

## SEBORREA I ÈCZEMA SEBORREIC. QUÈ FER?

### Què és la seborrea?

La seborrea és una alteració de la funció de les glàndules sebàcies en la qual augmenta la secreció del greix que produeixen: el sèu o sebum. El sèu té la funció d'engreixar la pell i el cabell. El sèu constitueix, juntament amb el greix de la pell i la suor, una pel·lícula superficial a la pell que actua de protecció davant les agressions externes i les infeccions.

### On apareix la seborrea?

La seborrea es manifesta en les àrees del cos on hi ha glàndules sebàcies, sobretot a la cara, el cuir cabellut, el centre del tòrax i la part alta de l'esquena. Sovint s'acompanya d'un augment de la sudoració. La seborrea no apareix mai en palmells i plantes de peus, zones lliures de glàndules sebàcies.

La seborrea es manifesta en forma de brillantor i tacte untuós de la pell i del cabell. És freqüent observar la seborrea en determinats trastorns de la pell (acne vulgar, rosàcia, fol·liculitis, dermatitis seborreica, alopecía androgènica masculina) i en pacients amb malalties neurològiques com la malaltia de Parkinson i l'encefalitis letàrgica. La seborrea pot afavorir l'aparició d'infeccions per bacteris i fongs a la pell.

### Quina és la causa de la seborrea?

La causa exacta de la seborrea no es coneix, però la intensitat de la producció del sèu depèn de diferents factors:

Factors genètics constitucionals.

Edat: la seborrea és més freqüent en nounats, en la pubertat i en adults fins els 25 anys; posteriorment la seva freqüència disminueix progressivament, sent molt infreqüent a la tercera edat.

Factors hormonals: la seborrea s'estimula pels andrògens (hormones masculines) i és inhibida pels estrògens (hormones femenines).

Calor

Factors emocionals: el nerviosisme, l'ansietat, l'estrès, etc. poden fer augmentar la seborrea.

Fàrmacs: alguns medicaments poden fer augmentar la producció de sèu.

Factors dietètics: la possible relació de la dieta i la seborrea està en discussió tot i que l'alcohol i el tabac poden fer augmentar la secreció de sèu.

### Com puc tractar la seborrea?

La seborrea és un problema cosmètic que pot millorar amb:

- Higiene amb sabons adequats i xampús que continguin seleni i zinc.
- Evitació de cosmètics que augmentin el nivell de greixos a la pell.
- Aplicació de productes matificants i astringents adequats a la pell seborreica.
- Evitació dels desencadenants comentats anteriorment.

Si la seborrea és molt intensa, existeixen diferents fàrmacs per via oral que poden millorar-la:

- Antiandrògens: bloquegen la funció dels andrògens
- Isotretinoïna (àcid 13-cis-retinoïc): regula i inhibeix la secreció del sèu.

Aquests fàrmacs sempre han de ser prescrits per un metge i s'han de seguir uns controls periòdics clínics i analítics.

## Què és un èczema seborreic o dermatitis seborreica?

L'èczema seborreic o dermatitis seborreica és un trastorn inflamatori benigne de la pell associat a la seborrea i a infeccions bacterianes o fúngiques. És una alteració molt freqüent a la població general i té un caràcter crònic. L'èczema seborreic sol afectar als lactants i als adults.

Com es manifesta l'èczema seborreic?

L'èczema seborreic es manifesta en forma d'àrees ben definides de vermellor, descamació i pruija, en ocasions també amb seborrea intensa associada. La dermatitis seborreica apareix en el cuir cabellut, zona central de la cara (front, celles, al voltant del nas, mentó), orelles, centre del pit, part alta d'esquena, aixelles i engonals. En el cuir cabellut, en ocasions l'èczema seborreic és tan intens que es produeix una crosta que dificulta la sortida del cabell. En els lactants, la dermatitis seborreica afecta sobretot al cuir cabellut amb la "crosta làctia" i pot afectar al cos de manera molt extensa.

## Quina és la causa de l'èczema seborreic?

La causa de l'èczema seborreic és desconeguda però es relaciona amb:

- La seborrea
- El fong sapròfit *Pityrosporum ovale* (*Malassezia furfur*)
- Factors de la immunitat cutània

No es coneix el motiu però l'èczema seborreic és més greu en pacients amb la infecció del VIH i amb malalties neurològiques com la malaltia de Parkinson.

## Quins factors empitjoren l'èczema seborreic?

L'èczema seborreic empitjora amb:

- L'hivern i les temperatures baixes
- Estrès emocional
- Ús de productes cosmètics greixosos o irritants
- Períodes de malaltia amb febre i alteració de l'estat general
- Dèficit en la higiene diària

## Quina és l'evolució de l'èczema seborreic?

L'èczema seborreic en el nounat acostuma a resoldre's espontàniament sense conseqüències. En els adults, la dermatitis seborreica acostuma a tenir una evolució crònica, amb fases de milloria sense lesions i fases d'empitjorament amb brots més intensos, sense deixar cicatrius ni taques a la pell.

## Com puc tractar l'èczema seborreic?

Per al tractament de l'èczema seborreic es recomana higiene diària amb productes adequats que eliminin l'excés de seü i la descamació. Es poden utilitzar xampús que continguin quitrans, efectius per al tractament de la seborrea i la descamació del cuir cabellut.

Els brots d'èczema seborreic poden millorar amb l'aplicació de productes tòpics en forma de crema o solució que siguin:

- Astringents
- Antiinflamatoris: com el corticoides de baixa potència
- Antimicòtics: com el derivats dels azols

Fora dels períodes de brots es poden utilitzar productes cosmètics matificants i reguladors de la secreció sebàcia. Tots els cosmètics que s'utilitzin han de ser lliures de greixos (oil-free).  
L'èczema seborreic pot millorar amb l'exposició solar moderada.