

## ¿Qué es el acné?

El acné es un padecimiento de la piel. Esto incluye glándulas sebáceas tapadas (puntos negros o blancos), granos, espinillas y protuberancias profundas (nódulos). El acné se produce en el rostro, cuello, pecho, espalda, hombros e incluso en la parte superior de los brazos. Por lo general, se da durante la adolescencia pero puede ocurrir a cualquier edad. Durante la adolescencia, el acné se produce debido al aumento de los niveles de hormonas masculinas, o una mayor sensibilidad a éstas.

## ¿Se puede curar?

El acné no se puede curar, pero se puede controlar con medicamentos y tratamientos. Tratar el acné ayuda a prevenir la formación de cicatrices.

## ¿Cuánto tiempo tomará para que mejore?

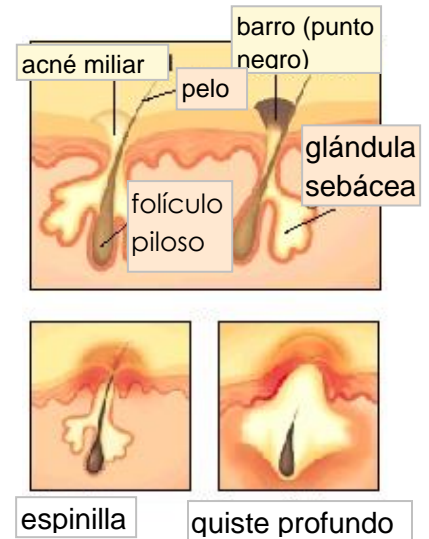
Pueden pasar 8 a 12 semanas para que perciba una mejoría en el acné. El tratamiento del acné es un proceso lento. Durante las primeras semanas de tratamiento puede observar que el acné pareciera empeorar. Esto se debe a que el medicamento actúa sobre los granos o espinillas que aún no puede ver. Sea paciente, no se desanime. Siga usando su medicamento según lo indicado. Si no se siente bien y está tomando el medicamento, llame a su médico o enfermera.

## ¿Cómo debo limpiar la piel?

Lave suavemente la piel y la cara con agua tibia dos veces al día. Use únicamente las yemas de los dedos. No se frote la cara con un paño o toalla. Séquese con palmaditas. Lavarse, frotarse, restregarse o limpiarse demasiado puede empeorar el acné.

## ¿Qué tipo de jabón debo usar para limpiar la piel?

Use un jabón suave para lavarse la piel si está muy reseca debido a los medicamentos contra el acné. Unos buenos jabones en barra son Neutrogena®, CeraVe y Cetaphil®. El uso excesivo de limpiadores granulados, abrasivos o el frotarse con esponjas ásperas puede empeorar el acné. No use jabones medicados cuando use medicamentos recetados.



## ¿Cómo puedo ocultar la piel seca o descamada?

- Use una loción facial humectante no comedogénica con factor de protección solar (SPF). “No comedogénica” significa que el producto no tapa los poros causando que empeore el acné.
- Exfolie suavemente la piel seca con una esponja suave para el rostro.
- Lave suavemente las áreas secas con un jabón con bolitas.
- Use medicamentos para el acné alternando los días en lugar de todos los días. Podría tomarse varias semanas para que la piel se acostumbre al nuevo medicamento contra el acné. La resequedad, la descamación y la irritación deben mejorar en unas cuantas semanas.

## ¿Cómo puedo proteger la piel del sol?

Algunos medicamentos que se usan para tratar el acné causan que la piel se sensibilice a la exposición al sol. Use un bloqueador solar con un factor de protección solar 30 o superior cuando exponga la piel al sol. Vuelva a aplicar el filtro solar con frecuencia. Cuando compre un bloqueador solar, la etiqueta debe tener las palabras “no comedogénico”.

## ¿Puedo usar un producto humectante?

La mayoría de los medicamentos para el acné que se aplican en la piel (tópicos) y Accutane® la resecan. Puede usar un producto humectante sin perfume y no comedogénico si la piel está seca. Busque un producto humectante con factor de protección solar 30 o superior.



## ¿Puedo usar maquillaje?

Puede usar maquillaje, pero debe ser a base de agua y no comedogénico. El maquillaje a base de aceite puede tapar los poros.

## ¿Cuáles son algunas de las cosas que causan que el acné empeore?

- Las actividades deportivas:
  - Puede haber roce o fricción con el casco o el equipo para la cabeza.
  - Usted puede secar o frotar su rostro con más frecuencia con la mano, el brazo o con una toalla.
  - Las actividades de levantamiento de peso pueden producir fricción.
- Tocarse, apretarse, rascarse o restregarse el acné puede causar una infección bacteriana. También puede causar la formación de cicatrices permanentes y un aumento del tamaño y cantidad de granos.
- Sentarse con las manos o los brazos en contacto con el rostro.
- Sostener el teléfono apoyado en el rostro.
- El estrés emocional o la tensión.
- Cambios hormonales.

### ¿Qué sucede con los productos contra el acné de venta sin receta médica?

Siempre consulte con el médico antes de aplicarse productos sin receta médica en la piel mientras recibe tratamiento médico. Algunos de los productos de venta sin receta médica pueden causar una mayor irritación de la piel. Si usa una crema o gel recetado para el acné debe evitar usar productos de venta sin receta médica que contengan ácido salicílico, ácido alfa-hidróxido o peróxido de benzoílo.

### ¿Comer chocolate causa acné?

Las hormonas causan el acné. Comer chocolate, alimentos grasosos o refrescos carbonatados no causa acné. Aunque se recomienda seguir una dieta saludable.

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier consulta o inquietud o si su hijo:

- Tiene efectos secundarios debido al medicamento.
- Tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.