

“El uso de cremas hidratantes específicas es muy recomendable en todos los pacientes con acné”

EL ACNÉ ES LA ENFERMEDAD DE LA PIEL MÁS COMÚN. AL REDEDOR DEL 80 AL 90% DE LAS PERSONAS JÓVENES LA PADECE AUNQUE ES CADA VEZ MÁS COMÚN EN ADULTOS, ESPECIALMENTE MUJERES, QUE EXPERIMENTAN ACNÉ EN UNA FASE TARDÍA DE LA VIDA.

El acné vulgar es una enfermedad inflamatoria crónica de la unidad pilosebácea. Se trata de un trastorno muy frecuente de la piel, que se observa principalmente en adolescentes y afecta a más del 85% de los jóvenes. Hablamos sobre cómo cuidar este tipo de piel con el doctor **Luis Sáez**, Médico Adjunto en el Servicio de Dermatología del Hospital General Universitario Gregorio Marañón de Madrid.

El acné es responsable de efectos físicos y emocionales negativos sustanciales, además de tener un costo social significativo. Aunque puede aparecer por primera vez a partir de los 25 años, la edad de inicio suele ser la pubertad y tiende a aparecer antes en las mujeres (10-17 años) que en los varones (14-19 años). Presenta una incidencia menor en asiáticos y africanos y se han descrito aspectos genéticos relacionados. “Se ha postulado un origen genético multifactorial y existe una predisposición familiar, ya que la mayoría tienen antecedentes familiares”, asegura el doctor. Cuestionado por qué importancia tiene

nuestro estilo de vida y lo que comemos sobre nuestra piel el doctor Luis Sáez explica que “*son factores predisponentes el estrés emocional y la oclusión o presión sobre la piel afectada. Muchos estudios han sugerido una fuerte relación entre la dieta y el acné, sobre todo con el consumo de chocolate y comidas saladas e hipercalóricas*”. Destaca también que otros factores que pueden provocar la aparición del acné como la toma de fármacos. Entre ellos, destaca el litio, la hidantoína, la isoniazida, los glucocorticoides, los anticonceptivos orales, los yoduros y bromuros, los andrógenos y el danazol, y también el empleo de otras sustancias como los aceites minerales o la dioxina.

El tratamiento adecuado

Tal y como nos destaca el doctor el objetivo de un algoritmo de cosmetología debe ser identificar las indicaciones y precauciones apropiadas sobre el papel de diversos cosméticos para elegir el producto más eficaz, teniendo en cuenta la terapia farmacológica en curso, así como el tipo y gravedad del acné.



“Muchos estudios han sugerido una fuerte relación entre la dieta y el acné, sobre todo con el consumo de chocolate y comidas saladas e hipercalóricas”

Los cosméticos, si se prescriben correctamente, pueden mejorar el resultado terapéutico del acné, mientras que utilizados de forma errónea y/o inadecuada pueden empeorarlo. *“Al menos algunos de estos ingredientes subrayan el concepto de cosméticos basados en la evidencia. La evidencia científica sugiere que la mayoría de los productos cosméticos para el acné, si se usan correctamente, pueden mejorar el resultado clínico. En contraste, hoy es insignificante el problema de las lesiones de acné causado por ingredientes comedogénicos en cosméticos”.*

Los tratamientos contra el acné deben actuar sobre los diferentes cuatro elementos en los que se fundamenta la patogenia de esta enfermedad. *“El objetivo de cualquier régimen de tratamiento anti-acneico, debería ir encaminado a corregir la queratinización folicular alterada y eliminar los tapones de los folículos pilosos, reducir la producción de sebo por las glándulas sebáceas, disminuir y controlar la colonización bacteriana y en particular de Propionibacterium acnés y actuar sobre la inflamación”,* matiza. La combinación de principios activos con diferentes mecanismos de acción para tratar el acné puede conseguir un efecto sinérgico y contribuir a asegurar mejor los resultados terapéuticos. *“Es por ello que se suelen utilizar tratamientos múltiples combinados. De cualquier forma, la elección del tratamiento más apropiado varía dependiendo del tipo y severidad del acné. Además, siempre se debe evaluar el impacto psicológico individualmente”.*

Cuidados específicos

Cuestionado por cuáles son los cuidados que debe tener un paciente con acné, el médico Adjunto en el Servicio de Dermatología del Hospital General Universitario Gregorio Marañón de Madrid asegura que *“la limpieza efectiva es una parte importante de cualquier régimen de tratamiento del acné y debe prescribirse a todos los pacientes con acné. Unos cosméticos adecuados para la limpieza de la piel son capaces de contribuir a la reducción de las lesiones inflamatorias, especialmente en pacientes con tendencia al acné, y de apoyar la intervención farmacológica en pacientes con acné manifiesto. Aquellos que contienen entre otros principios activos ácido salicílico, muestran el mejor perfil de eficacia”.* Algunos limpiadores contienen colorantes y perfumes que pueden irritar y exacerbar el acné. *“Estos limpiadores a menudo son demasiado agresivos y pueden resultar en un secado excesivo de la piel, lo que conduce a un exceso de compensación por las glándulas sebáceas y en última instancia a más sebo en la superficie de la piel. Sin embargo, limpiadores faciales líquidos adecuados también pueden hidratar”.* El doctor también matiza que la hidratación de la piel, previene y alivia la irritación de la piel al disminuir la evaporación del agua. *“El uso de cremas hidratantes específicas es muy recomendable en todos los pacientes con acné. Algunos médicos recomiendan que los pacientes utilicen cosméticos hidratantes como tratamiento adyuvante del acné. Además, alguna evidencia demuestra que las cremas hidratantes pueden contribuir de forma independiente para mejorar los signos y síntomas de acné”.*

También destaca que es necesario usar una protección frente al daño ambiental adecuada, por lo que en la limpieza de la piel con tendencia acnéica se debe emplear limpiadores sintéticos acidificados con un pH de 5,5 en lugar de jabón.

¿Qué recomendar?

Es importante acudir a un especialista para tratar el acné de la mejor manera posible. Además Luis Sáez, Médico Adjunto en el Servicio de Dermatología del Hospital General Universitario Gregorio Marañón de Madrid afirma que la elección de un producto adecuado para su tratamiento es fundamental y destaca que los ingredientes de determinados productos cosméticos como la nicotinamida, ácido

“El uso de cremas hidratantes específicas es muy recomendable en todos los pacientes con acné”

salicílico y extractos de plantas, afectan a los diferentes mecanismos de la patogénesis del acné y por lo tanto pueden contribuir a una disminución de las lesiones de acné. *“Los comedolíticos tópicos como el ácido salicílico además de ser efectivos por su efecto queratolítico, pueden facilitar la absorción de los otros activos de la formulación. La mayoría de los productos además contienen sustancias con propiedades anti-inflamatorias como el salicílico y antiinflamatorios botánicos entre los que se encuentran el extracto de té verde y el de hamamelis”.* El doctor destaca asimismo que los cosméticos con sustancias antimicrobianas y antiinflamatorias como la nicotinamida pueden acelerar la recuperación del acné. *“Agentes de control de la producción de sebo como la nicotinamida pueden reducir la producción excesiva de éste. Además, el uso de prebióticos como el lactitol y el xilitol en los productos de limpieza, son interesantes ya que son sustancias que promueven el crecimiento de los gérmenes beneficiosos en detrimento de los gérmenes nocivos de la piel”.* Un producto adecuado para el tratamiento eficaz contra el acné es la nueva línea de cosméticos Acniover® del Laboratorio MartiDerm® (gel purificante y cremigel activo) ya que son eficaces en el tratamiento del acné juvenil facial leve, disminuyendo tanto el número de lesiones inflamatorias como no inflamatorias y ayudando a reducir la producción de sebo. Además, el hecho de que el Cremigel presente un ácido salicílico soluble en agua y por tanto exento de alcohol y una nicotinamida que no libera ácido nicotínico, junto con un limpiador formulado a pH 5.5 hace que sean productos bien tolerados, sin alterar la función barrera de la piel y sin producir sensación de sequedad o discomfort. +

