

NOTA DE PRENSA

Madrid, 27 de octubre de 2015

Una buena higiene e hidratación, aspectos fundamentales en el tratamiento y alivio del acné

- La Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC) ha editado una nueva ficha de la serie *Recomendaciones SEFAC a la población*, centrada en esta patología y que puede consultarse en www.sefac.org.
- El acné es una patología de la piel relacionada con una alteración hormonal que sobreestimula las glándulas pilosebáceas, lo que provoca un aumento de la secreción de grasa, favorece la infección y genera la aparición de comedones (espinillas y puntos negros).
- Además de una correcta higiene, es importante utilizar tratamientos específicos y no manipular las lesiones.

Una correcta higiene e hidratación con productos específicos son los elementos fundamentales para tratar adecuadamente el acné. Así se recoge en una nueva ficha de *Recomendaciones SEFAC a la población* que la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC) ha difundido hoy y que puede consultarse en la sección de *Documentos* de www.sefac.org. El acné es una patología de la piel relacionada con una alteración hormonal que sobreestimula las glándulas pilosebáceas, lo que provoca un aumento de la secreción de grasa, favorece la infección y genera la aparición de comedones (espinillas y puntos negros).

Si bien el acné normalmente aparece en la pubertad asociado al resto de cambios hormonales (aparición de vello, crecimiento de glándulas mamarias, etc.), esta situación puede mantenerse en el tiempo o aparecer con posterioridad, por lo que no es un problema que deba asociarse exclusivamente con la piel adolescente. No obstante, es importante tener en cuenta que el tratamiento de una piel joven con acné no puede ser idéntico al de una piel madura.

Por todo ello, entre las principales recomendaciones para tratar adecuadamente el acné destacan:

- **Llevar una higiene correcta:** esto implica utilizar por la mañana y la noche productos de limpieza específicos, libres de detergentes para no reseca la piel y evitar el aumento de producción de grasa. Esto evitará la sobreinfección de la piel.
- **Usar tratamientos hidratantes específicos** para el acné: estos deben ser siempre libres de grasa y escogerse en función de si lo que predominan son puntos negros, espinillas o si la

piel está tratada con algún producto dermatológico tópico o con algún medicamento que produzca irritación o sequedad.

- **Las espinillas se pueden tratar de manera local:** con productos como el peróxido de benzoilo, productos con ácido glicólico o con antibióticos.
- **Si es el acné está siendo tratado con fármacos por prescripción del dermatólogo deben seguirse rigurosamente sus instrucciones:** hay que tener en cuenta que existen tratamientos como los antibióticos y los derivados del ácido retinoico (tópicos u orales) que aumentan la sensibilidad al sol, por lo que con estos tratamientos debe usarse protección solar. El uso de protectores solares también deben tenerse en cuenta con los anticonceptivos orales prescritos para controlar la producción de grasa, pues estos productos también aumentan la sensibilidad de la piel al sol y su uso está asociado con la aparición de manchas.
- **Los tratamientos con derivados del ácido retinoico (tópicos u orales) producen sequedad extrema en la piel:** para tratar este efecto secundario existen productos de hidratación específicos que reparan las zonas tratadas tanto en la piel como en los labios.
- **Es imprescindible no manipular las lesiones:** hay que evitar rascar, apretar o frotar los comedones para evitar que la infección se extienda y queden marcas en la piel. La aparición del acné no tiene por qué dejar marcas, siempre y cuando no se manipulen las lesiones.
- **Consultar al dermatólogo en caso de dolor:** si los comedones son abundantes, dolorosos y están muy extendidos (cara, espalda, pecho, etc.) es conveniente consultar al dermatólogo.

También es importante saber que dado que **el acné es un problema hormonal no es posible evitarlo, aunque se puede controlar**. Su duración dependerá del tiempo que tarde en estabilizarse el patrón hormonal o, si el tratamiento va más allá de la higiene e hidratación (por ejemplo con antibióticos o derivados del ácido retinoico), puede oscilar entre los seis meses y el año en función de la gravedad. Por otra parte, **en las mujeres la aparición de comedones puede aumentar con los cambios propios del ciclo menstrual**. En cuanto al uso de maquillajes, estos no tienen por qué suponer ningún problema siempre y cuando se utilicen productos adecuados (maquillajes con textura oil-free que no obstruyan el poro para evitar la sobreinfección).

La ficha cuenta con la colaboración de Ducray (Pierre Fabre).

Sobre SEFAC

Constituida en marzo de 2001, la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC) es una asociación científica y profesional de ámbito nacional con 3.100 asociados y diez delegaciones que tiene como objetivo prioritario profundizar en la cartera de servicios asistenciales de la farmacia comunitaria y convertirse en interlocutor científico de referencia del farmacéutico comunitario con las distintas administraciones y con el resto de las profesiones sanitarias. Más información en www.sefac.org.

Para más información, contactar con Mario Vaillo en mvaillo@sefac.org o en los teléfonos 691 763 892 y 91 522 13 13.