

CONSELLS PRÀCTICS SOBRE LES PIGUES

Què és una piga (nevus melanocític)? Una piga és un lesió benigne formada per les cèl·lules que sintetitzen el pigment de la pell o melanòcits. Es manifesta habitualment com a una taca de color marró o negre de mida petita (de mig a un centímetre) a la pell.

Quan solen aparèixer les pigues? S'ha de diferenciar entre les pigues que estan presents al naixement i que s'anomenen pigues o nevus congènits i les més comuns, que són les que apareixen durant la infància, adolescència o edat adulta.

Quins factors fan que apareguin les pigues? Es desconeix amb certesa els factors implicats en l'aparició de les pigues adquirides i es considera que el nombre i tipus de pigues ve determinat genèticament. L'exposició solar és un altre factor que pot influenciar en el número de pigues de cada individu.

Pot una piga tornar-se maligne? Sí, però és un fenomen poc freqüent. El tumor maligne que deriva del melanòcits (melanoma maligne) és un tumor que pot aparèixer tant a partir de pell normal, o bé a partir d'una piga que ha canviat. Resulta important detectar-ho precoçment, ja que un diagnòstic i tractament precoç implica un augment importantíssim de les possibilitats de curació.

És normal que les pigues experimentin canvis al cap dels anys? A diferència de les congènites (que habitualment persisteixen immodificables amb gran activitat de pigment i no rarament amb pèls a sobre), les pigues adquirides normalment van canviant lentament al llarg dels anys amb una pèrdua de la quantitat de pigment i sovint fent-se més boterudes i amb una superfície verrucosa.

Hi ha zones on les pigues tenen més importància? No hi ha zones perilloses per les pigues. Si bé és cert que en àrees de fregadissa (plecs, palmells, plantes dels peus) és més freqüent que el metge extirpi les pigues degut a que sovint presenten canvis inflamatoris o traumàtics que poden dificultar el seguiment. També sovint pot aconsellar-se la seva extirpació quan es localitzen a zones de difícil control o seguiment (regió genital, cuir pilós, plantes de peus, etc.)

Si tinc moltes pigues, haig de tenir alguna precaució? Cal evitar les cremades solar i exposicions al sol intenses. És aconsellable que les persones que tenen moltes pigues demanin visites periòdiques al metge.

Si a una piga li apareix una àrea rodona que l'envolta, té importància? És freqüent en nens que algunes pigues facin un halo blanquinós al voltant (fenomen anomenat "halo-nevus") i és completament benigne. També els nens amb dermatitis atòpica poden desenvolupar canvis eczematosos al voltant de les pigues i tampoc no té cap mena d'importància.

En quines pigues haig de fixar-me més i controlar-les? L'autoexploració ha demostrat ser una eina eficaç en el diagnòstic precoç del melanoma maligne. Es hem de fixar en aquelles pigues que mantenen molta activitat o quantitat de pigment (fosques), aquelles d'aspecte irregular, les que no estem segur de quan han aparegut o les que han experimentat un canvi recent.

Tinc una piga que ha canviat. Quins signes tenen importància? El signes que tenen que cridar l'atenció en una piga vénen definits per les inicials ABCD. És un acrònim que resumeix els principals signes d'alerta de sospita. Com a norma general, la gran majoria de lesions susceptibles de ser extirpades compleixen més d'un d'aquests quatre criteris:

- A**: Asimetria (forma irregular)
- B**: vores (Bordes) irregulars
- C**: Color: canvis de color o la presència de 2 o més colors
- D**: Diàmetre o mida superior a 6 mil·límetres

Signe del aneguet lleig En un individu amb múltiples pigues, davant la presència d'una piga de característiques diferents a la resta és recomanable que la lesió sigui valorada per part de l'especialista.

Finalment, és recomanable que **qualsevol canvi anormal** d'una piga incloent sagnat, inflamació, pruija o canvi de mida sigui motiu de consulta al metge