

Centro Provincial de Información Ciencias Médicas
Ciego de Ávila

Acné

¿Qué es el acné?

Es una afección cutánea que causa la formación de granos o "barros". Pueden aparecer comedones cerrados, espinillas negras y parches rojos e inflamados de la piel (como quistes).

Causas

El acné se presenta cuando se taponan los orificios diminutos en la superficie de la piel. Estos orificios se llaman poros.

Cada poro es una abertura a un folículo, el cual contiene un cabello y una glándula sebácea. El aceite secretado por la glándula ayuda a eliminar las células cutáneas viejas y mantiene la piel suave.



Las glándulas pueden bloquearse con una mezcla de aceite y células de la piel. Este bloqueo se llama tapón o comedón. Si la parte superior del tapón es blanca, se denomina acné miliar. Si la parte superior del tapón es oscura, se denomina espinilla negra.

Si las bacterias quedan atrapadas en los poros, el sistema inmunológico del cuerpo reacciona, provocando espinillas.



El acné que está profundo en la piel puede causar quistes firmes y dolorosos. A esto se le denomina acné noduloquístico.

El acné es más común en adolescentes, pero cualquier persona puede tenerlo, incluso los bebés. El acné tiende a ser hereditario.



Algunos factores que pueden desencadenar el acné incluyen:

- ❖ Cambios hormonales que provocan que la piel sea más grasosa. Pueden estar relacionados con la pubertad, los períodos menstruales, el embarazo, las píldoras anticonceptivas o el estrés.
- ❖ Cosméticos o productos para el cabello grasosos u oleaginosos.
- ❖ Ciertos fármacos (como los esteroides, la testosterona, los estrógenos y la fenitoína). Los dispositivos anticonceptivos, como algunos medicamentos que contienen los dispositivos intrauterinos, pueden empeorar el acné.
- ❖ Mucha humedad y sudor abundante.

❖ Tocarse la piel, frotarla o presionarla por mucho tiempo

❖ Las investigaciones no muestran que el chocolate, las nueces y los alimentos grasos causen acné. Sin embargo, las dietas ricas en azúcares refinados o productos lácteos pueden estar relacionadas con el acné en algunas personas, pero esa conexión es controversial.

❖ Glándulas sebáceas de los folículos pilosos

Síntomas

El acné aparece comúnmente en la cara y en los hombros, pero también puede darse en el tronco, los brazos, las piernas y los glúteos. Los cambios en la piel abarcan:

❖ Formación de costras de erupciones de la piel

❖ Quistes

❖ Pápulas (pequeñas protuberancias rojas)

❖ Pústulas (pequeñas protuberancias rojas con pus blanca o amarillenta)

❖ Enrojecimiento alrededor de las erupciones de piel

❖ Cicatrización de la piel

❖ Acné miliar

❖ Espinillas negras

❖ Espinillas (comedones)

Pruebas y exámenes

El Especialista en Dermatología puede diagnosticar el acné al examinar la piel. En la mayoría de los casos, no se requiere ningún examen. Se puede llevar a cabo un cultivo bacteriano con ciertos patrones de acné o para buscar una infección si las grandes protuberancias de pus persisten.



Tratamiento

CUIDADOS PERSONALES

Medidas que usted puede tomar para aliviar el acné:

- ❖ Limpie la piel delicadamente con un jabón suave que no cause resequedad (como Dove, Neutrogena, Cetaphil, CeraVe o Basics).
- ❖ Busque fórmulas no comedogénicas o a base agua para los cosméticos y las cremas para la piel. (Los productos no comedogénicos se han sometido a pruebas que comprobaron que no obstruyen los poros ni causan acné).
- ❖ Retire toda la suciedad o maquillaje. Lávese una o

dos veces al día, incluso después del ejercicio.

- ❖ Evite restregar y lavar la piel en forma repetitiva.
- ❖ Lave el cabello con champú diariamente, en especial si es grasoso.
- ❖ Péinese o lleve el cabello hacia atrás para mantenerlo fuera de la cara.



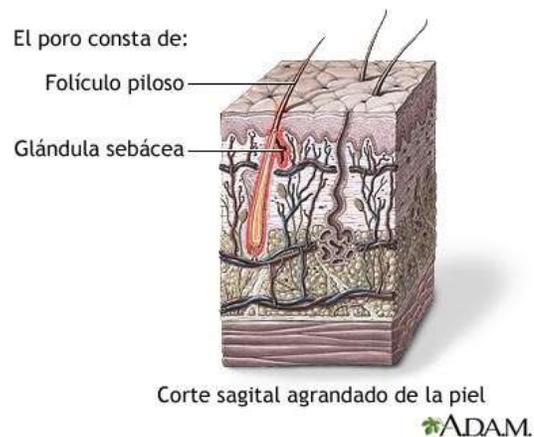
Lo que NO se debe hacer:

- ❖ Trate de no apretar, rascar, escarbar ni frotar agresivamente las protuberancias. Esto puede causar infecciones en la piel, sanación deficiente y cicatrizaciones.

- ❖ Evite usar bandas para la cabeza, gorras de béisbol y otros sombreros apretados.
- ❖ Evite tocarse la cara con las manos o los dedos.
- ❖ Evite las cremas o cosméticos grasosos.
- ❖ NO se deje el maquillaje en las noches.
- ❖ Si con estas medidas no desaparecen las manchas, trate con medicamentos para el acné de venta libre que se aplican sobre la piel. Siga las instrucciones cuidadosamente y aplique estos productos con moderación.

- ❖ Estos productos pueden contener peróxido de benzoilo, azufre, resorcinol o ácido salicílico.
- ❖ Funcionan destruyendo las bacterias, secando el aceite y haciendo descamar la capa superior de la piel.
- ❖ Pueden causar enrojecimiento, resequeza o exfoliación de la piel.

- ❖ Tenga en cuenta que las preparaciones que contienen peróxido de benzoilo pueden decolorar o blanquear las toallas y la ropa.
- ❖ Una pequeña cantidad de exposición al sol puede mejorar el acné un poco, pero en su mayoría simplemente lo oculta. No se recomienda demasiada exposición a la luz del sol o a los rayos ultravioleta, debido a que aumenta el riesgo de cáncer de piel.





Medicamentos recetados por el Médico Especialista en Dermatología

Si los granos todavía son un problema, su médico puede recetarle medicamentos más fuertes y analizar con usted otras opciones.

Los antibióticos pueden ayudar a algunas personas con acné:

- ❖ Antibióticos orales (tomados por boca) como la tetraciclina, doxiciclina, minociclina, eritromicina, trimetoprima, sulfametoxazol y amoxicilina
- ❖ Antibióticos tópicos (aplicados a la piel) como

clindamicina, eritromicina o dapsona

Se pueden recetar geles o cremas aplicado a la piel:

- ❖ Derivados de vitamina A como las cremas o geles con ácido retinoico (tretinoína, tazaroteno)
- ❖ Fórmulas recetadas de peróxido del benzoilo, azufre, resorcinol, ácido salicílico
- ❖ Ácido azelaico tópico
- ❖ Para las mujeres cuyo acné es causado o empeora por las hormonas:
 - ❖ Una píldora llamada espironolactona puede ayudar.
 - ❖ Las píldoras anticonceptivas pueden ayudar en algunos casos, aunque pueden empeorar el acné en algunas mujeres.

Los tratamientos o procedimientos
menores también pueden servir:

- ❖ Se puede usar la terapia fotodinámica. Este es un tratamiento en donde se aplica en la piel un químico que se activa con luz azul, seguido de la exposición a la luz.
- ❖ Su médico también puede recomendar la quimioabrasión de la piel, eliminación de cicatrices por dermoabrasión o la extirpación, drenaje o inyección de quistes con cortisona.
- ❖ Las personas que tienen acné quístico y cicatrización pueden probar con un medicamento llamado isotretinoína. Lo vigilarán cuidadosamente cuando esté tomando este medicamento debido a sus efectos secundarios.
- ❖ Las mujeres embarazadas NO deben tomar

isotretinoína debido a que causa anomalías congénitas graves.

- ❖ Las mujeres que toman isotretinoína deben usar 2 formas de anticonceptivos antes de empezar el fármaco.
- ❖ Los hombres también necesitan cuidarse antes de empezar el fármaco.
- ❖ Su médico le hará un seguimiento con este fármaco y le harán exámenes de sangre regulares.



Expectativas (pronóstico)

La mayoría de las veces, el acné desaparece luego de los años de adolescencia, pero puede persistir hasta una mediana edad. La afección

a menudo responde bien al tratamiento, pero la respuesta puede tomar de 6 a 8 semanas, pero puede reagudizarse de vez en cuando.

La cicatrización puede ocurrir si el acné grave no se trata. Algunas personas llegan a deprimirse mucho si el acné no recibe tratamiento.

Cuándo contactar a un profesional médico

Consulte al médico si:

- ❖ Las medidas de cuidados personales y el medicamento de venta libre no sirven después de varios meses.
- ❖ Su acné es intenso (por ejemplo, tiene mucho enrojecimiento alrededor de los granos o tiene quistes).
- ❖ Su acné está empeorando.
- ❖ Presenta cicatrices a medida que el acné desaparece.
- ❖ El acné está causando sufrimiento emocional.

En el caso de algunos bebés

Si su bebé tiene acné, consulte con el médico de su bebé si el acné no desaparece por sí solo al cabo de tres meses.

Nombres alternativos

Acné vulgar; Acné quístico; Granos; Barros



Bibliografía

1. Minardi EP. Dapsona como opción terapéutica en el tratamiento de acné fulminans por isotretinoína. Rev. OFIL-ILAPHAR [Internet]. 2022 Mar [citado 2024 Ene 25]; 32(1): 103-104. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-714X2022000100020&lng=es.
2. Maldonado A Chong, Uceda R Velásquez, Cáceres V Soto. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE MANEJO DE ACNÉ DE LOS MÉDICOS DEL PRIMER NIVEL DE ATENCIÓN DE LA PROVINCIA DE CHICLAYO DURANTE EL PERÍODO AGOSTO - NOVIEMBRE DE 2016. Rev. argent. dermatol. [Internet]. 2018 Sep [citado 2024 Ene 25]; 99(3): 101-110. Disponible en: <http://www.scielo.org.ar/sciel>
3. Godínez-Chaparro Juan A., Vidaurri-De la Cruz Helena. Acné en el recién nacido. Bol. Med. Hosp. Infant. Mex. [revista en la Internet]. 2021 Oct [citado 2024 Ene 25]; 78(5): 443-449. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462021000500443&lng=es.
4. Darías Domínguez Cristy, Ortiz Lima Yanailys, González Rabelo Jorge. Terapia láser de baja potencia en el acné vulgar. Rev. Med. Electrón. [Internet]. 2019 Abr [citado 2024 Ene 25]; 41(2): 323-332. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242019000200323&lng=es.