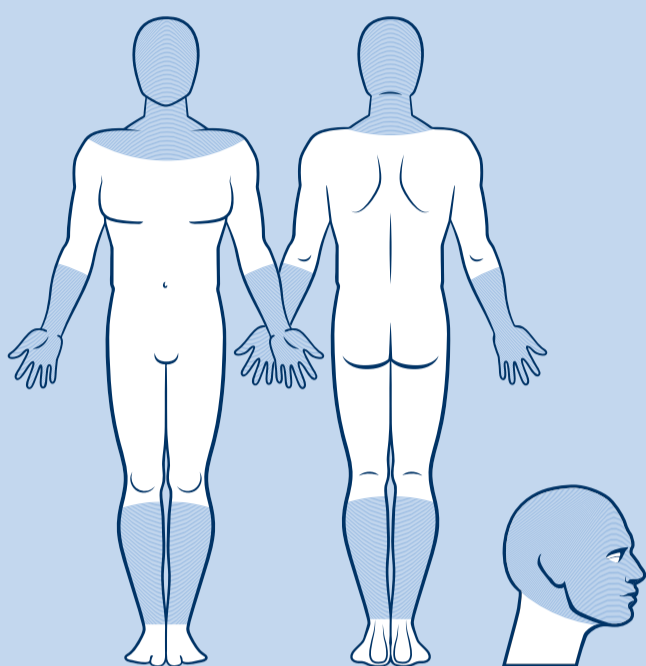


# ¡Revisa tu piel!

## ¿Sabes qué es la queratosis actínica (QA)?

**QA**: Enfermedad de la piel en la que aparecen **manchas rojizas** o **lesiones ásperas y escamosas**. Es una **forma temprana de cáncer de piel**, por eso **es tan importante tratar las lesiones**.

### ¿Dónde aparece?



En las partes del cuerpo más expuestas al sol: **cara, calva, brazos, manos y piernas**

### ¿Por qué aparece?

Por el **daño acumulado** que provoca la **radiación solar** y otros factores como:

>45

La edad



Tener fototipos de piel bajos (piel blanca que se quema fácilmente)



Vivir en lugares con muchas horas de sol



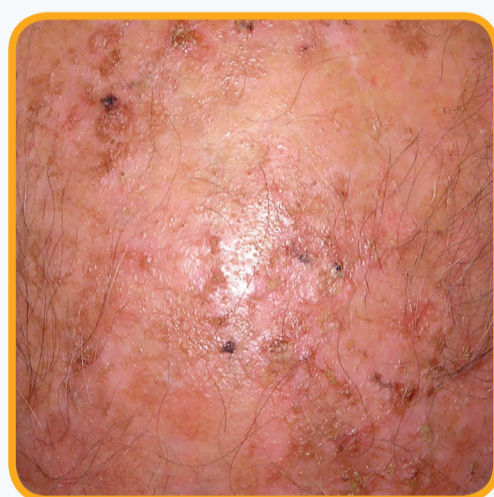
La actividad y los trabajos al aire libre

### ¿Cómo puedes detectarla?

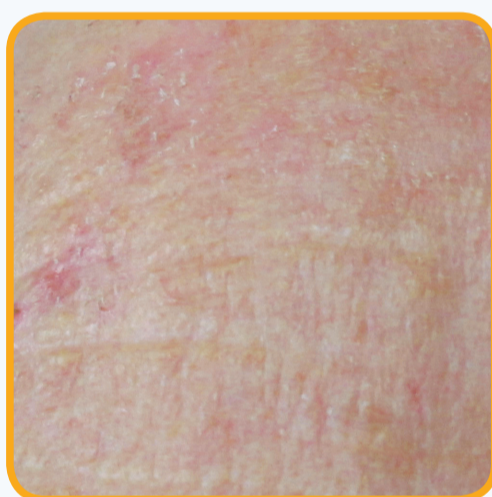
Usa la regla de las **5R+R<sup>1</sup>**:

¡Toca y aprende!

# 5R+R



Daño solar



QA tipo I



QA tipo II



QA tipo III

**Rojiza**  
**Rasposa**  
**Reaparece**  
**Rostro**  
**Radiación solar**

**+Riesgo**  
**de evolución**



La queratosis actínica es un precáncer *in situ* que puede evolucionar a carcinoma<sup>1</sup>

Carcinoma escamoso cutáneo invasivo (CECi)

### ¿Cómo puedes prevenirla?



Usa un **protector solar** de factor muy alto (SPF 50+)

- **Aplicalo cada 2 horas**, después de un baño o de haber sudado
- Usa una **cantidad generosa**



**Cúbrete con ropa, un sombrero o gorra y gafas de sol**



**Evita exponerte al sol entre las 12-16 h**



**Revisa tu piel con frecuencia por si aparecen lesiones de QA**  
Si detectas alguna mancha rugosa y rojiza, visita a tu médico o dermatólogo

1. Domínguez-Cruz JJ. Actualización en queratosis actínica. 2018. Disponible en: <http://farmacosalud.com/actualizacion-en-queratosis-actinica/>. Último acceso: 15/06/2018.