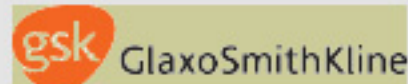




La piel es uno de los órganos más importante de nuestro cuerpo. Algunos excesos como la exposición prolongada al sol o la falta de una protección adecuada pueden perjudicarla notablemente. Para ofrecer algunos consejos y contestar a las dudas de los internautas está con nosotros el jefe de Servicio de Dermatología del Hospital de Fuenlabrada.

Patrocinado por



Ha estado con nosotros ...

Jesús Borbujo Martínez

19 de Mayo de 2004

1. la vitamina A+D es buena para de desmatitis atópica

No es perjudicial pero tampoco va a curar el proceso. El tratamiento más habitual se realiza con corticoides tópicos y muchísima hidratación de la piel.

2. Doctor, la piel que ha sido radiada por tratamientos, necesita alguna crema específica en la higiene diaria o es suficiente una crema hidratante normal?

Si la radiación se está realizando en este momento, no se debe lavar de forma continua pues presenta contraindicaciones con la radioterapia. Sin embargo, si ya ha sido radiado previamente la piel seca que va a producir esta radiación mejoraría con una crema hidratante grasa.

3. Psoriasis. Tengo una hija de 23 años con psoriasis. ¿Hay esperanza de que un próximo futuro pueda curarse totalmente?

La psoriasis es una enfermedad absolutamente impredecible en su evolución. NO obstante, si la psoriasis aparece en gente muy joven y lleva poco tiempo de evolución con frecuencia desaparece ese brote y no vuelve a aparecer durante muchos años.

4. que crema me recomienda para blanquear las manchas de la piel, producidas por la exposición al sol y tambien debido a la edad. tengo 47 años, piel y ojos claros. gracias

El tratamiento que más se utiliza para el melasma o cloasma es la hidroquinona entre el 2 y el 4%, sola o asociada a ácido azelaico y/o ácido kógico. No obstante, lo fundamental en este caso es la no exposición solar o con fotoprotectores de índice muy alto y de forma constante.

5. cree que en la seguridad social se atienden igual de bien los problemas de piel que en la privada?

Así debería ser. No obstante, las cuestiones cosméticas al no ser una patología tampoco deben suponer un gasto importante para los contribuyentes.

6. Ha notado en su consulta que sea verdad el aumento de los problemas de piel por el sol? Es un bulo lo de la capa de ozono?

La disminución de la capa de ozono parece ser una evidencia científica. Eso no tiene por qué estar en relación con el aumento del número de las consultas de los problemas de piel. Sí es cierto que en los últimos años han aumentado este número de consultas, pero pienso que se debe más a la concienciación sobre los mismos de la población general.

7. He tenido varias veces papilomas en los pies. ¿Por qué vuelven a aparecer y qué puedo hacer?

Los papilomas de los pies entiendo que son las verrugas víricas de las plantas de los pies. Se trata por tanto de una patología vírica y como estas patologías no existe un tratamiento que elimine la causa que lo origina (el virus) y por tanto las recidivas son la norma, es lo mismo que ocurre con la gripe. Existen numerosos tratamientos todos ellos intentan eliminar el proceso destruyéndole de forma física o química, se debe de consultar con su médico de familia.

8. ¿Tomar el sol es bueno para los niños con dermatitis atópica?

Tomar el sol sin control no es bueno para nada ni para nadie. Sin embargo, existen una serie de enfermedades que mejoran con el sol una de ellas es la dermatitis atópica.

9. Es necesario utilizar productos de proteccion solar especial cuando se acude a un solarium? Es cierto que las cremas de proteccion solar normales son desaconsejables en estos casos?

Esta pregunta tiene un cierto contrasentido. Si uno va al solarium a ponerse moreno, cosa que no debería hacer, no entiendo para qué tiene que ponerse un fotoprotector para no ponerse moreno. La mejor protección de las radiaciones lumínicas para evitar posteriores tumores en piel es la no exposición a esa luz lumínica y en caso de que no pueda ser evitada es cuando se utiliza un fotoprotector.

10. Buenos días, mi problema es que de un tiempo a esta parte me salen costras en el cuero cabelludo y esto hace que se me caiga el pelo. El medico me mando una locion pero sinceramente no me ha servido mucho. Me podria decir a que es debido este problema. Muchas gracias por su ayuda.

La aparición de "costras" quiero entender que se refiere a psoriasis. La psoriasis del cuero cabelludo cuando mejora la lesión el pelo se cae unido a esa costra pero al cabo de un tiempo vuelve a salir, por tanto si esta es la patología que usted tiene no debe estar preocupado por este motivo.

11. ique es mejor para desmaquillar una piel la cosmetica o el agua?

Lo mejor para desmaquillarse, al igual que para limpiarse, es el agua y jabón.

12. Es perjudcial para la salud de la piel el uso habitual de ácido glicólico, ya sea en baja concentración como en cremas, mascarillas,etc.. o en una concentración superior aplicado directamente por dermatólogo?

Esta pregunta tiene diversas partes: el ácido glicólico a concentraciones bajas es una crema hidratante perfecta para utilizarla de forma diaria. Sin embargo, este mismo ácido a concentraciones altas se utiliza como peeling y sólo se debe de aplicar en consultas dermatológicas.

13. como se pueden corregir las pequeñas cicatrices que deja la varicela de adultos

Las cicatrices de la varicela al igual que otro tipo de cicatrices para mejorarlas se debe utilizar tratamientos de tipo peeling, como el mencionado anteriormente, y por tanto éste es el tratamiento que podría utilizarse para estas pequeñas cicatrices. Siempre este tipo de tratamiento se debe realizar en consulta médica.

14. ¿Cómo se puede tratar el acné? ¿Hay alimentos y hábitos que lo fomenten?

Se trata dependiendo de la intensidad y grado que tenga el mismo. En principio, se utilizan limpiadores (agua y jabón), queratolíticos tópicos y antibióticos tópicos. El resto de tratamientos se debe de consultar con el médico o con el dermatólogo. No hay ningún estudio que demuestre que algunos alimentos empeoran el acné, sin embargo algunos pacientes empeoran con la toma de chocolates o grasas. Por tanto, en este tipo de pacientes debiéransen ser evitados.

15. Buenas tardes, doctor Borbujo. Hace dos años fui operado de un melanoma maligno con buen pronóstico (cifraron en un 95% las posibilidades de curación), pero siempre me queda la duda del grado de exposición al sol que puedo soportar. ¿Tengo que huir definitivamente o puedo exponerme con relativa calma? Muchas gracias

Cuando un paciente ha presentado un tumor maligno como el suyo no debe de exponerse al sol sin fotoprotección. Esta fotoprotección debe cubrir con el índice mayor que se disponga tanto las radiaciones ultravioleta A como B.

16. Hola, una pequeña pregunta, ¿ que factor de crema hay que ponerse en mi caso una piel morena i quiero coger color pero sin quemarme?

Para saber el índice de fotoprotección que hay que utilizar, debo de saber el tipo de piel que tiene el paciente. En su caso, dado que dice que es moreno me imagino que será tipo IV, por tanto con un índice entre un 8-15 de radiaciones ultravioletas A y B sería suficiente.

17. Buenas tardes. Mi pregunta: sabe si se esta trabajando en una cura para el herpes genital? O a las grandes empresas farmaceuticas les resulta mucho mejor negocio que sigamos comprando medicacion de por vida? Saludos.

Se está estudiando para disponer de una vacuna y evitar así las recidivas. Están los estudios muy avanzados y es posible que en poco tiempo salga al mercado.

18. Hola Sr. Borbujo. Tengo 18años y suelo afeitarme a contrapelo, pues si no lo hago así no logro acabar con toda la barba... la cuestión es que me salen bastantes granos, pero casi todos en la misma mejilla. No sé si podría darme algún consejo... muchas gracias :)

Se puede utilizar otra forma de afeitarse, por ejemplo con maquinilla eléctrica dejando el pelo muy corto sin apurarse excesivamente. Además, existe en el mercado reblandecedores de pelo para aplicar la noche anterior.

19. Buenas Tardes. La simple exposición al sol (mientras conuzco, salgo a la calle o veo un partido de futbol al aire libre) me produce una especie de herpes cutáneo en las manos, muy molesto (picores) y que me supone un enrojecimiento de la zona. He probado con Aciclovir, pero la solución es pasajera, pues vuelve a reproducirse con el tiempo. A parte de la protección solar, ¿existe alguna solución farmacéutica a este problema? Gracias.

Por lo que comenta, parece tratarse de un eritema exudativo multiforme postherpético. El herpes que precede a los síntomas suele aparecer en ocasiones con exposición solar. Dado que son herpes simples recidivantes, el tratamiento consistiría en utilizar aciclovir a dosis convenientes durante al menos 9 meses para evitar las recidivas y así las lesiones en las manos.

20. A mi novia le quitaron un bulto sebaceo del cuello. Nos casamos en septiembre, y la cicatriz es enorme. ¿Nos podría dar algunos consejos para que esa cicatriz se redujese?. ¿El sol es bueno o malo?. Muchas gracias.

Después de una intervención quirúrgica no se debe exponerse al sol de forma directa durante seis u ocho después de la misma, ya que produciría pigmentación de esa cicatriz. Si la cicatriz es hipertrófica (más abultada y de aspecto más feo) el tratamiento que podría mejorarle serían parches o cremas con silicona.

21. Tengo 29 años y hace dos, me salieron unas manchas en la cara parecidas a las que les sale a la gente mayor, ¿tendré que vigilarlas de cerca?

Las manchas que suelen aparecer en la cara suelen estar en relación con la exposición solar, que me imagino que es lo que le habrá pasado a usted. Por tanto, aparte de una fotoprotección constante, en principio solamente sería una cuestión estética.

22. ¿CÓMO PUEDO SABER CUÁL ES MI GRADO DE PIGMENTACIÓN DE LA PIEL?

Creo entender que lo que quiere saber es el tipo de piel que tiene según la cantidad de pigmento que tiene en la misma y la facilidad para quemarse con el sol. Existen 7 tipos de piel del 0 al VI, el 0 sería la persona albina y el VI la persona de raza negra. Los grados intermedios varían desde el pelirrojo blanco y pecososo al moreno, pelo negro y que nunca se quema. En España, casi toda la población se encuentra entre el III y el IV.

23. Cada cuanto tiempo hay que hacerse una revisión en el dermatólogo

En el sistema sanitario público español no están contempladas las revisiones periódicas en el dermatólogo. No obstante, creo que más que revisiones se debe acudir a él cuando se tenga un problema dermatológico por el que se deba consultar.

24. Buenas tardes! Tengo unas cicatrices a lo largo de la espalda por unos granos que me he ido rascando durante los últimos 3 años. Existe algún tratamiento para quitarlos? Alguno que cubra la Seguridad social? Es recomendable que tome el sol? Es que me acompleja mucho... Gracias

Su pregunta es un poco compleja. El tratamiento del acné está cubierto totalmente por la Seguridad Social. Sin embargo, el tratamiento de algunos tipos de cicatrices fundamentalmente cuando son de tipo estético no están cubiertas. El sol suele mejorar en casi todos los casos el acné. Sin embargo, la exposición solar debe realizarse con precaución por los problemas futuros que puede acarrear.

25. Buenas tardes dr. Mi estheticien dice q realizar peelings desprotege el rostro de la capa mas importante de la piel. es esto cierto, o Vd. cree q puede ser beneficioso y efectivo en algunos casos? gracias

Las dos aseveraciones que usted hace son ciertas. El peeling puede destruir una capa (epidermis) de la piel. También es cierto que el tratamiento con peeling es el único en ocasiones que debe realizarse para algunas enfermedades como por ejemplo cicatrices.

26. Dr. Borbujo, me interesaría saber cuál es el método de depilación menos agresivo para la piel. Gracias.

Aquel que no produzca quemaduras, por ejemplo el láser para depilación utilizado de forma adecuada además de ser poco agresivo es efectivo.

27. cuando comienzo a tomar el sol (con o sin broceador), me salen unos bultitos rojos con liquido dentro. ¿puede ser una alergia?

Quiero entender que no toma el sol con bronceador sino con fotoprotector porque de otra forma lo haría muy mal. Hay una enfermedad en dermatología que es relativamente frecuente denominada erupción lumínica polimorfa que consiste en la aparición de lesiones papulovesiculosas (granos y ampollitas pequeñas) al empezar a tomar el sol en verano que a medida que la persona va poniéndose morena van desapareciendo. Se acompaña de intenso picor. Puede considerarse una sensibilización alérgica a una longitud de onda solar determinada. El tratamiento de la misma consiste en la prevención con fotoprotectores y pantalla total (UVB-UVA) y en otros casos la desensibilización con radiaciones ultravioletas. No obstante, siempre se debe descartar otros procesos autoinmunes (lupus eritematoso), por tanto se debe de consultar al dermatólogo.

28. ¿Es cierto que el agua oxigenada quita las manchas de la caraproducidas por el sol? Gracias

El agua oxigenada a una concentración mayor de 20 volúmenes es un blanqueador muy antiguo que se utiliza fundamentalmente para disminuir el pigmento del pelo. No suele mejorar las manchas de la piel.

29. tengo verrugas planas en la cara y ya una vez me las quemé y desaparecieron. Ahora tengo de nuevo y se me están extendiendo por toda la cara. Si me quemo de nuevo no voy ni a poder salir a la calle porque tengo por todas partes. No hay algun tratamiento que no sea quemarlas y no sería mejor algun tratamiento interno para atacar el problema de lleno.

Las verrugas planas son una patología producidas por virus. Como toda enfermedad producida por virus no tienen tratamiento de la causa que las origina, y también son enfermedades que desaparecen espontáneamente al cabo de un tiempo. Por tanto, nunca se debe ser agresivos con ellas porque la cicatriz siempre sería peor que la enfermedad. No sé la edad que tiene, en los niños esta patología en ocasiones se confunde con otras enfermedades que deben ser estudiadas en la consulta de dermatología.

30. Buenos días, doctor . Es tan "apocalíptico" como nos hacen creer el efecto del sol en la piel, en términos canerígenos y de envejecimiento? Respecto a esto, son recomedables las sesiones de rayos UVA previo a la exposición? Muchas gracias .

El sol va a producir envejecimiento de la piel y más predisposición a tumores cutáneos. Si usted lo asume no es apocalíptico aunque un poco desagradable. Las sesiones de rayos UVA tienen los mismos efectos que la exposición al sol.

31. Dr. Borbujo, ¿No cree que les falta muchos conocimientos desmatologicos a los medicos de cabecera? Lo digo porque para cualquier consulta dermatologica te envian al especialitas y en mi zona son tres meses de espera para una consulta.

Los conocimientos dermatológicos de los médicos de familia son buenos al igual que ocurre con el resto de las especialidades médicas. El problema es que el médico de cabecera al igual que el resto de los médicos que no son dermatólogos no tienen la suficiente experiencia clínica como para poder diagnosticar a un enfermo en el momento de la consulta, condición que ustedes exigen. Esto obliga en muchas ocasiones a consultar a dermatología.

32. ¿tiene mejoría la dermamtitis atópica?, ¿a que edad?

La dermatitis atópica es una manifestación más del paciente atópico. Existen tres grupos de edades que las presentan como inicio o empeoramiento del mismo. Desde el nacimiento hasta los dos años, desde los 4 hasta la adolescencia y a partir de la edad adulta. Por tanto, entre esos periodos puede existir una mejoría o curación de la misma. Cuando se tienen lesiones en la edad adulta, normalmente evoluciona a brotes durante toda la vida, aunque las manifestaciones son muy variadas desde eccema en las manos hasta un eccema generalizado por toda la superficie cutánea. El tratamiento no es curativo sino que mejora los brotes.

33. Tengo 44 años y desde hace 4 tengo una especie de acne juvenil. Pensaba que era una alergia a algun alimento pero no consigo saber lo que es, el médico me ha dicho que pueden ser cambios hormonales, ¿cuál es su impresión?

Es raro que a los 44 años se tenga acné juvenil. No obstante, hay formas de acné especiales como la rosácea que aparece en adultos cuyo tratamiento es largo y difícilmente curativo. Este tipo de acné no suele estar relacionado con problemas hormonales. Debería acudir al dermatólogo para confirmar un diagnóstico.

Despedida

Es evidente que el interés del chat ha superado todas mis expectativas. Para mí sería un placer volver a contactar con todos vosotros. Solamente decir que dada la época del año de la que vamos a disfrutar hay que tener mucho cuidado con la exposición solar prolongada y utilizar siempre el fotoprotector más adecuado.
