

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Melanoma, i casi aumentano anche in Lombardia: perché la primavera è il momento giusto per un controllo della pelle

divisionebusiness · Monday, March 30th, 2026

L'Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro ha reso noti i dati dell'ultimo rapporto sulla diffusione dei tumori cutanei in Italia: il melanoma maligno è oggi il quinto tumore più diagnosticato nel nostro Paese tra gli under 50, con circa 14.000 nuovi casi ogni anno. Un dato che colpisce soprattutto perché si tratta di una neoplasia la cui incidenza è quasi raddoppiata negli ultimi vent'anni, nonostante gli strumenti diagnostici a disposizione siano migliorati in modo significativo. In Lombardia, regione tra le più colpite a livello nazionale per numero assoluto di diagnosi, i centri dermatologici specializzati segnalano ogni primavera un picco di accessi legato all'aumento dell'esposizione solare e alla maggiore attenzione che i pazienti prestano alla propria pelle dopo i mesi invernali.

Marzo e aprile rappresentano, non a caso, i mesi in cui i dermatologi raccomandano con più insistenza di sottoporsi a una visita di controllo. Le ore di luce aumentano, il sole torna a farsi sentire e molte persone cominciano a trascorrere più tempo all'aperto, spesso senza adeguata protezione. È proprio in questa finestra stagionale che effettuare una mappatura dei nei e un esame dermoscopico della cute può fare la differenza tra una diagnosi precoce e una scoperta tardiva.

Riconoscere i segnali: la regola dell'ABCDE per non ignorare un neo sospetto

Non tutti i nei sono uguali e non tutti sono pericolosi, ma imparare a osservarli con attenzione è il primo passo per intercettare in tempo una eventuale alterazione. La dermatologia ha codificato nel tempo uno strumento semplice e accessibile a tutti: la **regola ABCDE**. La lettera A sta per Asimmetria, ovvero la forma irregolare di un neo che non è speculare rispetto al proprio centro. La B indica i Bordi, che in un neo benigno sono netti e regolari, mentre nei melanomi tendono a essere frastagliati o sfumati. La C riguarda il Colore, che in una lesione sospetta può variare all'interno dello stesso neo, con tonalità che vanno dal marrone chiaro al nero, passando per sfumature rossastre o biancastre. La D segnala il Diametro, poiché lesioni superiori ai 6 millimetri meritano sempre un'attenzione particolare. La E, infine, sta per Evoluzione, il criterio forse più importante: qualsiasi cambiamento di forma, dimensione o colore avvenuto nell'arco di settimane o mesi deve essere valutato senza indugi da uno specialista.

A questi criteri classici, molti dermatologi aggiungono oggi un sesto parametro, quello del prurito o del sanguinamento spontaneo, segnali che, quando presenti, rendono urgente la valutazione medica. Il problema, purtroppo, è che molte persone aspettano troppo prima di rivolgersi a uno

specialista, sottovalutando cambiamenti che nel frattempo possono diventare clinicamente rilevanti.

Il controllo preventivo: perché non aspettare e come prenotare uno specialista

Uno degli ostacoli più comuni alla prevenzione è la difficoltà percepita nell'ottenere una visita in tempi utili. Tra le liste d'attesa e la difficoltà di orientarsi tra le strutture disponibili sul territorio, molte persone rimandano un appuntamento che potrebbe rivelarsi fondamentale. Eppure oggi le soluzioni esistono: chi vuole [prevenire con una visita dermatologica in provincia di Milano](#) può affidarsi a portali come Elty, che aggregano l'offerta di strutture private e professionisti convenzionati consentendo di trovare disponibilità, confrontare i profili degli specialisti e prenotare direttamente online in pochi minuti. Per chi vive nell'area del Legnanese e dell'Alto Milanese, questo tipo di strumento può ridurre sensibilmente i tempi di attesa e rendere la prevenzione un'abitudine concreta, non più un proposito rimandato.

La visita dermatologica di controllo, detta anche **mappatura dei nei**, si avvale della dermatoscopia digitale, una tecnica non invasiva che permette di analizzare in dettaglio ogni lesione pigmentata della pelle, confrontarla con immagini precedenti e monitorarne nel tempo l'evoluzione. Il medico, attraverso uno strumento ottico apposito, esamina la struttura interna del neo con un ingrandimento che l'occhio nudo non potrebbe mai ottenere, rilevando pattern di crescita che sfuggirebbero a una semplice ispezione visiva.

Fattori di rischio: chi deve stare più attento e perché la pelle chiara non è l'unica variabile

Esiste ancora la convinzione diffusa che il melanoma riguardi soprattutto chi ha la carnagione chiara, i capelli rossi o biondi e gli occhi chiari. Sebbene questi siano effettivamente fattori di rischio riconosciuti, la realtà è più complessa. Anche le persone con fototipo scuro possono sviluppare un **tumore della pelle**, spesso in sedi meno esposte al sole come palmi delle mani, piante dei piedi o sotto le unghie, dove la lesione può passare inosservata per mesi. Tra i fattori di rischio confermati dalla letteratura scientifica figurano la presenza di un elevato numero di nei (oltre 50), una storia familiare di melanoma, precedenti scottature solari intense soprattutto in età infantile, l'uso di lampade abbronzanti e una prolungata esposizione professionale o ricreativa ai raggi UV.

Chi rientra in una o più di queste categorie dovrebbe sottoporsi a una visita dermatologica almeno una volta all'anno, indipendentemente dalla presenza di sintomi. Per gli altri, una cadenza biennale è generalmente considerata sufficiente, salvo comparsa di nuove lesioni o cambiamenti in quelle già esistenti. Il consiglio degli specialisti, in ogni caso, è di non aspettare che qualcosa faccia preoccupare: la prevenzione, in oncologia dermatologica, non è mai uno sforzo inutil

Protezione solare tutto l'anno: un'abitudine ancora sottovalutata

Se la diagnosi precoce è il principale strumento di contrasto al melanoma, la prevenzione primaria passa inevitabilmente attraverso un uso corretto e costante della **protezione solare**. Un'abitudine che in Italia, nonostante le campagne di sensibilizzazione degli ultimi anni, continua a essere sottovalutata soprattutto nei mesi primaverili, quando l'intensità del sole viene percepita come ancora insufficiente a giustificare l'uso di una crema solare. I dati mostrano invece che i raggi

UVA, responsabili dell'invecchiamento cutaneo e del danneggiamento del DNA cellulare, sono presenti con intensità quasi costante durante tutto l'anno, indipendentemente dalla stagione e dalla copertura nuvolosa.

I dermatologi raccomandano l'uso quotidiano di una crema con SPF 30 o superiore su tutte le zone esposte, incluse quelle spesso dimenticate come orecchie, collo, dorso delle mani e labbra. Per chi trascorre molto tempo all'aperto, sia per motivi lavorativi sia per attività sportive, è fondamentale rinnovare l'applicazione ogni due ore e indossare indumenti protettivi nelle ore di maggiore irradiazione, indicativamente tra le 11 e le 15. Un piccolo cambiamento nelle abitudini quotidiane che, nel lungo periodo, riduce in modo significativo il rischio di sviluppare lesioni cutanee.

La prevenzione come scelta di qualità della vita: investire sulla propria salute conviene sempre

Affrontare il tema della salute della pelle con la stessa attenzione che si dedica ad altri aspetti del benessere fisico è ancora un traguardo culturale da raggiungere per molti. Eppure i numeri parlano chiaro: il melanoma diagnosticato allo stadio I ha una sopravvivenza a cinque anni superiore al 95%, mentre nelle fasi avanzate la prognosi si deteriora drasticamente. La differenza, nella maggior parte dei casi, è data esclusivamente dalla tempestività con cui ci si è rivolti a uno specialista.

In un territorio dinamico come l'Alto Milanese, dove la qualità della vita è alta e la consapevolezza dei temi sanitari è in costante crescita, scegliere di investire in una **visita dermatologica preventiva** è un atto concreto di cura di sé. Strumenti digitali come Elty semplificano questo percorso, mettendo a disposizione in modo chiaro e immediato i professionisti disponibili sul territorio, le fasce orarie e i costi delle prestazioni, così da poter prendere una decisione informata senza dover navigare tra informazioni frammentate. La primavera, con le sue giornate più lunghe e il ritorno del sole, è il momento ideale per smettere di rimandare e fare finalmente quel controllo che si mette nel cassetto da troppo tempo.

This entry was posted on Monday, March 30th, 2026 at 12:00 pm and is filed under [Altre news](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.