

EL ACNÉ

Definición

El acné es una enfermedad que afecta los folículos pilo-sebáceos ("poros") en la que se produce una alteración de su funcionamiento. El acné es un proceso muy frecuente y, junto a la posibilidad de producir molestias, ocasiona una evidente repercusión a la imagen físico y en la autoestima personal. El acné suele observarse en adolescentes e individuos jóvenes aunque, en ocasiones, también puede presentarse en recién nacidos y adultos. Las lesiones de acné suelen localizarse sobre todo en la cara y pueden extenderse al cuello, escote y espalda.

Causas

Algunas causas que pueden facilitar la aparición de lesiones de acné son factores hormonales, el uso de productos cosméticos no adecuados, la aplicación de cremas de cortisona y determinados medicamentos.

Tipos de lesiones

En el acné pueden observarse diferentes tipos de lesiones. En primer lugar, existe una oclusión del folículo-pilo-sebáceo ("poro"), lo que da lugar a una retención de la secreción sebácea. Es cuando aparecen los denominados comedones abiertos y cerrados: las denominadas "espinillas negras" y "espinillas blancas". Estas lesiones pueden desarrollar cambios inflamatorios en forma de enrojecimiento, aumento del tamaño de las lesiones y aparición de pus ("grano").

En algunos casos graves de acné, pueden aparecer lesiones nodulares y quistes por debajo de la piel que pueden resolverse dejando cicatrices antiestéticas.

Tratamiento

El tratamiento del acné suele estar condicionado según el tipo de lesiones que predominan. En cualquier caso será esencial mantener una limpieza frecuente (una o dos veces al día) con un jabón apropiado para pieles grasas. También es importante no tocar ni "manipular" las lesiones ya que puede aumentar la inflamación y facilitar la aparición de cicatrices. Si se utilizan habitualmente cremas hidratantes, protectores solares, maquillajes u otros productos cosméticos siempre deben usarse aquellos que no empeoren el acné: Pueden identificarse ya que suelen especificar que son "no comedogénicos" o "libres de grasas (oil-free)". Con respecto a la dieta, no existen pruebas concluyentes de que la alimentación pueda afectar el acné. Si el médico lo considera necesario, aparte de la higiene puede recomendar aplicar algún tipo de tratamiento tanto tópico como oral.

Con respecto a los productos de aplicación tópica, existen tres grupos.

- Un primer grupo es el de productos que actúan como queratolíticos, es decir, productos que deshacen el "tapón" del poro. Son productos que en general son bien tolerados pero para que sean efectivos deben aplicarse de forma constante y durante unos meses (2-3 meses).

- Otro grupo de productos tópicos por aplicar localmente son los retinoides, el peróxido de benzoilo o el ácido azelaico. Estos productos pretenden deshacer el tapón que obstruye el poro, junto con un efecto anti-inflamatorio local. Los retinoides, como la isotretinoína o el adapaleno, deben aplicarse en lociones o geles. Pueden producir irritación, por lo que se recomienda aumentar lentamente el tiempo de aplicación. Debe recordarse que los retinoides no pueden aplicarse durante el embarazo o la lactancia. El peróxido de benzoilo puede utilizarse en diferentes concentraciones, entre el 2'5%-10%, recomendando inicialmente a bajas concentraciones y aumentando poco a poco según la tolerancia. El peróxido de benzoilo también puede producir una cierta irritación y quemazón. Resulta importante advertir que puede desteñir el cabello y la ropa. A diferencia de los retinoides, el peróxido de benzoilo se considera seguro durante el embarazo. El ácido azelaico en concentraciones del 15% al 20% también puede ser efectivo para el tratamiento del acné, aunque su efecto se inicia a las dos semanas. También puede producir irritación y

se considera seguro durante el embarazo.

- Estos tratamientos pueden combinarse con el tercer grupo de tratamientos locales: Los antibióticos tópicos como la eritromicina al 2% y la clindamicina al 1%.

También existen en el mercado algunos productos tópicos que combinan los retinoides con antibióticos.

Si existen muchas lesiones y con signos inflamatorios, el dermatólogo puede indicar tratamiento por vía oral, que puede combinarse con los tratamientos tópicos. Existen tres tipos de tratamientos orales: los antibióticos, los retinoides y los anticonceptivos orales.

Entre los antibióticos orales incluyen las tetraciclinas (doxiciclina, minociclina), que se administran durante varias (6-7) semanas. Las tetraciclinas no pueden administrarse en menores de 14 años, en caso de embarazo ni durante la lactancia. Si no se pueden administrar tetraciclinas, otras opciones incluyen los macrólidos y el trimetoprim-sulfametoxazol.

Si estos tratamientos no han sido efectivos o si es una forma grave de acné, con muchos nódulos y quistes, está indicado el tratamiento con un retinoide oral: la isotretinoína. La isotretinoína puede considerarse como el tratamiento más eficaz para el acné, ya que actúa a diferentes niveles. Por un lado, elimina la obstrucción del poro, la inflamación y la posible infección, y mantiene los efectos durante meses e incluso años. Sin embargo, este tratamiento obliga a considerar algunos aspectos importantes: La duración del tratamiento, que debe ser de como mínimo 5-6 meses, y el precio elevado. Por otro lado, existen algunos aspectos a considerar con respecto a la seguridad de este tratamiento: Es un tratamiento con potencial toxicidad hepática y puede dar lugar a un aumento de las cifras de triglicéridos en sangre, por el que el Dermatólogo suele solicitar una analítica de control cada mes o cada mes y medio. También es muy importante que cualquier mujer en edad fértil mantenga unas medidas estrictas de contracepción, puesto que la isotretinoína puede inducir la aparición de malformaciones graves en el feto en caso de embarazo. Por este motivo, resulta obligatorio firmar una hoja de Consentimiento Informado y haber practicado una prueba de embarazo con resultado negativo antes de empezar el tratamiento. El Dermatólogo también advertirá de otros posibles efectos secundarios de la isotretinoína que desaparecen al dejar el tratamiento: Sequedad y aparición de fisuras en los labios, sequedad de la piel del cuerpo, de la mucosa de la nariz y de los ojos. El médico también le indicará los productos adecuados para mejorar estas molestias. Resulta poco recomendable tomar la isotretinoína durante los meses de verano y deben adoptarse una serie de medidas de protección si se prevé una exposición solar intensa (verano o nieve). Otros efectos secundarios menos frecuentes son dolores y fatiga muscular, el dolor de cabeza, la disminución de la visión nocturna, y la caída de cabello entre otras. La dosis de la isotretinoína se ajusta al peso y se modificará según el criterio del Dermatólogo según la evolución del acné y la aparición de efectos secundarios. Resulta fundamental consultar siempre a un Médico antes de combinar la isotretinoína con cualquier otro tratamiento oral.

En algunos tipos de acné, el Dermatólogo puede considerar indicado el tratamiento con anticonceptivos orales, sobre todo aquellos que contienen acetato de ciproterona, junto con el consenso del Ginecólogo.

En algunos casos se puede recurrir a técnicas de Cirugía convencional o con láser para la extracción de lesiones quísticas que no se pueden resolver con tratamientos orales o bien para la corrección de lesiones cicatriciales.