



X-Plain Acné Sumario

Introducción

Casi 17 millones de personas en Estados Unidos padecen acné, una de las enfermedades de la piel más comunes en el país. Aunque el acné no es una amenaza grave para la salud, el acné más severo puede causar desfiguramiento y cicatrices permanentes, que pueden afectar a quienes las padecen.

Este sumario le enseñará lo que es el acné y cómo tratarlo.

Anatomía

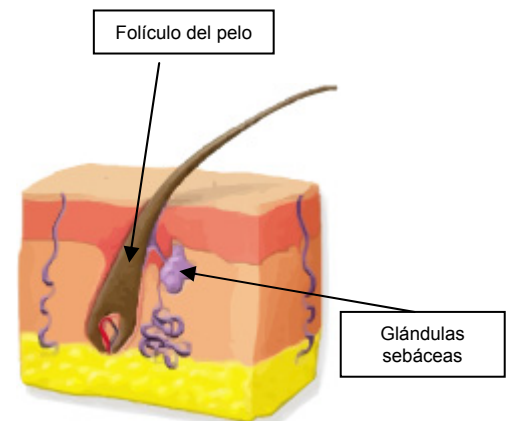
Con la excepción de algunas áreas, la mayor parte de nuestros cuerpos está cubierta de pelo. Algunos pelos son muy finos y apenas se notan.

El pelo está formado por un compuesto químico llamado queratina, que se fabrica dentro de la piel por medio del folículo de pelo.

Las pequeñas glándulas ubicadas alrededor de los folículos de pelo producen una sustancia aceitosa llamada sebo. Estas glándulas se llaman glándulas sebáceas. El sebo entra en contacto con la superficie de la piel a través de la apertura del folículo.

Juntos, el folículo del pelo y las glándulas sebáceas que lo rodean reciben el nombre de unidad pilosebácea.

Las unidades pilosebáceas son más grandes y más abundantes en la cara, la espalda superior, y el pecho. Estas son las áreas donde el acné tiende a aparecer.



Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Acné

El acné es un problema de las glándulas sebáceas que hace que los poros se taponen y produce lesiones comúnmente llamadas granitos. Las lesiones del acné suelen producirse en la cara, en el cuello, en la espalda, en el pecho, y en los hombros.

El acné ocurre cuando el sebo no puede pasar a través del folículo de pelo. Las células del forro del folículo se vierten demasiado rápido y se pegan unas a otras, tapando la apertura del folículo, e imposibilitando así la salida del sebo.

La mezcla de sebo y células hace que crezcan bacterias en los folículos tapados. Esta bacteria produce químicos y enzimas que provocan la inflamación.

Cuando un folículo tapado ya no puede contener su contenido, se rompe y derrama sebo, células de piel, y bacterias sobre la piel contigua.

Gente de todas las edades padece acné, pero la mayoría de los casos de acné se da entre los adolescentes. Casi el 85% de los adolescentes entre las edades de 12 y 14 años padece acné.

Las personas de todas las razas pueden tener acné, pero es más común entre los caucásicos. La mayoría de las personas dejan de tener acné cuando llegan a los 30, sin embargo, algunas personas continúan teniendo acné a los 40 y 50.

Causas

No se sabe la causa exacta del acné, pero los médicos creen que ocurre debido a varios factores. El factor principal es tener un alto nivel de hormonas.

Las hormonas sexuales masculinas, llamadas andrógenos, aumentan en los niños y en las niñas durante la pubertad. Un mayor número de andrógenos implica un mayor tamaño de las glándulas sebáceas, lo que significa que se produce más sebo.

Otro factor relacionado con el acné es el hereditario, o genético. La tendencia a desarrollar acné puede heredarse de los padres. Por ejemplo, hay estudios que demuestran que muchos niños en edad escolar que padecen acné tienen una historia familiar con casos de acné en varias generaciones anteriores.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Hay varios factores que pueden empeorar el acné. Los niveles hormonales en niñas y mujeres pueden empeorar el acné de 2 a 7 días antes del comienzo de su ciclo menstrual.

Los cambios hormonales debidos al embarazo, también pueden hacer que el acné empeore. Cuando las mujeres empiezan o dejan de tomar píldoras anticonceptivas, los cambios hormonales que se producen pueden empeorar el acné.

El estrés, especialmente la tensión emocional grave o prolongada, puede empeorar el acné.

Se sabe que ciertas drogas causan acné. Estas incluyen:

- andrógenos – hormonas masculinas
- litio – para el tratamiento del desorden bipolar
- barbituricos – para controlar las convulsiones

El maquillaje con demasiada grasa puede cambiar las células de los folículos y hacer que se peguen unas a otras, causando acné. Tocarse o frotarse la cara puede empeorar el acné. La presión de los cascos de motocicleta, las mochilas, o los cuellos apretados, también pueden hacer que el acné empeore.

Los irritantes ambientales, tales como la contaminación y la humedad alta, pueden empeorar el acné. El acné puede empeorar si se aprietan o si se tocan las lesiones. También puede empeorar cuando se frota la piel bruscamente.

El acné NO es provocado por

- comer chocolate
- comer comida grasosa
- tener la piel sucia

Síntomas

Las lesiones del acné que reciben el nombre de *comedones*, son folículos de pelo que han aumentado de tamaño al estar taponados con grasa y bacterias. Se les suele llamar también *microcomedones*, porque no se pueden ver a simple vista.



Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Si el comedón se queda bajo la piel, se le llama comedón cerrado, o punto blanco. Los puntos blancos son pequeños bultos en la superficie de la piel.

Un comedón que llega a la superficie de la piel y se abre, se llama punto negro, o espinilla, porque aparece de color negro. La coloración negra no se debe a la suciedad. Las cabezas blancas y las espinillas o puntos negros, pueden permanecer en la piel durante mucho tiempo.

Otros tipos de lesiones del acné incluyen:

- pápulas – lesiones inflamadas, pequeñas, y rosadas, que pueden ser sensibles al tacto.
- pústulas – lesiones inflamadas, llenas de pus que pueden tener una base rojiza.
- nódulos – lesiones grandes, sólidas, dolorosas, y profundas en la piel.
- quistes – lesiones profundas, inflamadas, llenas de pus, que pueden causar dolor y cicatrices.

Tratamiento

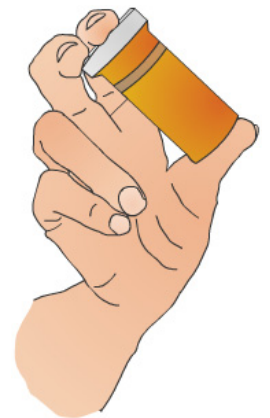
Un dermatólogo es un médico que se especializa en las enfermedades y los problemas de la piel. Se suele acudir a un dermatólogo para el tratamiento del acné.

El objetivo principal del tratamiento del acné es prevenir las cicatrices. El tratamiento del acné también tiene como objetivo reducir el número de lesiones y así minimizar la vergüenza que puede provocar el acné.

Los dermatólogos suelen usar medicamentos para tratar el acné. Estos medicamentos reducen:

- la acumulación de células en los folículos
- la producción de la grasa
- las bacterias
- la inflamación

Dependiendo de lo grave que sea el acné, el médico puede recetar un medicamento tópico o un medicamento oral. El medicamento tópico se aplica sobre la piel y el oral se ingiere.



Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

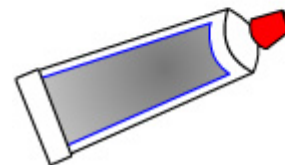
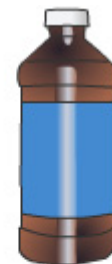
A veces, el médico puede recetar más de un medicamento tópico, o medicamentos orales y tópicos a la vez.

Algunos de los medicamentos tópicos que no requieren receta son:

- peróxido de benzol
- ácido salicílico
- azufre
- azufre y resorcinol

Algunos de los medicamentos tópicos para el acné que requieren receta son:

- peróxido de benzol
- clindamicina
- eritromicina
- tetraciclina
- tretinoína (Retin-A®, Avita®)



Los medicamentos que requieren receta se diferencian de los medicamentos que no requieren receta porque los primeros contienen antibióticos y otros compuestos químicos que disminuyen el crecimiento de las bacterias.

En algunos pacientes, los medicamentos para el acné causan ciertos efectos secundarios como irritación, ardor y enrojecimiento. Los efectos secundarios suelen aliviarse cuando se ha usado el medicamento durante un tiempo. Usted deberá consultar con su médico si los efectos secundarios son graves.

Pueden pasar de 4 a 8 semanas desde que se inicia el medicamento, antes de que se pueda notar una mejoría en la piel.

Si el acné severo no mejora con el uso de otros medicamentos, se puede recurrir al uso de la isotretinoína (Accutane®). La isotretinoína es un medicamento oral que se suele tomar 1 o 2 veces al día durante 16 a 20 semanas.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

La isotretinoína es muy cara y puede tener efectos secundarios graves. Algunos de los efectos secundarios de la isotretinoína incluyen, pero no se limitan a:

- picazón
- sangrado de la nariz
- dolor muscular
- fotosensibilidad
- boca, nariz o piel reseca
- disminución de la visión nocturna
- defectos genéticos en los fetos de las mujeres que la utilizan durante el embarazo.

Los efectos secundarios de la isotretinoína suelen desaparecer una vez que se deja de tomar el medicamento. Para evitar los efectos secundarios, se observa al paciente antes y después del tratamiento con isotretinoína. Este control suele requerir un análisis de sangre.



Las mujeres deberán usar anticonceptivos durante un mes antes de tomar la isotretinoína, mientras se está tomando, y un mes después de tomarla.

Otros tratamientos del acné incluyen:

- tratamiento hormonal
- corticosteroides de dosis baja
- drogas anti-andrógenas
- tratamiento en el que un dermatólogo elimina los comedones
- inyecciones de esteroides en las lesiones
- terapia en la que se elimina una capa superficial de la piel
- cirugía cosmética para reducir la mala cicatrización.

Cuidado de la Piel

Las personas que padecen acné deberán lavarse la piel **SUAVEMENTE** con una crema limpiadora suave, una vez por la mañana y una vez por la noche. Si las áreas con acné se frota bruscamente, el acné podría empeorar.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Se deberá lavar la piel después de hacer ejercicio. Se debe lavar la cara desde la mandíbula hasta el nacimiento del cabello. Si se usan almohadillas para lavar la cara, no deben ser muy ásperas. Es importante secar la piel completamente después de lavarla.



Las personas que padecen acné deberían lavar su cabello con regularidad. Si el cabello es graso, se puede lavar todos los días.

No se debe tocar mucho la piel. Las personas que se tocan las lesiones tienen más riesgo de que les queden cicatrices.

Los hombres que padecen acné deberían averiguar si les va mejor la máquina de afeitar eléctrica o una afeitadora normal. Si se usa una afeitadora normal, la cuchilla debe estar bien afilada y los pelos de la barba se deben suavizar con agua caliente y jabón antes de que se aplique la crema de afeitar.



No se debe tomar sol. Aunque un bronceado puede “esconder” las lesiones, los beneficios son temporales. El sol puede dañar la piel, acelerar los efectos del envejecimiento, y producir cáncer de piel. También es importante saber que muchos medicamentos para el tratamiento del acné hacen que la piel se queme mucho más rápido de lo normal.

Elija los cosméticos cuidadosamente. Mientras esté tomando medicamentos para el tratamiento del acné, es posible que necesite cambiar los que utilizaba antes. Todos los productos cosméticos que utilice, tales como la base de maquillaje, el colorete, la sombra de ojos y las cremas humectantes, deberán ser libres de grasa.

Puede ser difícil aplicar la base de maquillaje durante las primeras semanas después del inicio del tratamiento, porque la piel puede estar enrojecida o tener escamas, especialmente si se utiliza la tretinoína o el peróxido de benzol.

Los productos para los labios contienen humectantes que pueden provocar la formación de pequeños comedones abiertos y cerrados.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Los productos para el cabello que entran en contacto con la piel de la cara pueden causar ardor o dolor. Se deberán usar productos que especifiquen ser de tipo “no comedogénico”. Esto significa que el producto no provoca acné.

Resumen

El acné es un problema de la piel muy común y fácil de tratar. Es posible que se necesiten frecuentes visitas médicas de seguimiento, diferentes opciones médicas, y cambios en su estilo de vida.

La mayoría de los pacientes puede controlar el acné con éxito haciendo uso de los medicamentos de los que se dispone en la actualidad.

¡Con la ayuda de un dermatólogo, usted, o un ser querido, puede controlar el acné y disfrutar de la vida!



Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.