

Colore, forma, dimensioni... cosa sorvegliare in presenza di NEI sulla pelle di bambini e adolescenti?

In questo articolo parliamo dei “NEI” ovvero quelle piccole macchiette o cupolette marroncino-nerastre presenti sulla pelle di ognuno di noi (soprattutto se di “razza bianca”), che solitamente non danno alcun problema ma raramente possono degenerare in gravi patologie tumorali (melanoma cutaneo!) che è bene prevenire attraverso un’adeguata sorveglianza e protezione della pelle. Ognuno di noi dovrebbe infatti imparare le regole di base per un’adeguata “auto-osservazione” e per riconoscere se un neo è a rischio di trasformazione in melanoma; ogni genitore dovrebbe in aggiunta osservare i nei dei propri figli soprattutto durante la tarda infanzia e soprattutto per educarli all’importanza dell’auto-osservazione periodica da praticare già in epoca giovanile-adolescenziale: ciò è molto importante in quanto il paziente ha, rispetto al medico, il privilegio di potersi osservare tutti i giorni completamente denudato durante le varie attività di igiene personale e quindi può riconoscere in maniera più tempestiva rispetto al medico (che invece non lo vede tutti i giorni nudo!) eventuali segnali di allarme.

Prima di proseguire è doveroso però fare una piccola precisazione terminologica: il vero nome di ciò che tutti voi chiamate “neo” è in realtà “nevo melanocitico cutaneo”... quale tra i due nomi vi piace di più?;) In questo articolo, considerati i fini divulgativi, preferiamo affrontare l’intera questione utilizzando il nome più semplice ed a voi familiare di “nei”... sperando che i più pignoli non ci vogliano male!

Cosa sono i NEI?

Un NEO non è altro che una iper-proliferazione di gruppi di cellule normalmente presenti nella pelle (i famosi MELANOCITI, famosi per la produzione di “melanina”, la sostanza che dà colore alla pelle abbronzata!). Questi gruppi di melanociti vanno ad accumularsi in sedi cutanee variabili dando vita a quelle piccole macchiette o cupolette marroncino-nerastre di forma e dimensioni variabili, da voi tutti conosciute come NEI.

I nei possono comparire a qualsiasi età?

La maggior parte dei nei presenti sul nostro corpo non erano presenti già alla nascita ma sono apparsi successivamente durante l'infanzia-adolescenza. La quantità di nei infatti *aumenta gradualmente* durante i primi 10 anni di vita, per poi *aumentare bruscamente* durante l'adolescenza e *stabilizzarsi* tra i 30-40 anni; nella tarda età adulta la quantità di nei va poi in *progressiva riduzione*.

L'*esposizione solare*, soprattutto se effettuata in maniera brusca e discontinua, senza adeguata protezione e con propensione ad ustionarsi, tende a far aumentare il numero totale di NEI sulla pelle... ed ovviamente maggiore è il numero di nei maggiore sarà il rischio di degenerazione tumorale in melanoma di uno di loro, in particolare tra i 25-30 anni di vita.

E' possibile nascere già con i nei?

Assolutamente sì. Nonostante siano meno frequenti, i nei congeniti (cioè presenti alla nascita) sono possibili. Nella maggior parte dei casi, specie se si tratta di piccole lesioni (< 2 cm) non c'è da preoccuparsi eccessivamente ed andrà praticata la normale sorveglianza come per qualsiasi altro neo.

In caso invece di nevo congenito gigante (>20 cm di ampiezza!) il rischio di melanoma è maggiore ed andrà praticata una sorveglianza più cauta.

Quando dobbiamo preoccuparci di un NEO?

Ecco alcune semplici regole per imparare a valutare i nei.

Elementi di allarme:

- Dimensioni del neo: rapido aumento delle dimensioni!
- Colore del neo: improvvisa variazione del colore! (che magari può assumere tonalità rosse, brune, grigie, nere o blu)
- Forma del neo: cambiamento di forma! (in particolare la comparsa di bordi dentellati ed

irregolari)

- Consistenza del neo: la improvvisa comparsa di erosioni, ulcerazioni, sanguinamenti, indurimenti, desquamazioni
- Lesioni satelliti al neo: comparsa di “nuovi” piccoli nei circostanti che prima non erano presenti!
- Linfonodi satelliti al neo: ingrossamento di linfonodi nelle zone circostanti un neo che abbia delle anomalie non va sottovalutata!

Allorché nell’osservazione di un neo rinveniamo uno o più degli elementi sopra elencati è importante discuterne col proprio medico di fiducia (o pediatra se si tratta di bambini) per decidere insieme opportuni approfondimenti e se praticare l’escissione del neo con esame istologico.

Allo stesso tempo sarà doveroso sottoporre periodicamente a *visita specialistica dermatologica con nevoscopia* ogni individuo a partire dall’epoca adolescenziale, con cadenza semestrale-annuale o secondo quanto deciso dallo specialista. In casi particolari già a partire dalla prima infanzia può divenire necessario praticare la nevoscopia periodica, soprattutto se presenti di fattori di rischio per melanoma tra cui: casi di melanoma in famiglia, sindrome del nevo displastico, nevo gigante congenito.

Quali precauzioni per proteggere i nostri nei?

Effettuare un’esposizione solare intelligente è sicuramente il principale metodo di prevenzione del melanoma cutaneo, in primis perché riduce il numero totale di nei che ogni bimbo si ritroverà ad avere da adulto (l’esposizione solare intensa e discontinua tende infatti a far crescere il numero di nei).

Pertanto:

- Evitare l’esposizione solare dalle 10:00 alle 15:00

- Utilizzare protezione solare adeguata in base al fototipo del bambino (cioè la carnagione!) e ricordarsi di rinnovarla a dovere. Nei bambini più piccoli conviene utilizzare protezioni molto alte essendo la loro pelle molto delicata!
- Utilizzare abiti chiari (bianchi preferibilmente) di cotone, da utilizzare in spiaggia dopo il bagno e cappellini chiari

E l'abbronzatura? Ce li portiamo a casa "bianchi"?

Il bimbo può benissimo abbronzarsi, ma deve farlo in maniera lenta e graduale, senza mai ustionarsi. Non si può pretendere di far abbronzare il bimbo nelle uniche due settimane di mare che magari si hanno a disposizione e sottoporlo ad una "overdose di sole" per evitare di riportarlo a casa "bianco". Un'esposizione protetta e negli orari sopra indicati consentirà comunque al vostro bimbo non solo di abbronzarsi (sicuramente in tempi più lunghi però!) ma anche di beneficiare dello stimolo alla produzione di vitamina D cutanea indotto da raggi solari, con grande beneficio per le ossa e la crescita!