

## Los misterios del acné, la enfermedad cutánea de la adolescencia que ataca de nuevo

El uso de mascarillas ha provocado que, en algunas personas, reaparezcan granos y espinillas. El 80 % de la población los ha tenido, sobre todo en la pubertad. Recientes estudios proponen dejar de clasificar el acné juvenil como dolencia y considerarlo un proceso natural, pero no todos están de acuerdo.

Laura Chaparro

28/7/2020 09:45 CEST



Entre el 80% y el 85% de la población ha sufrido este suplicio cutáneo en algún momento de su vida, principalmente, durante su adolescencia. / Adobe Stock

Las largas semanas de confinamiento y, sobre todo, el uso de **mascarillas** puede que hayan rescatado de tu adolescencia a un enemigo que habías olvidado: **el acné**. Los dermatólogos están comprobando un aumento de casos en sus consultas.

“Lo que estamos viendo es que aparece más acné y estado seboreicos, como la dermatitis seboreica, porque [la mascarilla](#) genera una oclusión de

la zona. Por el exceso de vapor de agua generada por la exhalación de aire, se produce un ambiente que es muy propicio para los gérmenes que producen inflamación de la glándula sebácea”, explica a SINC [José Luis Martínez-Amo](#), miembro de la Academia Española de Dermatología y Venereología.

Según el dermatólogo, al haber menos probabilidad de que se limpie la zona cuando se lleva la mascarilla, hay más tendencia a la producción de sebo y a que quede retenido, se produzca inflamación y, posteriormente, brotes de acné.

---

Al haber menos probabilidad de que se limpie la zona cuando se lleva la mascarilla, hay más tendencia a la producción de sebo

“Con la mascarilla da menos el sol en la cara, que es un antiinflamatorio natural, por eso en verano estos procesos suelen mejorar, algo que no ocurre ahora”, alega el experto. A esto se suma un mayor estrés por la pandemia, que influye negativamente en estas afecciones de la piel.

[Julián Conejo-Mir](#), catedrático de Dermatología de la Universidad de Sevilla, explica a SINC que los cuadros de acné pueden agravarse por mascarillas que producen mucha **fricción sobre las mejillas** y la zona central del rostro, o por las que son **muy compactas o de material plástico** o sintético que no permiten la evaporación a través de la piel. Además, reutilizarlas más veces de lo recomendado puede provocar sobreinfecciones bacterianas.

## Nueva visión de un viejo problema

Entre [el 80% y el 85%](#) de la población ha sufrido acné en algún momento de su vida, principalmente, durante su adolescencia. Y, aunque siempre se ha considerado como una enfermedad transitoria de la piel –conocida como [acné vulgar](#)–, un equipo de investigadores de Hungría propone que, en el caso del acné adolescente, se reclasifique como **un estado inflamatorio natural**.

¿Qué implica que deje de ser una enfermedad? “El cambio más importante de pensar que el acné sea una inflamación natural en lugar de una enfermedad es que las investigaciones dermatológicas deberían centrarse en revelar los **mecanismos de resolución espontánea** en lugar de la iniciación”, explican a SINC **Andrea Szegedi y Zsolt Dajnoki**, investigadores del departamento de Dermatología de la Universidad de Debrecen ( Hungría) y dos de los científicos que han planteado la nueva clasificación [en un artículo](#) publicado en la revista *Trends in Immunology*.

---

El acné es único. Hasta en el 50 % de los casos desaparece de forma espontánea, a diferencia de la psoriasis o la rosácea, que son dolencias crónicas pero intermitentes. Su alta incidencia también se sale de lo habitual

En comparación con otras enfermedades de la piel, **el acné es único**. Por ejemplo, hasta en el 50% de los casos desaparece de forma espontánea, a diferencia de la psoriasis o la rosácea, que son dolencias crónicas pero intermitentes. Su alta incidencia también se sale de lo habitual, frente al solo 2% de la población que padece psoriasis, o al 10% que sufre rosácea. Tampoco es común que se focalice en un grupo muy concreto de pacientes, los adolescentes, y en regiones específicas de la piel, ricas en glándulas sebáceas.

“Junto a las terapias antiinflamatorias para reducir la inflamación del acné, las investigaciones deberían identificar y promover nuevas herramientas que estimulen los mecanismos de tolerancia de la piel sebácea y, por tanto, **fomenten la curación del acné**”, proponen los científicos húngaros.

## Para la OMS es una enfermedad

Esta nueva visión choca con lo establecido en las últimas décadas. De hecho, si buscamos en ‘la biblia’ de las dolencias, la [Clasificación Internacional de Enfermedades](#) (la ICD-11 es su última versión en inglés), el acné y sus trastornos relacionados aparecen **en una categoría propia** dentro de las enfermedades de la piel.

La última versión de la clasificación realizada por expertos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) recibió [más de 10.000 propuestas de revisión](#) y ha tardado en elaborarse más de una década. Aunque se presentó en la Asamblea Mundial de la Salud celebrada en mayo de 2019 para que fuera adoptada por los Estados miembros, hasta el **1 enero de 2022** no entrará en vigor.

---

Entre las causas que influyen en su aparición destaca un trastorno en la capa más superficial de la piel que provoca una obstrucción del poro y la formación de espinillas

Los expertos consultados por SINC que no han participado en la posible reclasificación del acné coinciden en seguir denominándola como una **enfermedad de la piel**. Es el caso de [José Luis Martínez-Amo](#).

“Es acné es una enfermedad multifactorial en la mayoría de los casos exclusivamente cutánea”, indica el dermatólogo y puntualiza que puede ser inflamatorio “pero también puede no serlo”. Entre las **causas** que influyen en su aparición destaca un trastorno en la capa más superficial de la piel ([el estrato córneo](#)) que provoca una obstrucción del poro y la formación de espinillas.

También interviene el mencionado exceso de sebo producido en las glándulas sebáceas y la consiguiente inflamación del folículo y, por último, una infección por la bacteria *Cutibacterium acnes* (anteriormente [denominada](#) *Propionibacterium acnes*). “El sobrecrecimiento bacteriano de este microorganismo favorece la infección y la inflamación de las lesiones”, señala el dermatólogo.

## La parte buena de las espinillas

Los genes también podrían influir en la aparición de las espinillas y explicarían, en parte, por qué **unas personas se libran de ellas** y otras no. [En una investigación](#) publicada en *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology*, los científicos analizaron la compleja

arquitectura genética del acné.

“Los genes predisponen a desarrollar acné severo aunque pueden no causarlo por sí solos”, matiza a SINC [Alexander Navarini](#), jefe de Dermatología del Hospital Universitario de Basilea (Suiza) y autor principal de la investigación. Además, lo que los científicos han descubierto es que esta molesta dolencia podría tener algo bueno porque, según el experto, una **predisposición genética** a sufrir acné podría protegernos de padecer otras enfermedades de la piel –como la [displasia ectodérmica recesiva](#)–.

---

Una predisposición genética a sufrir acné podría protegernos de padecer otras enfermedades de la piel

El **sistema inmunitario** también podría beneficiarse de este problema cutáneo puesto que algunas cepas de la bacteria *C. acnes* asociadas a la dolencia son capaces de activar a un tipo de glóbulos blancos (las células T), que nos ayudan a combatir infecciones y otras enfermedades.

Además, si nos centramos en el sistema inmunitario de la piel, según los científicos húngaros las modificaciones en la microbiota por los cambios hormonales de la adolescencia, junto al aumento de la producción de sebo, suponen todo un desafío para el escudo protector de la piel. Pero, además de ser un reto, los científicos creen que es **una prueba necesaria** para que este sistema se desarrolle completamente. De hecho, en su opinión, estos cambios ocurren en cualquier persona, desarrollen o no acné.

## Aumenta el riesgo de depresión

Aunque los adolescentes son quienes más sufren este problema cutáneo, también afecta a otras edades. “El acné que se presenta en la edad adulta, sobre todo en la **mujer fértil**, es de influencia hormonal y por ello es imprescindible la consulta al dermatólogo para que, según la historia clínica pauten un tratamiento u otro”, aconseja Martínez-Amo.

Otros casos menos comunes serían el acné esteroideo, que puede surgir “en

pacientes deportistas que se hormonan”, declara el dermatólogo, el acné por **cosméticos** o maquillajes o incluso por exceso de sol.

En cuanto al tratamiento, si has sufrido casos de acné severo te sonará el famoso **roacután**. Según Martínez-Amo, el descubrimiento de los retinoides orales supuso un antes y un después para el tratamiento de los pacientes, ya que curan el acné en un 80 % de los casos y son la única terapia que actúa sobre todas las fases del problema. También hay tratamientos más novedosos como el empleo de diferentes fuentes de luz, *peelings* o diferentes sustancias “pero siempre de menor utilidad que los retinoides orales”, compara el especialista.

Sea cual sea el tratamiento elegido, las terapias actuales se diseñan a la medida de cada paciente y se enfocan en los **factores que originan el acné**, es decir, a la eliminación de las espinillas, el exceso de sebo, la inflamación o la infección. “Cuantos más factores controle el tratamiento, más efectivo resultará”, sostiene el dermatólogo.

En cualquier caso, los expertos recalcan que este dependerá de la intensidad y la extensión de las lesiones, teniendo en cuenta el impacto que tenga en la vida del paciente. [Una investigación](#) con participantes de Reino Unido y publicada en *The British Journal of Dermatology* demostró que una persona con acné en el primer año tras el diagnóstico presentaba un riesgo un 63% mayor de **sufrir depresión** en comparación con personas sin espinillas.

---

Una persona con acné en el primer año tras el diagnóstico presenta un riesgo un 63% mayor de sufrir depresión en comparación con personas sin espinillas

“Vivir con acné puede ser difícil ya que las lesiones pueden ser dolorosas y a menudo son muy visibles”, declara a SINC [Isabelle Vallerand](#), epidemióloga clínica, dermatóloga de la Universidad de Calgary (Canadá) y autora principal del estudio. “A pesar de que el acné es una afección cutánea común, desafortunadamente **sigue existiendo el estigma asociado**”, se lamenta.

Lo esperanzador de la investigación es que, pasado el primer año tras el

diagnóstico, el mayor riesgo de sufrir depresión empezaba a disminuir, equilibrándose a los cinco años con las personas que no tenían el problema cutáneo. “Esto puede ser un reflejo de un **tratamiento que funciona** o de que se elimine el acné con el tiempo”, baraja la experta.

A la espera de saber si pasará a la historia como enfermedad, quienes lo sufren lo que realmente desean es que las molestas espinillas desaparezcan de su rostro de una vez por todas.

## Afecta a la vida profesional

Además de afectar negativamente a la salud mental de algunos pacientes, el acné también está relacionado con el **absentismo laboral y académico**. Así lo demuestra [una investigación francesa](#) publicada en *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology*.

Con cuestionarios repartidos a más de mil pacientes con casos de acné leve, moderado y severo, los autores descubrieron que el 7% de las personas que trabajaban informaron de un **paro laboral** en los últimos 30 días debido al acné. En el caso de los estudiantes universitarios encuestados, el 5% faltó a clases por culpa de este problema cutáneo. Además, el 44% del total de pacientes declararon haber sufrido recaídas.

Como cuenta a SINC [Charles Taieb](#), del *European Market Maintenance Assessment* (Francia) y uno de los autores de la investigación, el estudio evalúa por primera vez cómo repercuten estas ausencias en la productividad. “En personas en su mayoría con acné de mínimo a moderado, observamos una duración promedio de ausencia de 1,73 días en los últimos 30 días, con una tasa promedio mensual de **paro laboral en Francia de 1,33 días**”, calcula.

Los autores han extrapolado estos datos a toda la población francesa mayor de 15 años afectada por acné y concluyen que, en la Francia metropolitana, el **número total de días perdidos** debido a recaídas por

esta dolencia suma 350.000 días.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

ACNÉ | DERMATOLOGÍA | ADOLESCENCIA |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)