



### ¿Qué es el acné vulgar?

El acné vulgar se denomina sencillamente "acné" o "granos". El acné es el problema de la piel que aparece con más frecuencia. Lo padecen casi todos los adolescentes. A medida que aumenta la edad, el acné suele mejorar. En algunas ocasiones, las personas con 20, 30 y 40 años pueden padecer acné, pero cuanto mayor es la edad, menos probable es que aparezca.

### ¿Cuáles son los síntomas del acné vulgar?

Las personas con acné suelen tener una piel grasienta. Presentan marcas, denominadas "erupciones", sobre la piel. Pueden ser comedones abiertos, comedones cerrados o pequeños granitos con pus. El acné suele aparecer en la cara, el tórax y la espalda. Si no se trata, puede dejar unas cicatrices permanentes. Por este motivo, el tratamiento es tan importante.



### ¿Qué pruebas se necesitan?

Su médico examinará el acné. La mayoría de las ocasiones, esto es todo lo que hay que hacer. A veces, se extrae una muestra de sangre que se envía al laboratorio para su análisis. Este proceso se realiza para averiguar si existe alguna causa infrecuente que desencadene el acné o para ayudar al médico a decidir el tipo de medicamento más adecuado.

### ¿Qué tratamiento se necesita?

Se dispone de muchos medicamentos para tratar el acné. Su médico puede recetar comprimidos, cremas, pomadas o lociones para aplicar sobre la piel. Si el tratamiento no es eficaz, su médico puede remitirle al dermatólogo, - un médico especializado en tratar las enfermedades de la piel.



### Hacer

- Lávese la cara con suavidad dos veces al día con un producto limpiador suave
- Asimismo, lávese después de realizar determinadas actividades, como deportes o ejercicios físicos que le hagan sudar
- Utilice productos para el pelo, productos para el cuidado de la piel y maquillaje en cuya etiqueta figure que "no contienen grasas"
- Coma una dieta sana rica en pescado, frutas y verduras. Esto puede ayudar a que la piel sea menos grasienta



No hacer

- No se frote la cara con una manopla
- No presione o "reviente" los granos, debido a que puede producir una cicatriz
- No use ropa apretada que roce sobre la piel ni equipo deportivo como hombreras, cascos o correas en el mentón



### Tiempo de recuperación

Los medicamentos deberían lograr que el acné mejore durante el primer mes y la piel debería quedar limpia a los 2-3 meses.

El acné es peor entre los 16 y 18 años y disminuye a medida que pasa el tiempo.



Direcciones de interés

**American Academy of Dermatology**

PO Box 4014

Schaumburg, IL 60168-4014

Tel: (847) 330-0230

Fax: (847) 330-0050

Página web: <http://www.aad.org>