

Tratamiento del acné

La opción fitoterapéutica



El acné es una de las afecciones cutáneas más frecuentes.

Aunque puede reincidir en cualquier etapa de la vida, se presenta con mayor incidencia durante la adolescencia. Su tratamiento farmacológico es de larga duración y requiere la aplicación de fármacos que, en algunos casos, pueden tener efectos secundarios molestos para el paciente. La fitoterapia es una alternativa terapéutica en los casos leves de acné, y proporciona opciones más sencillas y menos agresivas.

Pensamiento.

El acné es una disfunción dermatológica muy frecuente, sobre todo en la pubertad, ya que, aunque es cierto que puede presentarse a cualquier edad, la edad de mayor incidencia se sitúa en torno a los 14-16 años en las mujeres, y algo más tarde en los varones (17-19 años), siendo más corriente entre estos últimos.

Se genera por la inflamación crónica de las unidades pilosebáceas de la piel, caracterizada por la formación de comedones, pápulas, pústulas, quistes y, en ocasio-

nes, nódulos o cicatrices. Normalmente, estas lesiones se suelen localizar en las áreas del cuerpo dónde las glándulas sebáceas son más numerosas, a excepción del cuero cabelludo, y por tanto aparecen en la cara (pómulos y frente), el cuello, la parte superior del tórax, la espalda y los hombros. Generalmente se cura de forma espontánea, y únicamente representa un problema de imagen, pero que al darse en esta etapa de la vida puede originar trastornos psicológicos, e influir en las relaciones sociales y en la autoestima de la población juvenil.

M. TRÁNSITO LÓPEZ LUENGO

FARMACÉUTICA



Desarrollo y causas del acné

Las lesiones del acné comienzan en la parte superior del canal folicular, cuando las glándulas sebáceas generan más secreción de la que la piel es capaz de eliminar por descamación, y se producen tapones de grasa en esos folículos (comedones). El aumento de sebo también provoca un exceso en la producción de queratina (hiperqueratinización) por parte de las células que tapijan el canal folicular. De esta manera, se producirá un bloqueo del canal que dificultará aún más la evacuación normal del sebo.

Los comedones formados pueden ser abiertos o cerrados, según sea el grado de bloqueo del conducto. El comedón abierto aparece como una elevación pequeña coronada por un punto negro de consistencia córnea, que al ser comprimido libera una masa pastosa y blanquecina, que es el sebo acumulado en el folículo. Éste, si no se manipula, no suele dar lugar a lesiones inflamatorias.

Sin embargo, el comedón cerrado si que puede dar lugar a lesiones inflamatorias. Este comedón consiste en una pequeña pápula que, por presión de la masa retenida sobre la pared folicular, produce su ruptura y la invasión consiguiente del material hacia la dermis, con lo que se inicia el proceso inflamatorio, que se traduce en la aparición de pápulas, pústulas y nódulos.

Por otro lado, la acumulación de sebo en el canal pilosebáceo favorece la proliferación de bacterias, como la *Propionibacterium acnes* y *Corinebacterium acnes*, ambas integrantes de la flora cutánea normal. Estas bacterias liberan enzimas que descomponen el sebo y producen moléculas fuertemente irritantes y comedogénicas.

Si las áreas infectadas de la piel son profundas, pueden expandirse para formar quistes. En estos casos, la glándula sebácea continúa produciendo grasa, pero en vez de romperse la pared del folículo, ésta continúa agrandándose y formando un bulto duro (quiste) debajo de la piel.

La presencia de unas u otras lesiones depende de la profundidad y de la intensidad de la reacción inflamatoria, y normalmente un mismo afectado puede presentar más de un tipo de lesión.

Aunque se desconocen las causas de esta enfermedad, el hecho de que se presente en la pubertad hace suponer que está relacionada con el aumento de la producción de hormonas sexuales. Hay otros momentos en los que se experimentan cambios hormonales importantes, como la menstruación y el embarazo, durante los cuales también se pueden presentar cuadros de acné. Por otro lado, los factores genéticos pueden estar también involucrados con la presencia del problema en algunas personas, y ausente en otras. Si hay una predisposición hereditaria a presentar esta alteración, generalmente se presenta. También se dan factores exógenos, como medicamentos, cosméticos, productos químicos y estados psicológicos y emocionales que influyen en el

Tratamiento farmacológico

El tratamiento del acné, tanto farmacológico como fitoterapéutico, debe encaminarse a regular la secreción sebácea, evitar la obstrucción del folículo pilosebáceo, mantener controlada la flora microbiana dérmica, disminuir la inflamación y evitar, en la medida de lo posible, que las lesiones acaben provocando cicatrices permanentes. En cuanto al tratamiento farmacológico, hay 4 opciones: tópico, sistémico, hormonal o quirúrgico.

Tratamiento tópico

Se quiere conseguir la disminución de la hiperqueratinización del folículo y de la secreción sebórea, y se lleva a cabo mediante fármacos queratolíticos y antibióticos (azufre, resorcinol, ácido salicílico, peróxido de benzoilo, ácido azelaico, antibióticos tópicos, alfa-hidroxiácidos, tretinoína, etc.).

Tratamiento sistémico

Para casos de acné inflamatorio grave, o cuando el tratamiento tópico no da resultados, se recurre al tratamiento sistémico (con antibióticos orales, isotretinoína y corticoides).

Tratamiento hormonal

Se utiliza en mujeres que, después de 3 meses de tratamiento antibiótico, no han experimentado mejoría.

Tratamiento quirúrgico

Se utiliza para mejorar las secuelas cicatriciales y las hiperpigmentaciones e hipopigmentaciones residuales.

desarrollo del acné. Sin embargo, todavía no se ha llegado a una conclusión en cuanto a la relevancia de otros agentes, como la alimentación y algunas causas ambientales, en relación con esta enfermedad. Por ahora, no se ha comprobado relación alguna, pero aún no se descarta la posibilidad de que representen causas importantes a tener en cuenta.



Tratamiento fitoterapéutico

La función principal de la fitoterapia en el tratamiento del acné supone la utilización de una serie de plantas que tienen, como objetivo fundamental, la depuración, la eliminación de bacterias y la eliminación y la reducción de la producción de grasa.

De entre las numerosas plantas medicinales útiles para tratar el acné, algunas de las más destacables son: la bardana, el fenogreco o alholva, el pensamiento y el áloe.

Utilizar cualquiera de estas plantas para tratar el acné representa una solución fácil de emplear, con buenos resultados y que garantiza, casi siempre, que no se producirán efectos adversos, lo que es uno de los principales inconvenientes de los tratamientos farmacológicos, generalmente más complicados.

Bardana (*Arctium lappa*)

Es una planta perteneciente a la familia de las asteráceas.

Se utilizan las hojas, semillas y la raíz fresca. En su composición química se encuentran lactonas sesquiterpénicas (germacranólidos como arctiopicrina), triter-

penos (alfaamirina, omega-taraxasterol y sus ésteres con ácido acético), polisacáridos homogéneos (inulina), polisacáridos heterogéneos (mucílagos como xiloglucanos), ácidos fenólicos, aceite esencial, taninos, esteroides (betasitosterol, estigmasterol, campesterol y sus ésteres), sales minerales, políinos y lignanos.

La bardana, por vía tópica, es una planta con actividad emoliente y protectora de la piel con acción anti-pruriginosa. Por vía oral, tiene efecto diurético, colerético y depurativo. También tiene actividad antimicrobiana y bacteriostática por su riqueza en arctiopicrina, antibiótico natural activo principalmente frente a estafilococos (causante de gran cantidad de infecciones cutáneas).

La bardana facilita la eliminación de impurezas a través de la piel y también por el sistema urinario, por lo que su uso resulta muy útil en el tratamiento del acné, seborrea, forúnculos, erupciones de ciertas enfermedades, como varicela o sarampión, y eccemas y dermatitis en general. En estos casos, se emplea tanto por vía interna como externa, y su eficacia se acentúa cuando se asocia con el pensamiento. Además, su acción antimicrobiana es ampliable a ciertas infecciones urinarias, puesto que se elimina

Consejos higienicosanitarios para el tratamiento del acné

- El principio del tratamiento debe ser la limpieza del exceso de sebo. Para ello, es recomendable limpiar la zona a tratar 2 veces al día con agua templada y el jabón adecuado (panes dermatológicos, geles o toallitas limpiadoras), y secar la piel perfectamente con una toalla suave. No es recomendable utilizar jabones agresivos, ni alcalinos, ya que producen irritación y un efecto rebote de la secreción sebácea.
- En el caso de los varones, es recomendable evitar el afeitado con maquinilla eléctrica y, en su lugar, hacerlo con cuchilla, para evitar la irritación de la piel.
- No se deben manipular o presionar las lesiones con los dedos o uñas, porque esto supone un riesgo de sobreinfección y puede conducir al agravamiento de las lesiones.
- La sudación y el exceso de hidratación también deben evitarse en lo posible.
- Los cosméticos utilizados deben ser no comedogénicos y libres de grasas. En el mercado hay una gama amplia de cosméticos especiales para pieles grasas con tendencia acnéica. Además, el maquillaje debe eliminarse todas las noches con agua y jabón.
- En general, la radiación solar tiende a mejorar el cuadro acnéico debido a su efecto antiinflamatorio y bactericida, por lo que es recomendable la exposición solar moderada. Sin embargo, hay formas raras que aparecen, se desarrollan o empeoran en verano o en primavera, desapareciendo en otoño.
- No es preciso seguir una dieta especial cuando se está haciendo un tratamiento del acné, ya que ningún tipo de alimentación es capaz de producir una mejoría ni un empeoramiento del cuadro. De todos modos, sí es importante seguir una dieta equilibrada. ■



Bardana.

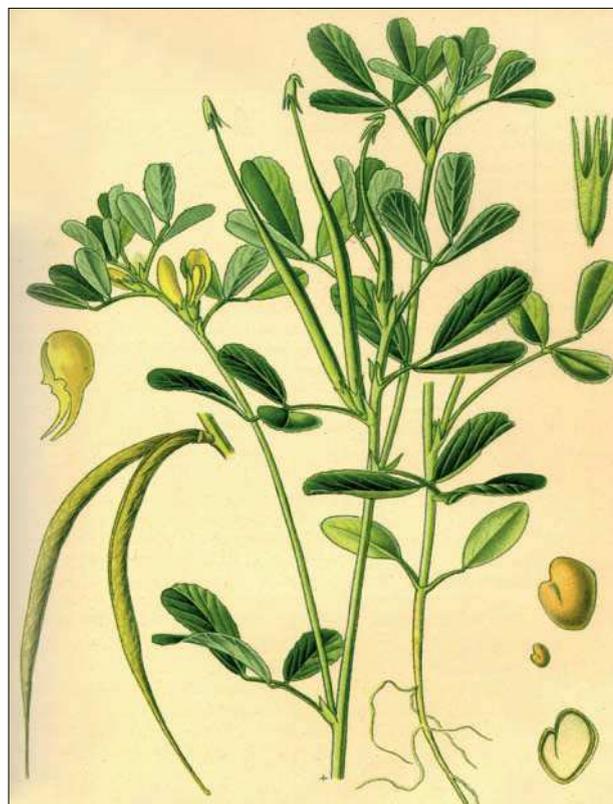


Ilustración de la planta fenogreco que forma parte del libro *Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz* (1885), del Dr. O.W. Thomé.

por la orina, y también ejerce su acción antibiótica a este nivel.

Tradicionalmente, también se ha utilizado directamente sobre el cuero cabelludo para fortalecer y estimular el crecimiento del cabello, pero su eficacia no se ha demostrado.

Por vía oral, se utiliza pulverizada, en infusiones o decocciones, el extracto fluido o seco y las tinturas. Por vía tópica, se administran compresas, cremas, geles, etc., elaborados con la droga pulverizada.

Su uso está contraindicado en caso de hipersensibilidad a la bardana o a otras especies de la familia de las compuestas, y también durante el embarazo y la lactancia, debido a la ausencia de datos que avalen su seguridad.

A las dosis terapéuticas no presenta reacciones adversas.

Fenogreco (*Trigonella foenum-graecum*)

El fenogreco o alholva pertenece a la familia de las fabáceas. De esta planta se utilizan las semillas. Sus principales principios activos son azúcares sencillos y oligosacáridos, polisacáridos heterogéneos (mucílagos como manogalactanos), proteínas, saponinas esteroideas (diosgenina, yamogenina, tigogenina, neotigogenina, gitogenina, esmilagenina, yucagenina y sus heterósidos trigofenósidos A-G) alcaloides piridínicos, flavonoides (luteolina, orientina, isorientina, quercitrina, saponina,

retina, vitexina, isovitexina), aceite esencial, esteroides (colesterol, betasitosterol), sales minerales (cálcicas y férricas) y vitaminas.

Sus principales acciones farmacológicas son su capacidad para estimular el apetito y su efecto hipoglucemiante. Pero, además, tiene un marcado efecto emoliente dermatológico.

Según la Comisión E del Ministerio de Sanidad alemán, es una planta indicada para tratar la anorexia y la dermatitis. Aunque de manera tradicional se utiliza también para el tratamiento de dispepsias, gastritis, convalecencia, resfriado común y diabetes. Tópicamente se ha utilizado para el tratamiento de lesiones cutáneas, quemaduras, úlceras cutáneas o forúnculos.

Se usa la droga pulverizada, en infusiones o decocciones, el extracto fluido o seco y las tinturas. Con la droga pulverizada también se elaboran pomadas, baños, etc., para su administración tópica.

Su uso está contraindicado en caso de embarazo y lactancia debido a la presencia de alcaloides. Esta droga también está contraindicada en caso de obstrucción esofágica o intestinal, dolor abdominal de origen desconocido, apendicitis, etc., debido a su contenido en mucílagos.

El fenogreco puede interactuar con antidiabéticos orales e insulina, puede potenciar los efectos de estos compuestos y llegar a producir una hipoglucemia. En caso de administración conjunta, se deberán reajustar



las dosis de éstos. Además, la presencia de mucílagos en el fenogreco hace que haya un riesgo potencial de interacción debido a que los mucílagos pueden retrasar o disminuir la absorción oral de otros principios activos. Por tanto, se recomienda distanciar las dosificaciones de alholva y otros principios activos.

A las dosis terapéuticas recomendadas no se han descrito reacciones adversas.

Pensamiento (*Viola tricolor*)

El pensamiento o trinitaria pertenece a la familia de las violáceas. Se utiliza la planta entera, que contiene polisacáridos heterogéneos (mucílagos), flavonoides (rutina, escoparina, vitexina, saponarina, violantina, vicineína, glucósidos de luteolina), ácidos fenólicos, taninos, hidroxycumarinas (umbeliferona), saponinas triterpénicas y sales minerales.

Al igual que las plantas anteriores, el pensamiento también es una planta con efecto emoliente y protector de la piel. Tiene efecto diurético, depurativo y antiinflamatorio y, asociado con la bardana, permite obtener excelentes resultados en el tratamiento de las afecciones cutáneas asociadas a una eliminación insuficiente.

Además, por su riqueza en mucílagos, tiene actividad de laxante mecánico que se manifiesta después de las 24 h de su administración, ya que el mucílago de esta droga, en contacto con el agua, forma un gel viscoso y voluminoso que incrementa el volumen de las heces, promoviendo el peristaltismo. Por otro lado, también debido a los mucílagos que contiene, el pensamiento ejerce un efecto calmante en la mucosa respiratoria, e inhibe el reflejo de la tos, por lo que también tiene efecto antitusivo.

Aunque la Comisión E del Ministerio de Sanidad alemán sólo aprueba su indicación para el tratamiento de dermatitis, el pensamiento es eficaz para el tratamiento del acné, el estreñimiento, la bronquitis, la tos improductiva, el resfriado común y la faringitis. También se utiliza, por vía tópica, para el tratamiento del acné y la dermatitis seborreica.

Se usa la droga pulverizada, en infusiones o decocciones, el extracto fluido o seco y las tinturas.

Como consecuencia de su contenido en mucílagos, el uso de pensamiento está contraindicado en caso de obstrucción esofágica o intestinal, dolor abdominal de origen desconocido, apendicitis, etc. Durante el embarazo y la lactancia también está contraindicado su uso debido a la ausencia de datos que avalen su seguridad.

A las dosis terapéuticas no se han descrito reacciones adversas.

Áloe (*Aloe vera*)

Del género áloe se obtienen, básicamente, 2 productos de interés: el áloe o acíbar y el gel de áloe vera. Ambos productos se obtienen a partir de las hojas del áloe, pe-

ro son muy distintos, tanto desde el punto de vista químico como farmacológico y terapéutico. El acíbar se utiliza principalmente como laxante y no tiene interés en el tratamiento del acné. Sin embargo, el jugo o gel de áloe vera si que es de gran interés, tanto para el acné como para cualquier otra afección cutánea.

Éste se obtiene de la pulpa de las hojas, y contiene polisacáridos (glucomanos, glucogalactomananos, galactoglucoarabinomananos y mananos acetilados), aminoácidos, glucoproteínas, enzimas, heterósidos hidroxiantracénicos, derivados de cromonas y pironas, saponinas, esteroides, ácidos y sales orgánicas, sales inorgánicas y vitaminas.

El gel de áloe posee acción cicatrizante de heridas, antiinflamatoria, inmunomoduladora, antiviral, antitumoral, antiulcerosa, hipoglucemiante e hipolipemiante. Todas estas propiedades son el resultado de la acción sinérgica de los diversos constituyentes del gel. Asimismo, debido a su contenido en mucílagos, el gel de áloe posee propiedades hidratantes y emolientes, de utilidad no sólo en terapéutica, sino también en cosmética.

La actividad cicatrizante del gel de áloe se debe a que varios de sus componentes actúan sinérgicamente y estimulan el crecimiento de los fibroblastos y, por tanto, reducen el tiempo de reepitelización, con repercusión inmediata en la menor frecuencia de contaminaciones bacterianas, formación de queloides y cambios pigmentarios. Además, también reducen la fase inflamatoria. La cicatrización acelerada de heridas se manifiesta tanto si el gel de áloe se administra por vía oral como por vía tópica.

Los efectos beneficiosos del áloe en la piel no sólo afectan a las heridas por incisión, sino que también se manifiestan en otras lesiones debidas a otras causas, como quemaduras por radiación o calor, úlceras crónicas, etc.

Las indicaciones que propone la Organización Mundial de la Salud para el gel de áloe, se centran en la aplicación tópica del gel, que, según esta organización, está indicada en el tratamiento de heridas menores, quemaduras de primer y segundo grado, quemaduras por radiación y calor, irritación de la piel y abrasiones.

Sin embargo, su uso también es muy eficaz en eccemas secos, acné y psoriasis.

Para estos casos, se usa tópicamente en forma de lociones, geles, cremas, etc., elaborados con el gel fresco.

La administración de gel de áloe está contraindicada en caso de alergia conocida a plantas de la familia de las Liliáceas.

Casi no hay referencias sobre efectos adversos del gel de áloe. ■

Bibliografía general

- Almagro M, Del Pozo J, Fonseca E. El tratamiento del acné en la infancia. *Piel*. 2000;15:126-36.
- Arteche A, Vanaclocha B, Güenechea JI. *Fitoterapia*. 3.ª ed. Vademécum de prescripción. Plantas medicinales. Barcelona: Masson; 1998.
- Font E. Etiología, clínica y tratamiento del acné. *OFFARM*. 1999;18:61-8.
- Kuklinski C. *Farmacognosia*. Barcelona: Omega; 2000.
- Lemmel J. Cuidado de la piel acneica. *OFFARM*. 2000;19:75-8.
- Peris JB, Stübing G, Vanaclocha B. *Fitoterapia aplicada*. Valencia: COF de Valencia; 1995.
- Vila R, Guinea M. Gel de áloe. *Revista de Fitoterapia*. 2001;1:245-56.