



¿Qué es la rosácea?

La rosácea es una enfermedad de la piel que ocasiona enrojecimiento y tumefacción de la cara. Se conoce como "acné del adulto" debido a que es más frecuente en adultos entre los 30 y 50 años. Esta enfermedad es progresiva y los síntomas empeoran con el tiempo si no se aplica un tratamiento. Usualmente inicia en la cara, afectando al mentón, las mejillas, la frente y la nariz, pero puede extenderse hacia los oídos, la espalda y el pecho. Inicialmente, la rosácea puede aparecer y desaparecer de forma espontánea, sin ningún medicamento o tratamiento. Sin embargo, al final, la irritación se hacen permanentes y pueden aparecer otros síntomas como pequeños granitos (pústulas) y dilatación permanente de las venas de la cara (telangiectasias).
La rosácea NO está relacionada con el "acné vulgar" de los adolescentes.

¿Cuáles son los síntomas de la rosácea?

La rosácea tiene tres fases: precoz, intermedia y avanzada. Los síntomas varían según la fase

Face precoz:

- Rubor o enrojecimiento que aparecen y desaparecen; estos síntomas suelen estar desencadenados por factores como las comidas picantes, la exposición al sol o el alcohol

Face intermedia:

- Rubor y enrojecimiento; más frecuente y durante períodos más largos que antes
- La piel también puede arder o escocer
- Picor intenso o sensación de "arenilla" en los ojos; a veces los ojos también se afectan

Face avanzada:

- El enrojecimiento se hace permanente
- Pueden aparecer pequeños y, en ocasiones, dolorosos granitos
- La piel puede arder o escocer
- Los ojos pueden estar llorosos e irritados
- En ocasiones, existe enrojecimiento y engrosamiento de la nariz



¿Qué pruebas se necesitan?

El médico diagnostica la rosácea examinando la piel y por la descripción de los síntomas. En casos excepcionales, se puede realizar una biopsia de la piel para confirmar el diagnóstico.

¿Qué tratamiento se necesita?

El tratamiento suele ser una combinación de medicamentos y cambios del estilo de vida.

1. Antibióticos: El tratamiento dura tres meses, con una dosis elevada inicial y luego más baja. Si pasadas seis semanas no se observa mejoría, se puede cambiar el antibiótico.
2. Retinoides: Una clase de fármacos que suele utilizarse los casos de rosácea resistentes que no responden a los antibióticos.

Las dilataciones de las venas de la cara y el enrojecimiento se pueden tratar con láser. También se puede utilizar para tratar la tumefacción grave de la nariz relacionada con la rosácea, aunque en ocasiones es necesaria la cirugía.

Cuando los ojos están afectados, su médico puede recetarle gotas o pomadas antibióticas. En ocasiones, cuando los síntomas son más graves es necesario consultar a un oftalmólogo.



Que hacer

Cambios al estilo de vida ayudar a controlar la rosácea. Evitar las cosas que suelen desencadenar los síntomas tales como:

- Exposición al sol
- Bebidas alcohólicas
- Estrés
- Alimentos picantes
- Baños calientes
- Determinados cosméticos y productos de limpieza facial
- Fármacos administrados para otras enfermedades
- Tiempo frío o caluroso
- Bebidas calientes

Escriba en un diario las actividades realizadas, el tipo de alimentación y los cuidados personales aplicados cuando se produce una reactivación para determinar si existe un patrón determinado. Por ejemplo, si su piel se irrita y enrojece cada vez que come pimientos picantes, no hay duda de que esto desencadena los síntomas.

Cambie a jabones o cremas faciales más suaves que no contengan perfumes, alcohol ni aditivos abrasivos puede reducir la irritación de la piel.



No hacer

- No utilice preparaciones farmacéuticas indicadas para el acné vulgar. Estas dos enfermedades son muy diferentes y esto puede que empeore la rosácea
- Para que sean eficaces los medicamentos recetados, deben tomarse tal y como le indicó su médico. Tampoco pare de tomarlos si nota que mejoran los síntomas
- No olvide que los síntomas pueden reaparecer, incluso mientras toma los antibióticos



Tiempo de recuperación

El tratamiento es eficaz para controlar los síntomas y retardar la evolución de la rosácea. La mayoría de las personas experimentarán una mejoría a las seis semanas.



¿Qué se puede hacer para que no vuelva a ocurrir?

La exposición al sol y el estrés son dos de los principales elementos responsables del empeoramiento de los síntomas.



Direcciones de interés

National Rosacea Society

800 South Northwest Highway, Suite 200

Barrington, IL 60010

Tel: 1-888-NO-BLUSH

e-mail: rosaceas@aol.com

Página web: <http://www.rosacea.org/home.html>