Autor: Tatiana Bastos, Sara Moniz, Ana Rita Macedo, Ana Sofia Marafona, Márcio Carvalhosa

Última atualização: 2021/01/12

Palavras-chave: Queratose actínica, pele, exposição solar

Resumo

A **queratose actínica** é das lesões mais frequentes encontradas na pele, maioritariamente despoletadas pela exposição prolongada, repetida e desprotegida à radiação ultravioleta. As primeiras lesões cutâneas frequentemente são de pequenas dimensões com características rugosas e com a progressão temporal têm capacidade de aumentar o seu volume e alteração da coloração. O tratamento pode variar consoante a localização, tipo e extensão da lesão, bem como existência de sinais que sugiram malignidade da lesão. A melhor forma de prevenir o seu aparecimento incide na diminuição frequente e diária de exposição solar, adicionalmente uso de protetor solar com fator de proteção elevado, bem como utilização de chapéu, óculos e roupa adequada.

Queratose actínica

A **queratose actínica**, muitas vezes referida como **queratose solar**, é uma doença cutânea causada pela exposição prolongada e repetida à radiação ultravioleta.
É uma das lesões da pele mais frequentes e aparece sobretudo em áreas da pele com exposição solar prolongada e desprotegida como o couro cabeludo (sobretudo nos calvos), face, pescoço, decote, dorso das mãos, antebraços e pernas.

Quais as causas e os fatores de risco para o seu aparecimento?

A **exposição solar crónica** é a principal causa do aparecimento de lesões típicas de queratose actínica. A radiação ultravioleta proveniente de fontes artificiais, tais como solários, pode trazer alterações cutâneas ainda mais nefastas, não sendo recomendado a utilização desta forma de radiação sem vigilância e acompanhamento médico especializado.
Existem fatores de risco importantes para o desenvolvimento destas lesões:

- Ter mais de 40 anos de idade;
- Viver em locais com muitas horas de exposição solar;
- Ter fotótipos de pele e olhos de cor clara, cabelo loiro ou ruivo;
- Tendência para o aparecimento de sardas ou queimaduras solares após exposição solar;
- Ter atividades profissionais ao ar livre;
- Apresentar história pessoal de exposição solar intensa ou frequente, queimaduras solares ou outras queimaduras e realização de tratamentos como a radioterapia ou fármacos imunossupressores.

Como reconhecer uma queratose actínica?

O aparecimento das primeiras lesões cutâneas pode ser reconhecido apenas pelo toque e não pela visão, dado serem de pequenas dimensões (<2cm), mas com sensação tátil rugosa e áspera.
Com a evolução temporal da lesão, tendem a aparecer manchas mais volumosas, com mais rugosidade e por vezes descamativas, com cerca de 2 cm de diâmetro, com cor variável entre rosa, vermelho e castanho.
Ocasionalmente pode ocorrer prurido, ardor ou outros sinais inflamatórios na zona afetada.

Como Diagnosticar?

A simples observação das lesões permite o diagnóstico. Na dúvida poderá ser necessária uma biópsia da pele.
A regra dos **?5R + R?** permite a avaliação da gravidade das lesões observadas: **Ruborizadas**, **Rugosas**, **Recorrentes**, em **Regiões expostas** e a existência de **Radiação solar** repetida e prolongada. O último **?R?** que é o que nos leva a querer fazer um diagnóstico precoce e um tratamento adequado, corresponde a **Risco de evolução**.

Qual o Tratamento?

A maioria dos doentes apresenta várias lesões com diferente espessura e tamanho, havendo necessidade de tratar cada uma individualmente.
Na remoção destas lesões podem ser utilizados vários tratamentos, que podem incluir:

- Colocação de cremes e géis: são aplicados diariamente durante várias semanas e causam a morte de células cutâneas anormais.
- Congelamento com nitrogénio líquido (crioterapia): provoca a descamação das áreas da pele afetadas.
- Curetagem (raspagem): consiste em raspar a superfície da pele com uma curete, realizado sob anestesia local.
- Excisão: remoção do fragmento de pele.
- Terapia fotodinâmica: colocado creme que é ativado pela radiação e elimina células anómalas;
- Terapia laser: raio laser que remove as placas anormais da pele;
- Dermabrasão: usados instrumentos abrasivos para remover placas anormais da pele;
- Descamação química: aplicado líquido corrosivo na pele removendo as manchas anormais.

Qual é o prognóstico?

As queratoses actínicas que são tratadas adequadamente, por norma, **desaparecem**. É usual o aparecimento de novas manchas que necessitam de tratamento adicional.
Quando não tratadas, as lesões de queratose actínica podem evoluir para **cancro da pele**.

O que fazer para prevenir?

A melhor maneira de prevenir a queratose actínica é utilizar uma **proteção solar alta e adequada** como parte da rotina de cuidados diários. Adicionalmente:

- **Evitar exposição solar** nas horas de maior calor e exposição;
- **Cobrir as partes mais expostas** do corpo com roupas, chapéu e óculos de sol;
- **Observar** regularmente a própria **pele**, procurando alterações suspeitas;
- Estar especialmente atento quando existe **história pessoal ou familiar** de cancro da pele ou exposição solar crónica.

Conclusão

É fundamental a observação frequente da pele, bem como a monitorização de novas lesões, pois o diagnóstico precoce desta patologia é essencial para evitar a sua progressão para cancro da pele.

Referências recomendadas

- Portuguesa de Dermatologia e Venereologia. Doenças da Pele
- Skin Cancer Fondation
- Academy of Dermatology / Associeation.Actinic Keratosis
- Portuguesa de Cancro Cutâneo

Voltar à página inicial **Tem alguma dúvida? Fale connosco** ·····

Tatiana Bastos • Sara Moniz • Ana Rita Macedo • Ana Sofia Marafona • Márcio Carvalhosa