

# Abordaje del Acné

desde la Farmacia Comunitaria

Autores: Muret T., Herrerías G., Ortega V., Prieto ML., Abarquero M.



## ¿Qué es el acné?

El acné es una enfermedad **crónica e inflamatoria** de la piel que afecta a los **folículos pilosebáceos** (estructura de la piel desde donde crece el pelo) y se manifiesta en forma de granos, espinillas o quistes que aparecen en el rostro, pecho, hombros y espalda.

Es una de las **enfermedades de la piel más frecuentes**. Afecta a más del **85 % de los adolescentes y jóvenes** a nivel mundial. Puede aparecer a cualquier edad, desde recién nacidos y niños pequeños hasta adultos, e incluso en la madurez.

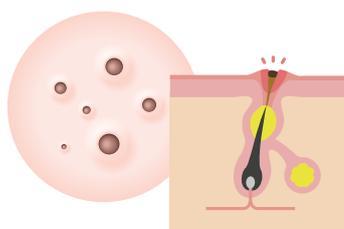
## ¿Por qué se produce?

El acné se genera por la interacción de varios factores: **hormonas** (andrógenos), una mayor producción de **sebo**, el desequilibrio del **microbioma** y también por factores de tipo **inmunológico**.

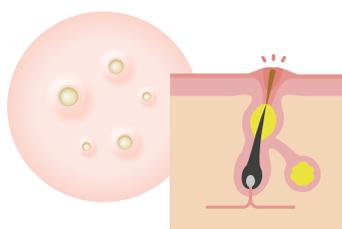
La acumulación de sebo y células muertas en la salida del folículo piloso provoca su obstrucción, favorece el desarrollo de bacterias y la inflamación. Esto desencadenará la aparición de las lesiones típicas del acné, que varían en tamaño, gravedad y en la profundidad con la que afectan a la piel.

Algunos medicamentos pueden producir lesiones acneiformes como efecto secundario.

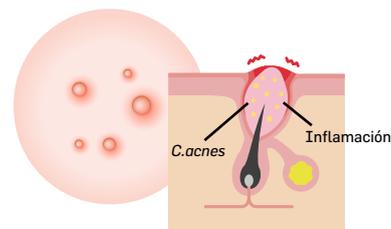
## Tipos de lesiones



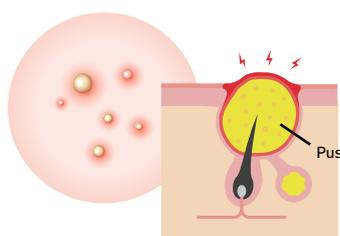
**Comedones abiertos o puntos negros:** de coloración oscura debido a la oxidación del sebo y queratina en contacto con el aire.



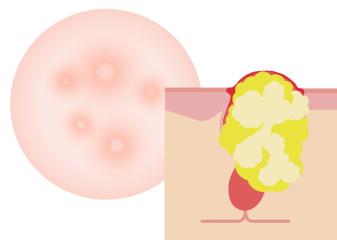
**Comedones cerrados o puntos blancos:** de color blanquecino/amarillento, conocidos como espinillas.



**Pápulas:** rojizas, sólidas y abultadas.



**Pústulas:** lesiones blanquecinas abultadas que contienen pus.



**Nódulos/quistes:** lesiones profundas que contienen pus.

El acné, además, puede dejar **manchas oscuras** (hiperpigmentación postinflamatoria) y **cicatrices**.

Todo ello puede producir complicaciones de tipo estético con impacto en la calidad de vida y en la esfera psicológica de las personas que padecen acné.



## Tratamiento del acné

Existen distintas formas para tratar el acné. La extensión y gravedad de las lesiones condicionarán el tipo de tratamiento.

De forma general:



### Tratamiento farmacológico:

- **Tópico:** se aplican directamente sobre la piel afectada (geles, cremigeles, cremas, etc.). Podemos encontrar tanto medicamentos con receta médica (cremas antibióticas, retinoides, etc.) como medicamentos que pueden ser indicados por el farmacéutico (ácido azelaico y peróxido de benzoilo).
- **Sistémico:** medicamentos que se administran por vía oral y que necesitan receta médica. Suelen ser antibióticos, retinoides y antiandrógenos.

### Procedimientos médicos:

- **Terapias físicas con luz:** láser, luz pulsada, etc.
- **Terapias químicas:** *peelings* químicos.

### Recomendaciones de tu farmacéutico

- Realizar una higiene diaria, mañana y noche.
- Secar a toques y sin fricción.
- No manipular las lesiones.
- Lavar el cabello con regularidad y evitar su contacto con el rostro.
- Utilizar cosméticos específicos para pieles con acné de textura ligera y no comedogénicos.



- Aplicar los productos con las manos limpias y secas.
- Realizar afeitado preferentemente manual.
- Dieta equilibrada, rica en frutas y verduras (antioxidantes) y baja en grasas.
- Evitar situaciones de estrés y ansiedad, pues se puede agravar el acné.

**Tratamiento cosmético:** se puede utilizar solo o combinado con los anteriores tratamientos. Existen productos que pueden ayudar a regular la cantidad de sebo, protegen la barrera cutánea, son calmantes, matificantes, etc.

### Fases del tratamiento cosmético:



#### 1. Limpieza

**Día y noche:** productos tipo syndet (limpiadores con detergentes sintéticos suaves), líquidos, geles o pastillas (panes dermatológicos).  
**Semanalmente:** mascarillas de limpieza y/o *peelings* exfoliantes.



#### 2. Tratamiento / Hidratación

**Mañana y noche:** cosméticos con activos seborreguladores, queratolíticos, hidratantes y calmantes.  
**Semanalmente:** mascarillas matificantes y/o hidratantes.



#### 3. Protección solar

Uso diario de un protector solar de amplio espectro, FPS 50 y alta protección UVA, con un sistema filtrante equilibrado y fotoestable.



#### 4. Maquillaje corrector

Productos no oclusivos, no comedogénicos y no acnegénicos.

**Recuerda, consulta con tu farmacéutico cualquier duda sobre el acné o sobre su tratamiento**