

## **MANEJO DE LA ROSÁCEA**

### **¿Qué es la Rosácea?**

La rosácea es una condición con enrojecimiento crónico de la piel de la cara, fácil rubor, y a veces brotes que parecen como acné. Las mujeres suelen presentar síntomas en el mentón y las mejillas, en tanto que en los hombres normalmente se manifiesta en la nariz. La rosácea es más común durante o después de la mediana edad; a menudo se le llama acné del adulto. Los descendientes de europeos del norte y la gente con piel clara son más propensos a tener rosácea. Es una enfermedad tratable, pero no suele ser curable.

### **¿Qué Causa la Rosácea?**

La causa se desconoce. Las bebidas alcohólicas, las bebidas calientes y ciertos alimentos no la causan, pero pueden empeorarla.

### **¿Cuáles son los Síntomas de la Rosácea?**

En la piel de la nariz, las mejillas, el mentón y la frente se observa enrojecimiento, inflamación y granos o pústulas. Los pequeños vasos sanguíneos que hay debajo de la piel se agrandan y se hacen más visibles; son semejantes a finas líneas rojas en el rostro o la nariz. La piel puede volverse grasosa. En los casos más graves, aparecen bultos grandes en la nariz. Rara vez afecta a los ojos y los párpados, pero podría causar inflamación, enrojecimiento, ojos secos y sensación de quemazón.

La rosácea pasa por tres etapas, cada una con diferentes síntomas. Los primeros síntomas son enrojecimiento que aparece y luego desaparece; pueden provocarlos las comidas muy condimentadas o picantes, la luz solar o las bebidas alcohólicas. Los síntomas de la segunda etapa son los mismos pero duran más. Puede sentirse escozor en la piel y en los ojos, que

también pueden sentirse como si tuvieran arena. En la etapa avanzada el enrojecimiento se vuelve permanente, pueden aparecer granos pequeños (y a veces dolorosos), se siente escozor en la piel, los ojos pueden estar llorosos e irritados y la nariz se enrojece y se inflama.

Como la piel se ve similar a la de los alcohólicos crónicos, a menudo la gente piensa que las personas con rosácea son alcohólicos no declarados, pero eso es un error.

### **¿Cómo se Diagnostica la Rosácea?**

El médico hará su diagnóstico a partir de un examen físico.

### **¿Cómo se Trata la Rosácea?**

Los casos leves a veces pueden tratarse con una crema antibiótica de uso tópico (metronidazol, clindamicina, eritromicina) o con antibióticos orales. La rosácea a menudo regresa y quizás sea necesario continuar tomando regularmente dosis más pequeñas del medicamento para controlar los síntomas. Un tratamiento precoz (temprano) puede enlentecer el avance de la enfermedad. En los casos más graves podría necesitarse una combinación de diversos medicamentos. En raros casos una gran inflamación de la nariz podría requerir cirugía, pero un tratamiento con láser podría resultar útil. El láser se usa a veces para las venas grandes y el enrojecimiento. El médico podría sugerir consultar a un dermatólogo (especialista en enfermedades de la piel).

### **Qué DEBE y NO DEBE Hacer para manejar la rosácea**

- ✓ **DEBE** lavarse el rostro dos veces al día con una toallita y un jabón no irritante.
- ✓ **DEBE** seguir las instrucciones del médico acerca de jabones, lociones protectoras contra el sol y medicamentos. El tratamiento precoz puede prevenir algunos efectos a largo plazo.

- ✓ **DEBE** llevar un diario de las actividades realizadas, tipos de comidas consumidas y artículos de cuidado personal usados cuando se produce un recrudecimiento de los síntomas, para saber si hay algún patrón reconocible. Por ejemplo, si se le irrita y se le enrojece la piel cuando come chiles (pimientos), probablemente sean los que le provocan los síntomas.
- ✓ **DEBE** cambiar y usar un jabón menos irritante o cremas para la piel que no contengan perfume, alcohol o aditivos agresivos, para minimizar la irritación de la piel.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tuviera síntomas en los ojos o los párpados.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si el tratamiento no pareciera dar resultado luego de 3 ó 4 semanas.
- ⊗ **NO DEBE** comer cosas que hagan empeorar la rosácea, como líquidos calientes, comidas muy condimentadas o picantes, chocolate, quesos, nueces, sal iodada y mariscos.
- ⊗ **NO DEBE** tomar bebidas alcohólicas.
- ⊗ **NO DEBE** exponerse al sol sin crema protectora y debe evitar el frío y el calor extremos.
- ⊗ **NO DEBE** tomar bebidas calientes.

DEL ESCRITORIO DE

## NOTAS

### PARA MAYOR INFORMACIÓN

Visite las siguientes paginas web:

- National Rosacea Society: Tel: (888) NO-BLUSH (662-5874); Website:  
<http://www.rosacea.org>
- American Academy of Dermatology: Tel: (847) 330-0230, (866) 503-7546; Website:  
<http://aad.org>

Copyright © 2021 by Elsevier, Inc.