L‘importanza della prevenzione nell’approccio ai tumori cutanei

Description

Grifoni R., Ferrari M., Mori E., Pino M.S., SOS Oncologia Medica Santa Maria Annunziata e Serristori, SOC Oncologia Medica Firenze, Ospedale Santa Maria Annunziata, Azienda USL Toscana Centro

Premesse

Il maggio appena trascorso è stato tradizionalmente il mese dedicato alla prevenzione dei tumori della pelle. È un’occasione utile per ricordare che molte neoplasie cutanee possono essere prevenute o diagnosticate in fase precoce, quando le possibilità di cura sono maggiori e i trattamenti sono spesso più semplici.

Tra i tumori della cute, il melanoma merita particolare attenzione: è meno frequente di altri tumori cutanei, ma può essere più aggressivo. Negli ultimi anni si è osservato un aumento delle diagnosi, sia di forme iniziali sia di melanomi invasivi. Questo dato richiama l’importanza della prevenzione primaria, cioè la riduzione dell’esposizione ai fattori di rischio, e della prevenzione secondaria, cioè il riconoscimento tempestivo delle lesioni sospette.

Individuare precocemente un tumore cutaneo può fare una grande differenza: in molti casi una lesione iniziale può essere trattata con una semplice asportazione chirurgica, evitando percorsi più complessi e migliorando la prognosi.

Quanto è diffuso il melanoma

Il melanoma cutaneo è più frequente nei Paesi occidentali, in particolare in Nord America, Europa e Oceania e interessa soprattutto la popolazione con pelle chiara. In Italia rappresenta uno dei tumori più frequenti sotto i 50 anni, sia negli uomini sia nelle donne.

Le stime più recenti indicano circa 13.000 nuove diagnosi annue nel nostro Paese, con una maggiore frequenza negli uomini e un andamento più marcato nelle regioni del Nord. A fronte dell’aumento dell’incidenza, la mortalità è rimasta sostanzialmente stabile. La sopravvivenza a 5 anni dalla diagnosi è elevata, intorno al 90%, ma varia in base allo stadio in cui la malattia viene scoperta. Oggi in Italia vivono circa 220.000 persone che hanno avuto una diagnosi di melanoma cutaneo.

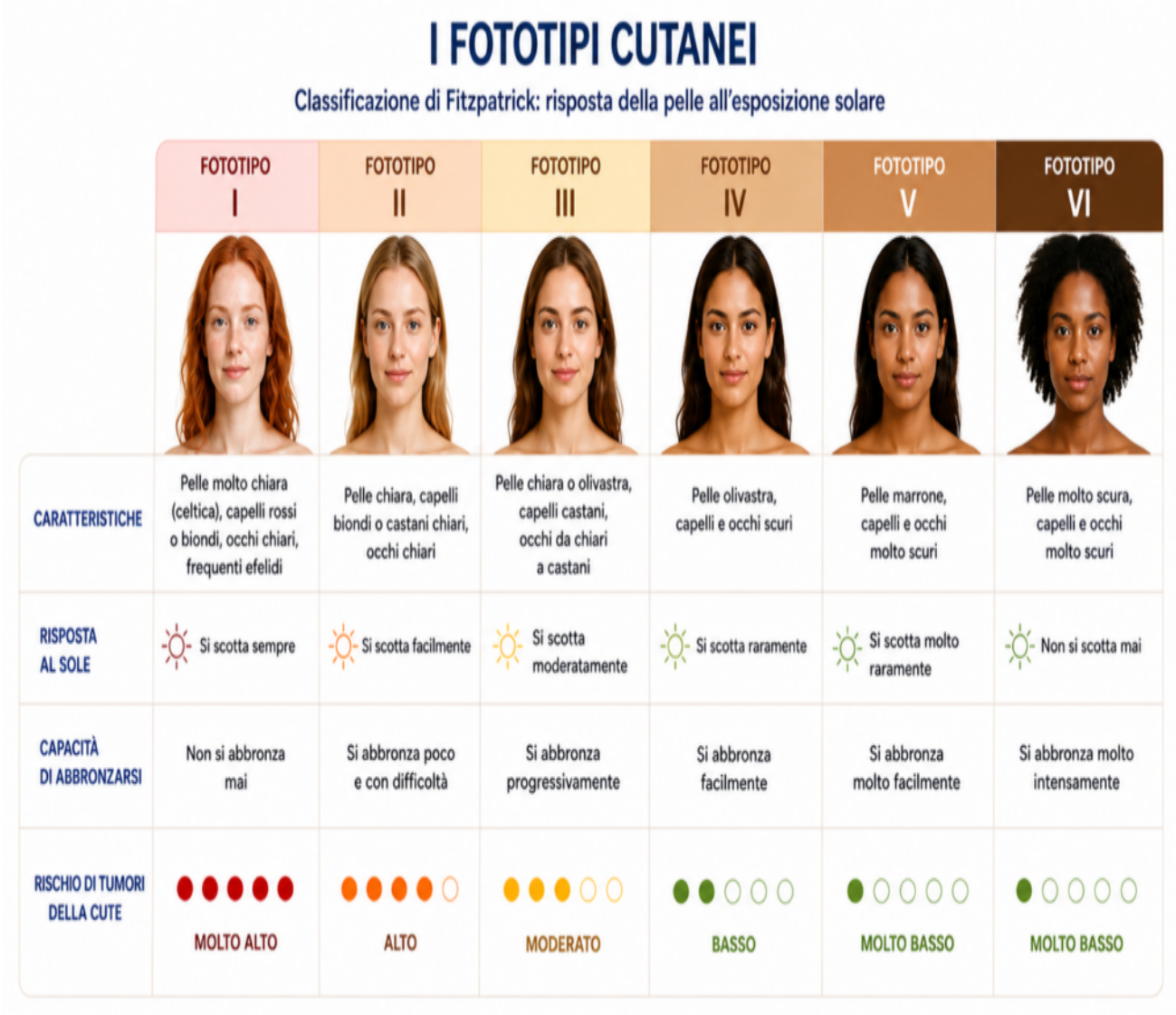
Chi è più a rischio

Il rischio di melanoma dipende da diversi fattori. Alcuni non sono modificabili, come la predisposizione genetica, la familiarità, il fototipo chiaro, la presenza di numerosi nei o di nei atipici. Altri, invece, possono essere modificati: tra questi, il più importante è l’esposizione ai raggi ultravioletti, sia naturali sia artificiali.

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze

Il fototipo cutaneo aiuta a capire il livello di rischio individuale. Le persone con pelle molto chiara, capelli biondi o rossi, occhi chiari e tendenza a scottarsi facilmente hanno un rischio più elevato. Tuttavia, nessuno è completamente esente: anche chi ha pelle più scura può sviluppare tumori cutanei, che talvolta vengono diagnosticati più tardi proprio perché il rischio viene sottovalutato.

Per questo la prevenzione deve essere personalizzata, ma universale nel messaggio: proteggere la pelle dal sole, evitare le scottature, non ricorrere alle lampade abbronzanti e rivolgersi al medico in caso di lesioni nuove, che cambiano aspetto o che destano dubbi.



Il principale fattore di rischio ambientale per i tumori della pelle è l'esposizione ai raggi ultravioletti, cioè ai raggi UV presenti nella luce solare. Il rischio dipende da quanto sole si prende nel corso della vita, ma anche da come e quando ci si espone.

Per il melanoma sono particolarmente importanti le esposizioni intense e intermittenti: per esempio molte ore al sole concentrate nei fine settimana, durante le vacanze o senza adeguata protezione. Ancora più dannose sono le scottature, soprattutto se avvenute durante l'infanzia o l'adolescenza. Aver avuto cinque o più scottature prima dei 20 anni è associato a un aumento significativo del rischio di melanoma.

Un'attenzione particolare va riservata anche alle lampade e ai lettini abbronzanti. I raggi UV artificiali non sono innocui: il loro utilizzo aumenta il rischio di melanoma, soprattutto quando inizia prima dei 35 anni, e il rischio cresce con il numero di sedute effettuate.

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze

Il messaggio è semplice: evitare le scottature, proteggere la pelle fin dall'infanzia e non ricorrere all'abbronzatura artificiale sono scelte concrete di prevenzione.

La prevenzione dei tumori della pelle è fondamentale e si basa su due pilastri:

- prevenzione primaria, che riduce i fattori di rischio;
- prevenzione secondaria, che permette di individuare precocemente eventuali lesioni sospette.

L'obiettivo è semplice: ammalarsi meno e, quando accade, intervenire il prima possibile, con cure più efficaci e meno invasive.

Alcuni comportamenti fanno davvero la differenza:

- Evitare il sole nelle ore centrali (indicativamente tra le 10:00 e le 16:00) e cercare l'ombra quando possibile
- Proteggersi con barriere fisiche: cappello a tesa larga, occhiali con filtro UV, indumenti adeguati
- Usare correttamente le creme solari: scegliere prodotti ad ampio spettro con SPF ?30, applicarli in quantità adeguata e rinnovarli ogni 2-3 ore (o dopo bagno/sudorazione), non solo al mare ma anche in montagna e durante attività lavorative o sportive all'aperto
- Evitare lampade e lettini abbronzanti, che aumentano il rischio di tumori cutanei
- Proteggere i bambini: niente esposizione diretta sotto l'anno di età e massima attenzione durante tutta l'infanzia

Campagne educative, soprattutto rivolte a giovani, lavoratori all'aperto e persone con pelle chiara, sono essenziali per diffondere comportamenti corretti. La prevenzione inizia dalla conoscenza.

Accanto alla prevenzione, è importante imparare a osservare la propria pelle. Due regole semplici possono aiutare: la regola "ABCDE" e quella del "brutto anatroccolo".

La regola "ABCDE" suggerisce, di fronte a una lesione cutanea nota o di nuova comparsa, di valutarne le seguenti caratteristiche:

A – Asimmetria della forma;

B – Bordi irregolari o frastagliati;

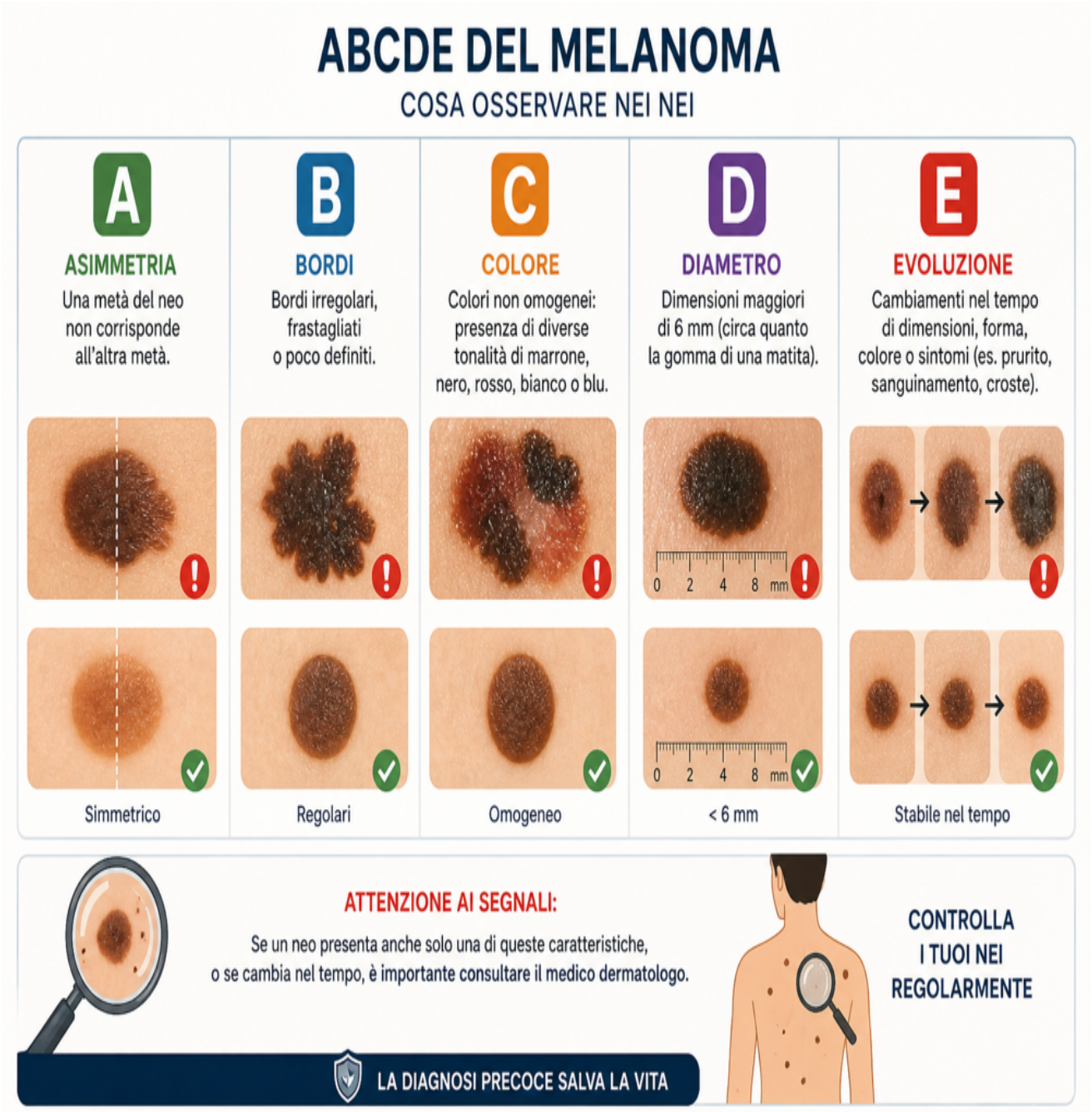
C – Colore disomogeneo o modificato;

D – Dimensioni superiori a 6 mm;

E – Evoluzione per dimensioni, spessore, colore o comparsa di sintomi/secrezione.

Il riscontro di una o più anomalie deve indurre il paziente a rivolgersi al medico per conferma e, se necessario, per l'avvio degli approfondimenti successivi.

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze



La regola del “brutto anatroccolo” si riferisce al riscontro di un nevo con caratteristiche diverse rispetto agli altri nevi dello stesso individuo: una lesione che “spicca” per aspetto, colore, dimensione o evoluzione merita attenzione e valutazione medica.

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze

Trattamento: cure sempre più efficaci, ma la diagnosi precoce resta decisiva

Per i tumori della pelle, il primo passo è quasi sempre l'asportazione completa della lesione sospetta. L'esame al microscopio consente di confermare la diagnosi e di decidere i passaggi successivi. Nel melanoma, in particolare, il referto istologico guida l'eventuale ampliamento chirurgico e la valutazione del linfonodo sentinella. Oggi, anche quando il linfonodo sentinella risulta positivo, non sempre si procede alla dissezione linfonodale completa: questa scelta è riservata a situazioni selezionate.

Negli ultimi anni il trattamento del melanoma è cambiato profondamente. L'immunoterapia e le terapie a bersaglio molecolare hanno migliorato in modo significativo la prognosi, anche nelle forme avanzate. L'immunoterapia aiuta il sistema immunitario a riconoscere e combattere le cellule tumorali. Può essere usata da sola o in combinazione con altri farmaci, con risultati importanti ma anche con possibili effetti collaterali specifici. Le terapie a bersaglio molecolare, invece, agiscono su alterazioni genetiche presenti nel tumore. Nel melanoma la più rilevante è la mutazione BRAF V600, presente in circa il 40-50% dei casi, che permette l'impiego di farmaci mirati anti-BRAF e anti-MEK.

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze

Queste terapie sono oggi utilizzate non solo nella malattia avanzata o metastatica, ma anche in alcune forme operate, per ridurre il rischio di recidiva. In casi selezionati possono essere somministrate anche prima dell'intervento chirurgico, con l'obiettivo di migliorare il controllo della malattia.

Nonostante i progressi terapeutici, la diagnosi precoce resta il punto centrale. Un melanoma individuato in fase iniziale può spesso essere curato con un intervento chirurgico semplice. Al contrario, una malattia avanzata richiede percorsi più complessi, terapie prolungate, controlli frequenti e una gestione multidisciplinare. Le terapie innovative hanno cambiato la storia naturale di molti tumori cutanei avanzati, ma comportano costi rilevanti per il Servizio Sanitario Nazionale, oltre al carico fisico, psicologico e organizzativo per il paziente. La prevenzione è quindi anche una scelta di sostenibilità.

Prevenire significa proteggere la salute delle persone e, allo stesso tempo, preservare il valore del nostro Servizio Sanitario. Poche azioni semplice, evitare le scottature, proteggersi dai raggi UV, controllare la pelle e rivolgersi tempestivamente al medico, possono fare davvero la differenza.

mariasimona.pino@uslcentro.toscana.it

CATEGORY

1. Scienza e professione

Category

1. Scienza e professione

Date Created
Giugno 2026
Author
redazione-toscana-medica
Meta Fields
Views : 15
Nome E Cognome Autore 1 : Grifoni R., Ferrari M., Mori E., Pino M.S.

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze