a bambini e adulti nella Provincia di Lecco.

Il progetto prevede la distribuzione di materiale informativo, accompagnato da gadget e prodotti solari, ai bambini e ai ragazzi, nelle principali piscine della provincia.

Il volantino informativo spiega in maniera molto semplice quali sono le cause che provocano l'insorgenza dei melanomi, quali sono i principali fattori di rischio (sia genetici che ambientali), quali sono i segnali che devono indurre a sospettare un melanoma (e quindi a sottoporsi a controllo dermatologico) ed infine le indicazioni per una corretta esposizione ai raggi solari

In breve per una corretta prevenzione dei melanomi è importante seguire le seguenti indicazioni:

PREVENZIONE PRIMARIA:

- Evitare le ustioni solari soprattutto in giovane età e in soggetti con pelle chiara e con molti nei.
- Utilizzare ombrelloni, teli, copricapo e indumenti.
- Evitare di esporsi al sole nelle ore centrali della giornata (dalle 11 al 16).
- Evitare l'uso di essenze e profumi prima dell'esposizione solare (possono provocare effetti secondari per l'azione dei raggi UV).
- Utilizzare creme e schermi solari adeguati al proprio fenotipo ed al tempo di esposizione. Queste devono essere applicate ripetutamente nel corso dell'esposizione solare.
- Ricordare che i dispositivi abbronzanti (lampade UV-A) rappresentano un rischio in età giovanile e nei fenotipi I e II.

PREVENZIONE SECONDARIA:

Praticare regolarmente l'autoesame della cute e, in caso di nei sospetti, effettuare un controllo presso un ambulatorio specialistico. La visita di prevenzione, eseguita da un esperto dermatologo, permette di valutare la necessità o meno di asportare un nevo sospetto e procedere quindi alla biopsia e successiva analisi istologica che permette di individuare la natura della lesione (benigna o maligna).

SEGNALI D'ALLARME PER IL MELANOMA:

- A = asimmetria della lesione
- B = bordi irregolari, frastagliati
- C = colore policromo o nero
- D = dimensioni > di 5 mm (diametro)
- E = evoluzione: modificazioni in dimensioni, forma e colore in un breve periodo di tempo (6-8 mesi). Età di comparsa: dopo i 40 anni.



*Unitamente all'osservazione diretta ad occhio nudo, per incrementare la sensibilità diagnostica, gli ambulatori **LILT** utilizzano metodiche non invasive quali la dermatoscopia, che consente l'osservazione delle lesioni pigmentate cutanee ad ingrandimenti maggiori.*