

Il **melanoma** è un tumore maligno della pelle che può insorgere su un neo preesistente o su cute sana.

In Italia negli ultimi anni si è registrato un rapido aumento di incidenza di questo tumore aggressivo della pelle con più di 7000 nuovi casi di melanoma cutaneo all'anno.

L'aumento dell'esposizione al sole è il maggior fattore di rischio per il melanoma, proprio per tale ragione, si raccomanda di evitare eccessive e scorrette esposizioni al sole e di controllare la propria pelle regolarmente.

### **La mappatura dei nei**

La videodermatoscopia digitale computerizzata è la tecnica più moderna per la diagnosi precoce del melanoma. Questo esame consente di effettuare accurate mappature dei nei.

### **La regola dell'ABCDE**

Se un neo ha una o più delle seguenti caratteristiche, è necessario un controllo dermatologico accurato:

**A** come Asimmetria: una metà del neo è diversa dall'altra

**B** come Bordi: i contorni irregolari del neo ricordano una carta geografica

**C** come Colore: il neo si presenta molto scuro o di colore non uniforme e/o sono comparse modificazioni della pigmentazione (in chiaro, scuro, nero, rosso, bianco)

**D** come Dimensione: diametro superiore a 6 millimetri o aumento di dimensione negli ultimi mesi

**E** come Evoluzione/Elevazione/Emorragia: modificazioni dell'aspetto iniziale e/o ispessimento di una zona e/o sanguinamento.

### **Siete a rischio di melanoma?**

Più del 50% dei melanomi si sviluppano da nei non controllati per molti anni. È opportuno far controllare la pelle regolarmente da uno specialista se si rientra in uno dei seguenti casi:

- carnagione chiara, capelli biondi o rossi e occhi chiari
- nei numerosi (più di 50)
- storia familiare di melanoma
- pregresso riscontro di melanomi
- presenza di nei congeniti grandi (diametro superiore a 1 cm)
- presenza di nei atipici o sospetti o modificati in breve tempo
- scottature solari ripetute in età pediatrica o nell'adolescenza
- abitudine a prendere il sole nelle ore centrali (tra le 12 e le 15)
- abitudine ad utilizzare lampade abbronzanti