

«Juveniles» se acerca a un tema que ocupa y preocupa a adolescentes y jóvenes.



Las mujeres suelen presentar episodios de acné con más frecuencia que los hombres, pues estos están asociados a la menstruación, pero en los varones las lesiones pueden ser más graves.

Los pequeños abscesos aparecieron en su rostro unos meses antes de cumplir los 15. La casi quinceañera los exprimía con saña frente al espejo. Quería desaparecerlos antes de que llegara el día de las fotos. Intentó con una decena de remedios caseros. Pero cada día los granos ganaban más espacio en su cutis. Vivía una de las pesadillas de la pubertad, y no le gustaba nada.

Como ella, otros jóvenes también luchan contra el acné juvenil, una enfermedad que afecta al 90 % de los adolescentes. Algunas estadísticas aseguran que el 100 % de los adultos la han sufrido en algún momento de su vida. Además, afirman que el 40 % de los pacientes no buscan ayuda profesional para este padecimiento de la piel y quedan con cicatrices permanentes.

Entonces, ¿cómo actuar cuando aparecen los primeros signos de la afección?

¿SÍ O NO?

Jorge Alejandro Rojo Espinosa tiene acné. Comenzó en su etapa de secundaria. «Me he echado de todo y nada funciona. Solo mejoré un poco con la loción de zinc y calamina», aseguró. En su grupo de amigos casi todos lo presentan, unos de manera más severa que otros.

Según el especialista de II grado en Dermatología, doctor Pablo Pedro Membrides Pérez, se trata de una enfermedad inflamatoria de la piel que afecta la unidad pilosebácea y brota, por lo general, en la etapa de la adolescencia (15 y 16 años), aunque puede manifestarse de forma tardía en algunas mujeres que sobrepasan los 30 años, incluso los 40.

Desde el punto de vista de la etiopatogenia de la enfermedad, el experto la considera una patología constitucional, y recalca que algunos autores reconocen un componente hereditario en el aumento de la secreción sebácea.

ACNÉ JUVENIL

SE MIRA Y NO SE TOCA

■ Por Laura Rodríguez Fuentes y Leslie Díaz Monserrat
 ■ Fotos: Yariel Valdés González e Internet

En dependencia de la complejidad de las lesiones existen diferentes grados. El grado I contempla algunas espinillas (comedón) y granitos (pústulas). En el II aparecen los quistes, mientras que en el III y IV se pueden apreciar abscesos, nódulos, trayectos fistulosos...

Los casos ligeros se localizan solo en el rostro. En los más complicados se incluyen

otras áreas del cuerpo, como los hombros, el pecho y la espalda.

Muchos de los jóvenes entrevistados confesaron privarse de ingerir ciertos alimentos ricos en grasas, como la mantequilla y la mayonesa, por miedo a que empeore el acné.

En este sentido, el doctor Membrides afirma que antes indicaban eliminar todo tipo de

grasas (mantequillas, comidas fritas), alimentos que perjudican la salud más allá del acné; sin embargo, confirma que solo el chocolate y la almendra exacerbaban la secreción sebácea. La mantequilla pueden comerla, con moderación.

«Como se trata de una alteración en la unidad pilosebácea, no existe una relación directa entre la grasa que ingieren y la que excretan», apunta. Y echa por tierra uno de los principales mitos sobre el tema. Según él, nada tiene que ver una práctica como la masturbación con la llegada de los granos en la adolescencia.

QUÉ HACER Y ADÓNDE IR

Guanábana o Cara de Guayo, así suelen llamar, entre risas y burlas, a quienes padecen de acné. La adolescencia constituye una etapa difícil, de fragilidad, y se precisa muy poco para dañar la autoestima.

«Nadie debería acomplejarse por eso, porque es normal. Si tengo una novia con granitos, la cuidaría mejor», medita José Alejandro, estudiante de duodécimo grado en el preuniversitario Osvaldo Herrera. A su lado, Jonathan Mentado Ramírez refiere que, aunque no le daría repulsión, sí le resultaría un poco desagradable a la hora de besar a su pareja.

Anthony Concepción Osés tiene 16 años. Se ha aplicado desde Wilfred con azufre hasta jalea de metronidazol. «Llegué a sentirme muy mal. Nada me daba resultado. A veces me los exprimía», confiesa.

Para los adolescentes el acné se convierte en un asunto preocupante, definitorio; por tanto, muchos se afanan en la búsqueda de algún elixir mágico que les resuelva el problema.

El doctor Membrides no cree en los poderes de la alquimia, por eso ofrece una fórmula que no falla. Cuando las manifestaciones son ligeras, aconseja consumir una dieta rica en frutas y vegetales, evitar las bebidas alcohólicas, tomar dos litros de agua diariamente y lavarse con frecuencia la zona afectada. Insiste en que NO deben tocarse ni apretarse los granos, pues se infectan y dejan cicatrices. Pueden buscar ayuda en el médico de familia.

Cuando aparecen nódulos, queloides, abscesos o la evolución se torna resistente, entonces resulta necesario consultar a un dermatólogo.

El dará la orientación correcta y necesaria para que los granos, más que compañeros indeseables de la pubertad, se conviertan por un tiempo en molestos acompañantes que tendrán que tolerar.



Según el especialista de II grado en Dermatología, doctor Pablo Pedro Membrides Pérez, en el 85 % de los casos el acné se presenta como una enfermedad benigna.

REMEDIOS CASEROS

Aunque no son igual de efectivos para todos, aquí van varios remedios caseros contra el acné. Pero recuerden: lo más importante es la evaluación de un médico, quien les recomendará el tratamiento más adecuado.

- ❖ Cortar una zanahoria de regular tamaño y cocinarla con la menor cantidad de agua posible. Después hacer un puré y dejarlo enfriar antes de aplicar sobre las áreas afectadas durante unos 20 minutos.
- ❖ Aplicar, varias veces al día, la pulpa de la sábila sobre los granos.
- ❖ La frutabomba también ayuda a limpiar el cutis de grasa y prevenir la formación de pus. Hay que aplicar la pulpa en la piel y dejarla actuar durante 15 minutos.
- ❖ El limón tiene propiedades exfoliantes. Debes frotar una rodaja sobre la parte afectada y mantenerla allí por una hora. Antes de exponer la cara al sol tiene que quedar totalmente limpia.
- ❖ La pasta de pepino ayuda a refrescar e hidratar la piel, al igual que puede aplicarse una porción de tomate sobre los puntos negros.
- ❖ Antes de dormir puedes aplicarte una máscara compuesta por tres cucharadas de miel y una de canela para eliminar las espinillas.



Aunque no lo crean (porque muy bien que lo ocultan a golpe de Photoshop), los famosos también padecen de acné. Entre los casos más notables se encuentran Miley Cyrus, y Katy Perry.

