

# El acné en adultos

Si le están saliendo granos en la piel, de los que usted pensaba que afligían solo a los adolescentes, tal vez tenga acné del adulto. Este acné afecta a personas de más de 25 años. El acné en los adolescentes es más común entre varones. Cuando aparece en adultos, es más común en las mujeres.

Acné es el término empleado para definir los poros obstruidos. Los poros son unas aberturas diminutas en la piel que se pueden inflamar y formar imperfecciones. Las imperfecciones provocadas por el acné en adultos aparecen principalmente en la cara. En las mujeres, tienden a aparecer en la barbilla, la zona de la boca, la mandíbula y el cuello. En los hombres, suele afectar toda la cara. Sin embargo, pueden aparecer también en el tronco y la parte superior de los brazos.

El acné se puede tratar. Los tratamientos también pueden disminuir la formación de cicatrices y los cambios del color de piel causados por el acné.

## ¿Cuáles son las causas del acné?

Las hormonas masculinas (andrógenos) pueden causar acné en algunas personas. Por ejemplo, esto puede suceder en personas con síndrome de ovario poliquístico (SOP). El acné en las mujeres suele aparecer justo antes de los períodos menstruales, a partir de la menopausia o al comenzar o suspender las píldoras anticonceptivas. El estrés puede causar algunos brotes de acné. Algunos productos para el cuidado del cabello y la piel pueden causar acné. Si tuvo acné cuando era adolescente o si otros familiares tuvieron acné, es probable que tenga un riesgo más alto de tener acné de adulto.

## Tipos de acné

El acné se presenta cuando se dañan ciertos folículos pilosos (folículos de pelo). Puede suceder una o más de estas 4 cosas:

- El folículo piloso se obstruye con células muertas y grasa (sebo)
- El folículo produce más grasa (sebo) de lo normal
- Crecen bacterias (*P. acnes*) en el folículo
- El folículo se irrita (inflama)

Pueden aparecer cuatro tipos de imperfecciones por el acné:

- Los **comedones cerrados (espinillas blancas)** son imperfecciones redondeadas y blancas que se forman cuando los folículos pilosos se obstruyen.
- Los **comedones abiertos (puntos negros o espinillas negras)** son puntos oscuros que se forman cuando los comedones cerrados llegan a la superficie de la piel y se exponen al aire.
- Los **granos** son bultos rojos e hinchados que se forman cuando las paredes del folículo obstruido se rompen cerca de la superficie de la piel.
- Los **quistes profundos** son granos llenos de pus. Se forman cuando las paredes de un folículo obstruido se rompen en las capas profundas de la piel. En el caso del acné

quístico, los quistes suelen ser grandes y dolorosos. En algunos casos, también producen cicatrices.

## Cómo puede ayudar el tratamiento

Los objetivos del tratamiento son impedir la formación de nuevas manifestaciones de acné, cicatrices y cambios de color. Generalmente usted necesitará una combinación de tratamientos. Es posible que necesite hacer un tratamiento por 2 meses por lo menos para saber si funciona. Esto se debe a que las lesiones de acné tardan por lo menos 8 semanas en desarrollarse.



El tratamiento dependerá de la gravedad del acné. Usted y el proveedor de atención médica analizarán la mejor manera de tratarlo y controlarlo. En la mayoría de los casos, el tratamiento del acné incluye lo siguiente:

- Buen cuidado de la piel sin dañarla ni irritarla
- Medicamentos para aplicar sobre la piel (tópicos)
- Antibióticos, hormonas o ambos

Generalmente, tendrá que administrarse varios medicamentos al principio. Para algunos tratamientos, las mujeres deben usar un método anticonceptivo para evitar el embarazo mientras se están tratando.

También es posible que el proveedor de atención médica le extraiga las imperfecciones provocadas por el acné o que le aplique inyecciones. Si tiene cicatrices de acné, es posible que necesite una cirugía o medicamentos para ayudar a mejorar el aspecto de su piel. Asegúrese de entender su plan de tratamiento y los efectos secundarios que podría causar. El éxito del tratamiento dependerá mucho de su compromiso.