

1.- DEFINICIÓN:

El acné es una afección de la piel muy común que causa comedones cerrados, puntos negros y lesiones rojas e inflamadas, casi todos los adolescentes la padecen en mayor o menor grado aunque puede aparecer a cualquier edad, afectan principalmente a la cara, el cuello, los hombros, el pecho y la espalda, en menor medida pueden aparecer en brazos, piernas o glúteos.

El acné está producido por la obstrucción de los poros que viene dada por una producción excesiva de grasa por parte de las glándulas sebáceas acumulándose suciedad, desechos y bacterias, formándose los llamados comedones. Se desconoce el motivo de esta anormal producción de sebo pero generalmente se achaca a cambios hormonales, es por esta razón por la que aparece, mayoritariamente, en la adolescencia.

Algunos de los motivos por los que se puede desencadenar son:

- Cambios hormonales: períodos menstruales, embarazo, anticonceptivos hormonales o estrés.
- Cosméticos faciales o capilares con alto contenido en grasas o aceites.
- Determinados fármacos.
- Sudoración excesiva.
- En principio la alimentación (chocolate, frutos secos, embutidos...) no influye en la aparición del acné, aunque si es cierto que una dieta pobre en hidratos de carbono puede empeorarlo.

El acné tiene un gran impacto en la calidad de vida del afectado ya que deja cicatrices tanto físicas como psíquicas; por lo que hay que darle la importancia que se merece puesto que la "vergüenza" que experimentan los afectados puede conducirles a depresión, ansiedad...

2.- TIPOS DE ACNÉ:

Hay distintas clasificaciones según el criterio que se tome como referencia:

- Severidad:
 - ~ GRADO I: Comedones y pápulas (Acné comedionano)
 - ~ GRADO II: Pápulas y pústulas superficiales (Acné inflamatorio)
 - ~ GRADO III: Pústulas profundas y nódulos.
 - ~ GRADO IV: Nódulos y quistes.
- Lesiones:
 - ~ Acné comedoniano.
 - ~ Acné inflamatorio.
 - ~ Acné polimorfo.

- Edad:
 - ~ Acné neonatal.
 - ~ Acné infantil.
 - ~ Acné prepuberal.
 - ~ Acné adulto.
- Otros tipos:
 - ~ Acné excoriado: manipulación compulsiva de las lesiones.
 - ~ Acné Mallorca o estival: el sol y la humedad ambiental son los desencadenantes.
 - ~ Acné friccional: sombreros y ropa que pueden exacerbar las lesiones.
 - ~ Acné ocupacional.
 - ~ Acné cosmético: productos cosméticos inadecuados o con potencial comedogénico.

3.- MEDIDAS HIGIÉNICAS:

La **higiene** es un complemento clave en el tratamiento del acné por lo que es importante realizar una buena limpieza de la piel con un jabón apropiado un mínimo de dos veces al día, es preferible que el agua este tibia y después secar cuidadosamente la zona afectada. El cabello debe estar limpio y alejado del rostro.

En los hombres el afeitado debe ser muy cuidadoso. Debe ablandarse bien la barba con agua tibia y jabón.

El uso de productos **dermocosméticos** favorece el cumplimiento del tratamiento de principio a fin. Son un complemento que nos ayuda a mantener la piel en buen estado, tanto en la higiene como en la hidratación, protección, etc. Se caracterizan por contener elementos específicos que coadyuvan, tanto en las terapias físicas como en las farmacológicas, por tener un efecto sinérgico. Resultan un complemento terapéutico ideal ya que:

- Evitan o disminuyen ciertos efectos secundarios de los medicamentos: sequedad, fotosensibilidad, irritación, hiperpigmentaciones...
- Actúan potenciando la acción del tratamiento: disminución de las dosis del físico.
- Espaciamiento de los brotes.
- Resultados más rápidos: disminución del tiempo de tratamiento.

Algunas pautas a seguir son:

- No manipular las lesiones, puede llevar a infecciones y a cicatrices permanentes.
- No se debe tocar la cara con las manos.
- Desmaquillar la cara todas las noches e hidratar la piel sin proporcionar grasa, para ello utilizar fórmulas cosméticas con base acuosa, "oil free" y no comedogénicas.

4.- TRATAMIENTOS:

Son muy variados ya que dependen tanto de las causas como del tipo de acné. Se dividen en:

• FARMACOLÓGICOS:

~ **Antibióticos:** Reducen las lesiones inflamadas ya que controlan la proliferación bacteriana que coloniza las lesiones. Pueden usarse gran número de ellos, los principales son:

- Tetraciclina.
- *Minociclina* es la más eficaz pero también la más tóxica.
- *Doxicilina*, es el de elección en tratamientos orales.
- Eritromicina.
- Clindamicina, de elección para la vía tópica.
- Sulfonamida.

Hay dos **vías de administración:**

- Oral: sólo con prescripción médica. Se utiliza en los casos de lesiones más graves.
- Tópica: como mantenimiento una vez controlada la fase aguda con un tratamiento oral.

Los **efectos secundarios** de estos tratamientos son:

- Fotosensibilidad.
 - Molestias gastrointestinales.
 - Pérdida de la flora bacteriana.
 - Resistencias: cuando el proceso no mejora es recomendable cambiar el antibiótico ya que las bacterias pueden ser resistentes.
- ~ **Terapia hormonal:** uno de los factores que agravan el acné es el aumento de la actividad de los andrógenos. En algunas mujeres es efectivo el uso de la terapia hormonal para regular esa actividad androgénica aumentada y disminuir la producción sebácea.

~ **Peróxido de benzoilo:** Actúa disminuyendo el crecimiento del *Propionibacterium acnes* y tiene actividad comedolítica. Se aplica por vía tópica en distintas concentraciones que van desde el 2,5% hasta el 10%. Primero hay que determinar la tolerabilidad al peróxido, iniciando el tratamiento a días alternos. Los **efectos secundarios** son:

- Irritación.
- Descamación local.
- Fotosensibilidad.
- Blanquea pelo y ropa.

~ **Retinoides:** son los derivados de la vitamina A. Se usan tanto por vía tópica, en concentraciones del 0,01% al 0,1%, como por vía oral.

- **Tretinoína:** es un potente comedolítico. Se recomienda usar inicialmente por la noche ya que puede producir irritación de la piel y eritema.

- **Isotretinoína:** presenta una importante acción antiinflamatoria de las lesiones. Se utiliza por vía oral y bajo prescripción médica.

~ **Queratolíticos:** Tienen acción comedolítica además de tener una acción "peeling". Los más destacados son el ácido salicílico, alfa hidroxiácidos, ácido glicólico...

• **FÍSICOS:**

~ Peelings químicos.

~ Láser dióxido de carbono

~ Fototerapia.

5.- PAUTA DE TRATAMIENTO:

• **Tto tópico:**

~ Retinoides tópicos (ác. tretinoico, adapaleno, tazaroteno). 1 aplicación al día por la noche, inicialmente a días alternos, para luego pasar a días continuos.

~ Ácido salicílico.

~ Ácido azelaico.

~ Peróxido de benzoilo 2,5% asociado a antibiótico tópico (clindamicina o Eritromicina).

• **Tto oral:** (con prescripción médica)

~ Antibióticos.

~ Terapia hormonal (antiandrógenos).

~ Isotretinoína.

ESTE ARTICULO ES MERAMENTE INFORMATIVO, EN NINGÚN CASO SIRVE DE DIAGNÓSTICO. SIEMPRE DEBE CONSULTAR A SU FARMACÉUTICO O MÉDICO.