



NAVEGACIÓN

Saludo de la Presidenta

Acerca de la Web

Colegio >

Colegiados >

Ciudadanos >

Centro de Información
del Medicamento >

Calendario de eventos

Bolsa de trabajo

Foro colegial

Buscador de colegiados

Acrobat Reader

Visor Word

Compresor Winzip

Hacer página inicial

Añadir a favoritos

Herramientas



Nosotros subscribimos los
Principios del código
HONcode
Compruébalo aquí.

Inicio > Noticias > Información

MANCHAS EN LA PIEL: EL ABC PARA BORRARLAS

05 de Junio del 2017 | 20 lecturas

Durante todo el año, las manchas cutáneas en general y las faciales en particular encabezan el ranking de las consultas a los dermatólogos y centros de estética, pero es después del verano cuando la mayoría descubrimos alguna nueva intrusa en nuestra piel. Conocer bien de qué tipo de mancha se trata y aplicar el tratamiento más adecuado a cada una es, junto con la fotoprotección, la mejor estrategia para limpiar la piel.

Según datos aportados por los expertos de Avène, en Europa, el 20% de las mujeres mayores de 25 años se sienten particularmente incómodas con la aparición de manchas oscuras y esta preocupación aumenta con la edad: a partir de los 40 años, 1 de cada 3 mujeres tiene alguna hiperpigmentación, llegando a ser el 90% a partir de los 50 años.

Realizar un diagnóstico de la piel después del verano es imprescindible para estudiar tanto las nuevas manchas aparecidas como el cambio de forma u oscurecimiento de las que ya se tenían. Hay que tener en cuenta que cada mancha es distinta y necesita tanto un tratamiento específico como el diagnóstico previo del especialista, explica la doctora Adriana Ribé, médico dermatóloga y directora de Ribé Clinic.

Y es que la aparición de manchas no sólo es uno de los problemas estéticos que más preocupa sino que se trata de un síntoma que no hay que perder de vista ya que puede ser muy indicativo del estado de salud. Se sabe que el sol es uno de los principales factores que influyen en la aparición de manchas e imperfecciones cutáneas, de ahí que cada vez sean más los especialistas que recomiendan hacer una revisión de la piel tras el verano.

Los expertos insisten una y otra vez en que la mejor prevención contra las manchas es protegerse adecuadamente del sol utilizando distintas medidas de fotoprotección, especialmente en lo que se refiere a la elección de un producto con filtro solar elevado y acorde a cada tipo de piel. Pero si pese a ello las manchas han hecho acto de aparición en la epidermis, hoy en día hay un amplio repertorio de opciones, tanto cosméticas como médicas, para minimizar su aspecto en unos casos y eliminarlas en otros. Lo importante es saber de qué tipo de mancha cutánea se trata y para ello resulta indispensable consultar al dermatólogo.

No todas son iguales

Las manchas cutáneas son muchas y de diferente índole, señala el doctor Ignacio Sánchez-Carpintero, jefe de la Unidad de Láser de la **Clinica Dermatológica Internacional** quien explica cuáles son los principales tipos de manchas y la forma más eficaz de abordarlas:

Pecas

-Cómo identificarlas: se trata de pequeños puntos marrones de melanina cuyo color se intensifica como consecuencia de la exposición solar y se aclaran o incluso llegan a desaparecer en invierno.

-El tratamiento: algunos tipos de pecas no desaparecen en invierno, y los que quieran deshacerse de ellas (hay personas que las encuentran muy atractivas) pueden someterse a una sesión combinada de láser Q-switched o Fraxel Dual. La mejoría en estos pacientes es muy llamativa, comenta el experto.

Lunares

-Cómo identificarlos: también llamados nevus melanocíticos, son pequeñas manchas que se distinguen fácilmente del resto de lesiones pigmentadas por sus bordes, bien definidos y contorneados.

-El tratamiento: los lunares no deben tratarse con láser, ya que, tal y como explica el experto, este método puede empeorar su apariencia de forma importante. Hay que tener en cuenta que los lunares pueden degenerar en melanomas, por lo que deben ser controlados por un

- Aumentar fuente
- Disminuir fuente
- Versión para imprimir

IMAGEN

MANCHAS
EN LA PIEL.
EL ABC PARA
"BORRARLAS"



dermatólogo cada cierto tiempo, por si hubiera que extirparlos de forma preventiva.

Manchas café con leche

-Cómo identificarlas: son manchas de límites precisos y tamaño variable, que suelen aparecer al nacer o en los primeros años de vida.

-El tratamiento: se recomienda tratarlas con láser Q-switched, pero es importante saber que la respuesta es muy variable, y que en muchos pacientes vuelven a aparecer con el tiempo.

Lentigos solares

-Cómo identificarlos: se trata de manchas planas de color marrón claro y de pequeño tamaño, que aparecen como consecuencia de la exposición solar crónica. Suelen manifestarse en personas mayores de 40 años y, con el tiempo, tienden a incrementarse en número. Las zonas en las que aparecen con más frecuencia son las foto-expuestas: rostro y dorso de las manos.

-El tratamiento: hasta hace poco las tratábamos con láser Q-switched, que los eliminaba en un máximo de 3 sesiones. A raíz de la aparición del Fraxel Dual, se tienden a combinar ambos láseres en la misma sesión, y los resultados son magníficos.

Queratosis seborreicas

-Cómo identificarlas: son lesiones con relieve y superficie cuarteada que suelen confundirse en sus fases iniciales con lentigos solares. A menudo aparecen en zonas como la cara y el tronco en mayores de 40 años.

-El tratamiento: cuando estas manchas son planas responden muy bien al láser Q-switched, mientras que cuando presentan ya cierto volumen, la crioterapia (aplicación de nitrógeno líquido) es el tratamiento más eficaz.

Melasma

-Cómo identificarlos: también se conocen como manchas hormonales. Aparecen en mejillas, frente, labio superior y parte alta de las mejillas de mujeres jóvenes (de entre 30 y 40 años).

-El tratamiento: los tratamientos con cremas despigmentantes han demostrado tener una eficacia limitada; en la mayoría de los casos, sólo consiguen atenuar algo el tono. Hasta ahora los dermatólogos recomendábamos no tratarlas con láser, pero el Fraxel Dual ha cambiado radicalmente el enfoque del tratamiento de estas lesiones, ya que consigue una mejoría muy llamativa y rápida en un altísimo porcentaje de pacientes. En la mayoría de los casos, basta con 1 o 2 sesiones para limpiar el rostro entero.

Melanoma

-Cómo identificarlo: es un tumor maligno que se localiza generalmente en la piel y de forma excepcional en otros órganos. Aparece como consecuencia de una transformación maligna de las células encargadas de producir el pigmento de la piel, los melanocitos. Puede desarrollarse sobre un lunar previo o sobre la piel sana. Suelen ser muy oscuros y para diagnosticarlos es necesario estudiar la lesión al microscopio.

-El tratamiento: la extirpación.

El peeling: buena opción para difuminarlas

En casa o en el centro de estética, los distintos tipos de peeling existentes siguen recomendándose como una opción muy válida para difuminar y, en algunos casos, hacer prácticamente desaparecer determinados tipos de manchas solares. La doctora María José Barba, especialista en Medicina y Cirugía y directora del centro del mismo nombre, comenta en qué consisten estos tratamientos y qué resultados se obtienen con ellos:

-Con el peeling con ácido retinoico el tratamiento puede llevarse a cabo en casa utilizando una serie de lociones o cremas específicas. En la consulta, el preparado de ácido retinoico se lleva a cabo en forma de mascarilla. Tanto en casa como en la consulta, los resultados se hacen visibles tras un periodo de 1 a 3 meses tras haber comenzado el tratamiento. El número de sesiones es de 1 a 4, separadas entre sí 7-10 días.

-El peeling con ácido tricloroacético permite a la vez eliminar las manchas y aclarar toda la piel de la zona a tratar. Es un tratamiento que se realiza en consulta. La zona tratada se cubre con vendajes, que deben permanecer colocados de 48 a 72 horas. Si es necesario, la sesión puede repetirse bajo criterio facultativo. Es un tratamiento muy eficaz contra las manchas rebeldes.

El peeling en sándwich es un nuevo sistema para tratar las manchas que une el empleo de un ácido suave, como el glicólico, con uno más potente, como el tricloroacético. El tratamiento comienza con una limpieza desengrasante; a continuación se aplica el ácido glicólico al 70%. Posteriormente se neutraliza con bicarbonato. Encima se aplica ácido tricloroacético, hasta que la piel adquiere una tonalidad blanca y se neutraliza con agua. De nuevo se aplica ácido glicólico y vuelve a neutralizarse con bicarbonato. Solamente es necesaria una sesión y

esta especialmente indicado para las manchas en las manos.
-También son muy efectivas las máscaras despigmentantes médicas. Es un tratamiento que consta de dos fases: la primera de ellas siempre tiene que ser ejecutada por un médico (las máscaras están formuladas de forma personalizada para cada persona y tipo de mancha) mientras que la segunda, de mantenimiento, se realiza en casa, mediante una crema se aplica diariamente, por la noche.

Otras técnicas de instituto

Para tratar las manchas localizadas, también se puede recurrir a distintas técnicas. Estas son algunas de las más empleadas:

-IPL o sistema de luz pulsada. Muy eficaz para el tratamiento de lesiones asociadas al fotoenvejecimiento, especialmente en hiperpigmentaciones, lentigos solares y pecas. Consiste en aplicar directamente sobre la piel una luz especial, no abrasiva, programada y controlada de acuerdo a las características de la mancha. Se puede realizar en cualquier parte del cuerpo, pero es especialmente eficaz en cara, cuello y escote. Las sesiones duran unos 20 minutos y suele ser suficiente con 3 o 4.

-Electrocoagulación con bisturí eléctrico. Consiste en realizar una pequeña quemadura sobre la mancha. Como consecuencia de la misma, aparece una mínima postilla, que se cae en 7-10 días, dejando una piel sonrosada que, poco a poco, adquiere la pigmentación del resto de la zona. Basta con una sesión.

-Crioterapia. Se puede llevar a cabo con nieve carbónica o con nitrógeno líquido, y consiste en aplicar un spray de estas sustancias sobre la mancha. El efecto es semejante al que se obtiene con el bisturí eléctrico. Generalmente solo se necesita una sesión, pero si la mancha es muy profunda, puede repetirse a los 15 días.

Despigmentantes: cuándo, cómo y cuáles usar

La terapia despigmentante está especialmente indicada en los casos de melasmas, lentigos solares y despigmentación de vitiligo. Los despigmentantes más conocidos son la hidroquinona y sus derivados. Son los más eficaces, pero su manejo sólo debe ser realizado por el especialista. Los despigmentantes de segunda línea son Imatinib, Imiquimod y Difenciprona. Se trata de medicamentos con otras indicaciones que tienen como efecto secundario la producción de lesiones vitiligo-like en la piel. Son sustancias que no están exentas de efectos secundarios y que deben usarse con precaución extrema, explica el doctor José Carlos Moreno, presidente de la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV).

Respecto a las nuevas moléculas, el doctor Moreno explica que aunque no existen trabajos de suficiente solidez como para considerarlas superiores a la hidroquinona, pueden ser una alternativa a su uso en caso de intolerancia. Entre estas sustancias, el experto destaca la arbutina, el ácido kójico, el rucinol, los decapeptidos, la procianidina oral y el ácido azelaico, que es el producto, después de la hidroquinona, que dispone de más aval científico.

Ritual diario antimanchas

-No hay que descuidar los gestos básicos de limpieza, hidratación y nutrición, ya que cuanto más sana esté la piel, menos probabilidades tiene de mancharse.

-La exfoliación (semanal o quincenal, según el tipo de piel) es un gesto muy recomendable para eliminar las células muertas que pueden favorecer la formación de manchas.

-Hay que incorporar a los cuidados habituales una hidratante que contenga factor de protección (lo habitual es que éste sea de 15).

-En todos los casos, pero especialmente a partir de los 35-40 años y más aún si ya se luce alguna mancha, hay que extremar las medidas de protección frente al sol, aumentando el SPF del producto utilizado y, mejor aún, optar por algunas de las formulaciones específicas antimanchas.

-Para camuflar las manchas se puede recurrir a las bases correctoras, que son productos específicamente formulados para disimular ópticamente las imperfecciones cutáneas. Su gran diferencia respecto a las bases de maquillaje convencionales es el color: presentan tonalidades blancas, verdes o pastel, eligiendo uno u otro según el tono natural de la piel o las características de la imperfección a camuflar.

-Otra opción son los correctores (en pincel, lápiz, crema), formulados con texturas muy untosas que hacen que el producto se funda con la piel o el fondo de maquillaje habitual. Incluyen agentes difusores de la luz, como las micropartículas de perlas, y otras sustancias como los polvos de platino blanco, que ocultan las manchas y las imperfecciones.

Fuente: <http://www.consejosdetfarmaceutico.com>