



Opinión

**Dr. Felipe Soto
Vilches**



Jefe Dermatología HRC.

Día Mundial del Melanoma: En memoria de Luis Villar

Hoy, 23 de mayo, conmemoramos el Día Mundial del Melanoma. No es solo una fecha en el calendario médico: es una oportunidad para reflexionar, para recordar con cariño a quienes han partido por causa de esta enfermedad y, sobre todo, para cuidar con mayor conciencia nuestra piel.

El melanoma es un tipo de cáncer de piel que se origina en los melanocitos, las células encargadas de darle pigmento a nuestra piel. Puede comenzar como un lunar que cambia de tamaño, forma o color. Puede oscurecerse, volverse irregular o perder uniformidad. En etapas más avanzadas, puede elevarse, sangrar o doler. Lo preocupante es que, muchas veces, estos cambios ocurren en silencio y en zonas que no siempre observamos con atención: la espalda, detrás de las piernas, las plantas de los pies, incluso áreas como los genitales o el cuero cabelludo.

En la región de Aysén, solemos pensar que por vivir en un lugar de clima frío o con menos días soleados, estamos lejos del riesgo. Pero eso no es así. El melanoma no necesita un verano intenso para desarrollarse. Existen factores genéticos que también influyen, y el daño solar se acumula a lo largo de la vida, especialmente en los primeros años.

En los últimos años en nuestra región, hemos visto casos de melanoma en pacientes con lesiones en zonas cubiertas del cuerpo: pies, piernas, axilas, espalda. Y lamentablemente, también hemos sido testigos del dolor que provoca un diagnóstico tardío.

Hoy, quisiera detenerme un momento para recordar a don Luis Villar, quien falleció tras una lucha breve pero muy significativa contra el melanoma. Luis no solo fue un paciente: fue un padre, un amigo, un abuelo. También nos ha impactado estos últimos años el diagnóstico de esta enfermedad en personas jóvenes de nuestra región.

Mi llamado es simple pero urgente: mírense la piel. Revisense con cariño, con atención. Pídanle a alguien de confianza que les revise la espalda, las zonas menos visibles. Un diagnóstico precoz puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte. Y cuando vean un lunar que cambia, que pica, que sangra o que crece: consulten. No lo dejen pasar.

También es importante recordar el uso del fotoprotector solar. Aunque el día esté nublado, aunque sea invierno, la radiación UV sigue presente. Usen protector solar con un factor 30 o superior, especialmente entre las 10 de la mañana y las 5 de la tarde, y reapliquenlo cada 3 horas si están al aire libre.

Un mensaje especial para quienes crían o cuidan niños: más del 50% de la radiación solar que recibimos en la vida la acumulamos antes de los 18 años. Por eso, los más pequeños merecen una protección especial. Evitemos exponerlos directamente al sol en las horas más intensas y no olvidemos aplicar protector solar también en ellos. Es una inversión en su futuro.

Generemos juntos una cultura del autocuidado, del amor por la vida, de la prevención. El melanoma se puede vencer si se detecta a tiempo. Y esa batalla comienza por un acto tan sencillo como observar nuestra piel con atención y sin miedo.