



INFORMACIÓN
REVISADA POR
DERMATÓLOGOS

ACNÉ: POR QUÉ APARECE Y CÓMO SE TRATA

Dra. Marta Moratinos

Dermatóloga - Directora médica



BIBLIOTECA DERMAMORATINOS

AC 001



www.dermamoratinos.com

¿QUÉ ES REALMENTE EL ACNÉ?

El acné es una enfermedad inflamatoria del folículo pilosebáceo. No aparece por una sola causa: varios procesos se activan a la vez y se influyen entre sí.

1. El poro se obstruye

Las células del conducto se acumulan y forman el microcomedón.

2. Aumenta el sebo

La glándula sebácea produce más grasa o responde con mayor intensidad a determinadas señales.

3. Cambia el entorno del folículo

Cutibacterium acnes forma parte de la microbiota normal, pero algunas cepas y desequilibrios pueden favorecer la inflamación.

4. Se activa la inflamación

Puede comenzar antes de que el grano sea visible y determina en parte el tipo y la intensidad de la lesión.



IDEA CLAVE

El acné no se debe a falta de higiene. Limpiar o exfoliar en exceso puede irritar la piel y empeorar la inflamación.

¿CÓMO EMPIEZA A FORMARSE UN GRANO?

El primer cambio ocurre dentro del folículo y todavía no se aprecia en la superficie de la piel.

1

1. Folículo normal

El sebo y las células salen al exterior sin obstruir el conducto.



2

2. Microcomedón

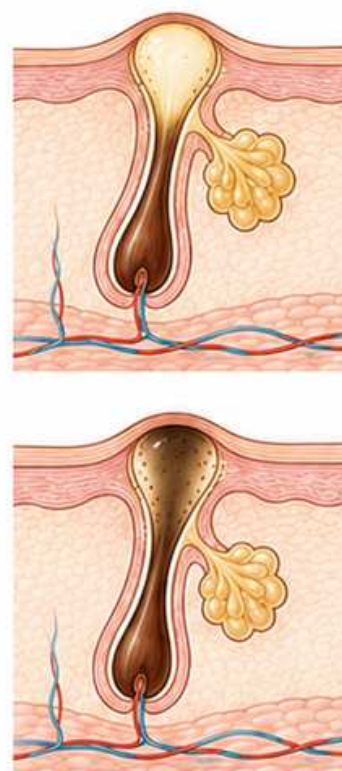
Las células se acumulan y forman un tapón microscópico. Es la primera lesión del acné.



3

3. Comedón

Si el tapón queda cubierto se forma un comedón cerrado. Si se abre, aparece un punto negro.



IDEA CLAVE

El microcomedón puede formarse antes de que veamos ningún grano. Por eso el tratamiento también busca prevenir nuevas lesiones.

¿QUÉ OCURRE CUANDO APARECE INFLAMACIÓN?

El comedón puede permanecer estable o inflamarse.

No todas las lesiones pasan por todas estas fases.

1

1. Comedón

El folículo está obstruido, pero todavía no predomina la inflamación.



2

2. Pápula

La pared folicular se irrita y aparece una lesión roja, elevada y sensible.



3

3. Pústula

La inflamación se hace visible y se acumula contenido purulento superficial.



4

4. Nódulo

La inflamación es más profunda y puede dañar el tejido que rodea al folículo.

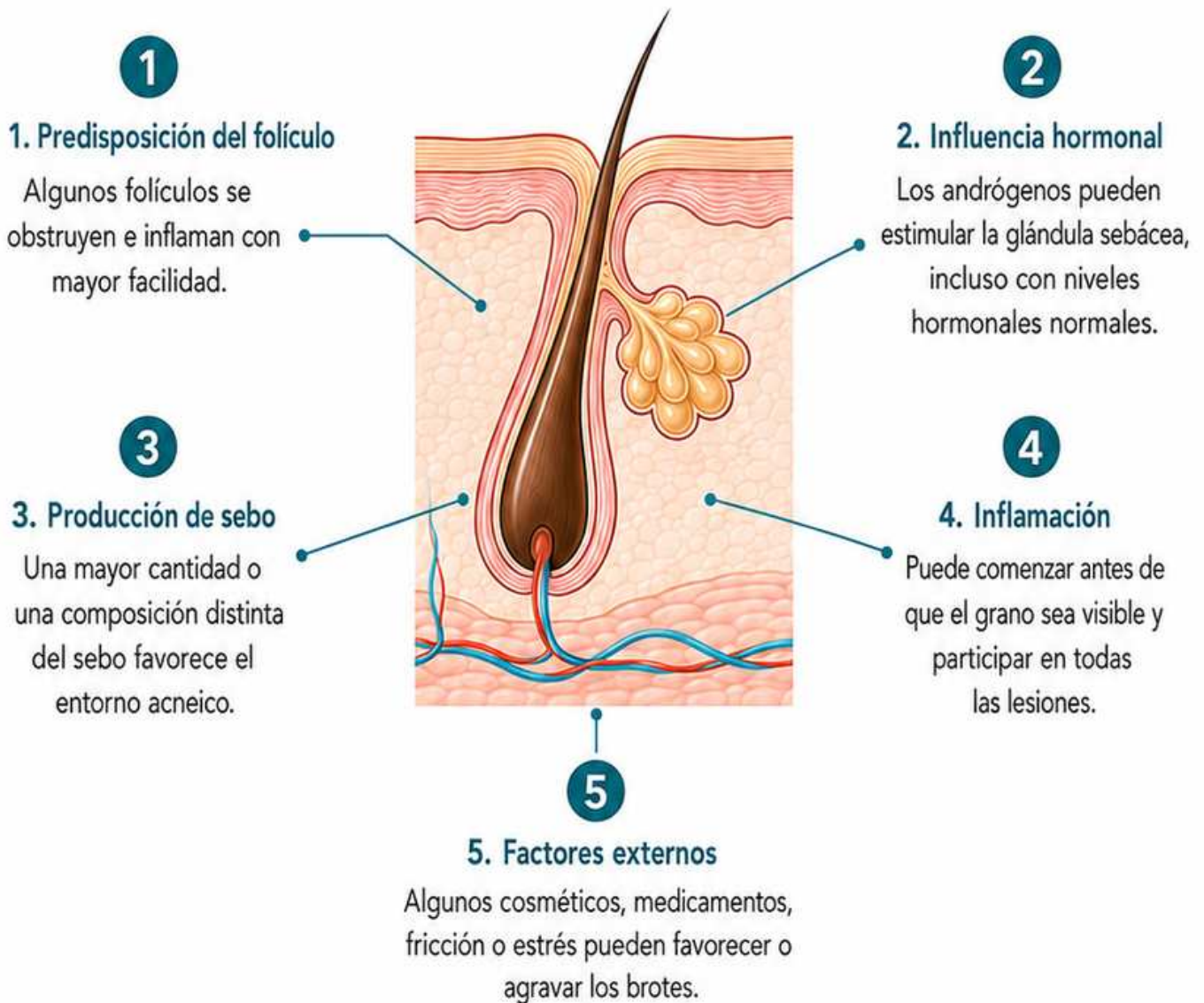


IDEA CLAVE

La intensidad y la profundidad de la inflamación influyen en el riesgo de manchas y cicatrices. Tratar pronto ayuda a reducirlo.

¿POR QUÉ APARECE EL ACNÉ?

El acné no tiene una única causa. Aparece cuando varios factores actúan sobre un folículo predispuesto.



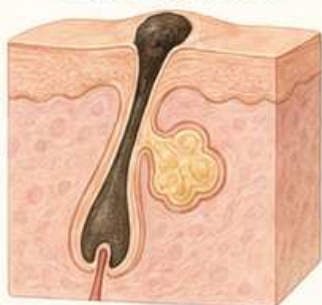
IDEA CLAVE

El acné no aparece por falta de higiene ni por una sola causa.

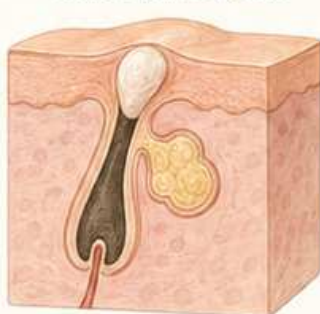
Tipos de acné: no todas las lesiones son iguales

La forma predominante y la profundidad orientan el tratamiento.

Comedón abierto



Comedón cerrado

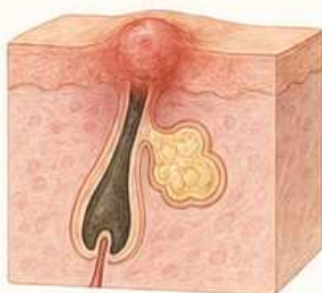


Acné comedoniano

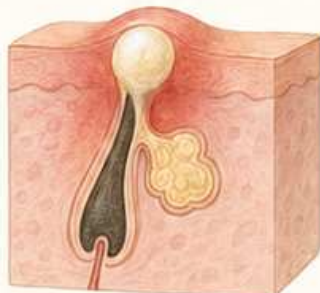
Predominan los puntos negros y los comedones cerrados.

Puede haber poca inflamación visible.

Pápula

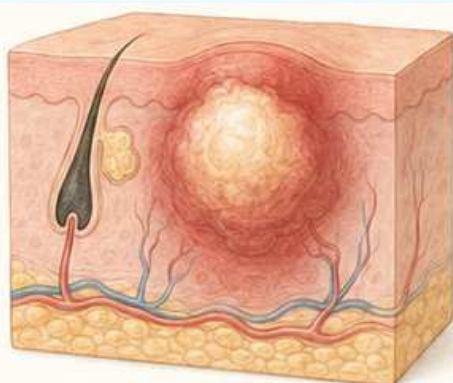


Pústula



Acné inflamatorio

Aparecen lesiones rojas, sensibles o con contenido purulento.



Acné noduloquístico

Las lesiones son profundas, dolorosas y presentan mayor riesgo de cicatriz.



En una misma persona pueden coexistir varios tipos de lesiones. La gravedad no depende solo del número, sino también de la profundidad, la extensión y el riesgo de cicatriz.

Acné adolescente y acné adulto

Comparten mecanismos, pero no siempre se presentan de la misma forma.



Acné adolescente

Suele comenzar en la pubertad. Es frecuente en la zona T y puede combinar comedones y lesiones inflamatorias.



Acné adulto

Puede persistir desde la adolescencia o aparecer después. A menudo afecta al tercio inferior de la cara, aunque su distribución es variable.



La edad y la localización orientan, pero no determinan por sí solas la causa. El acné adulto no siempre es hormonal.

¿Cuándo puede haber una influencia hormonal?

Algunas pistas clínicas pueden hacer que el dermatólogo valore este componente, pero ninguna confirma por sí sola una alteración hormonal.



Importante

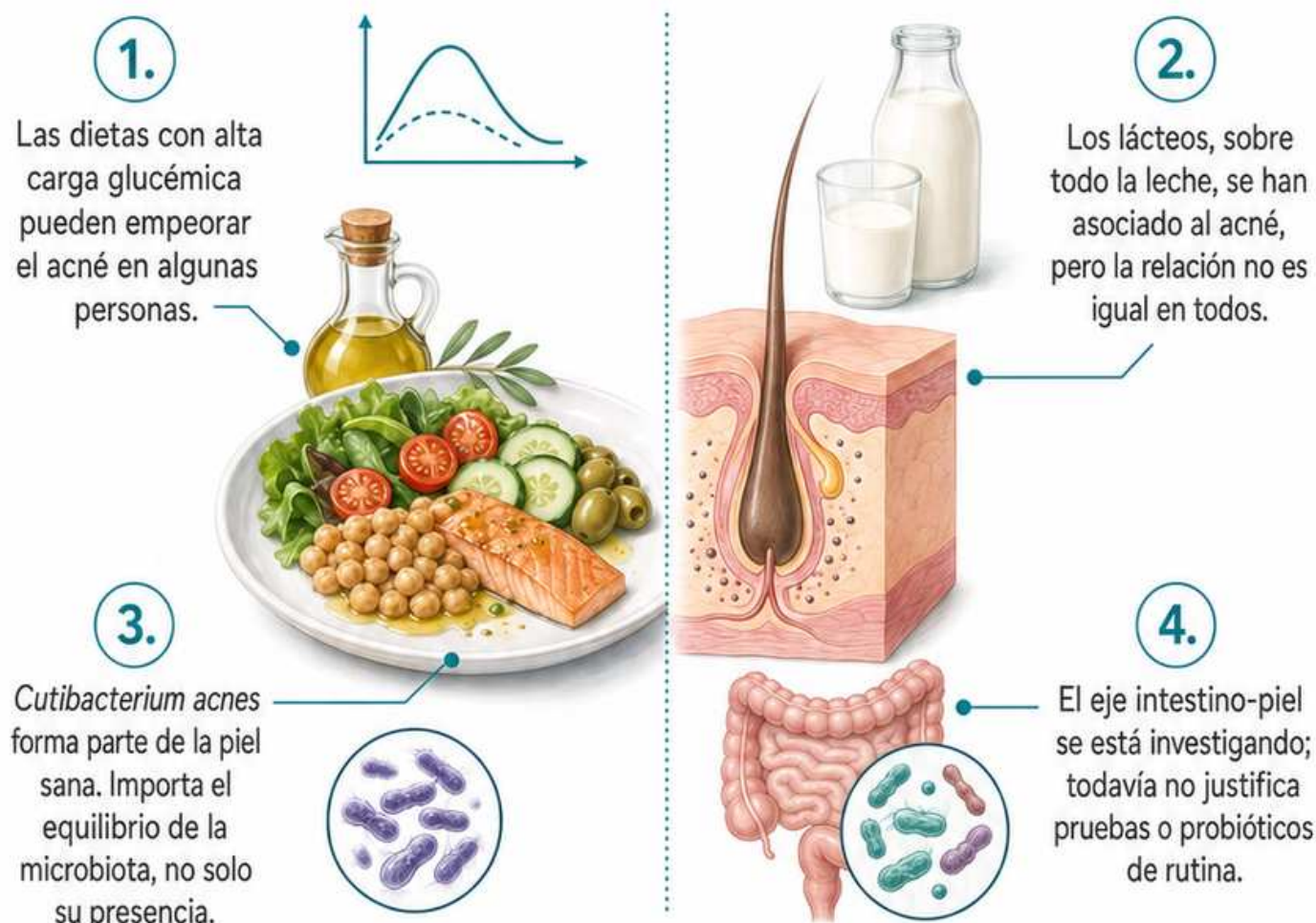
Puede existir sensibilidad del folículo a los andrógenos aunque la analítica sea normal. No todas las personas con acné necesitan un estudio hormonal.



La localización en mandíbula y cuello puede orientar, pero no permite conocer la causa por sí sola.

Alimentación y microbiota: ¿qué sabemos?

Pueden influir en el acné, pero no explican todos los casos ni sustituyen el tratamiento médico.



Importante

No existe una dieta universal para el acné. Conviene identificar asociaciones repetidas sin retirar grupos de alimentos sin indicación.



Alimentación y microbiota se desarrollarán en guías específicas.

¿Por qué quedan marcas o cicatrices?

No todas las señales que persisten después de un brote son cicatrices.

1.

Las marcas rojizas son cambios vasculares planos. Pueden tardar meses en desaparecer.



2.

Las marcas oscuras corresponden a hiperpigmentación postinflamatoria. Son más frecuentes en fototipos altos.



3.

La cicatriz implica un cambio permanente en el relieve o la estructura de la piel.



4.

La inflamación profunda, la duración de las lesiones y manipularlas elevan el riesgo.





Importante

Tratar pronto el acné inflamatorio ayuda a reducir el riesgo de cicatriz. Las marcas y las cicatrices requieren abordajes diferentes.



Las cicatrices del acné se explicarán con más detalle en una guía específica.

¿Cómo se diagnostica el acné?

En la mayoría de los casos, la historia clínica y la exploración de la piel son suficientes.

1.

El dermatólogo valora el tipo de lesiones, su profundidad, distribución y extensión.

2.

También pregunta por la evolución, los tratamientos previos, los medicamentos y los productos cosméticos.

3.

La analítica hormonal no se solicita de forma rutinaria: se reserva para cuando existen datos que sugieren una alteración.

4.

El cultivo u otras pruebas solo se indican si la presentación es atípica, resistente o plantea dudas diagnósticas.



El diagnóstico orienta el tratamiento

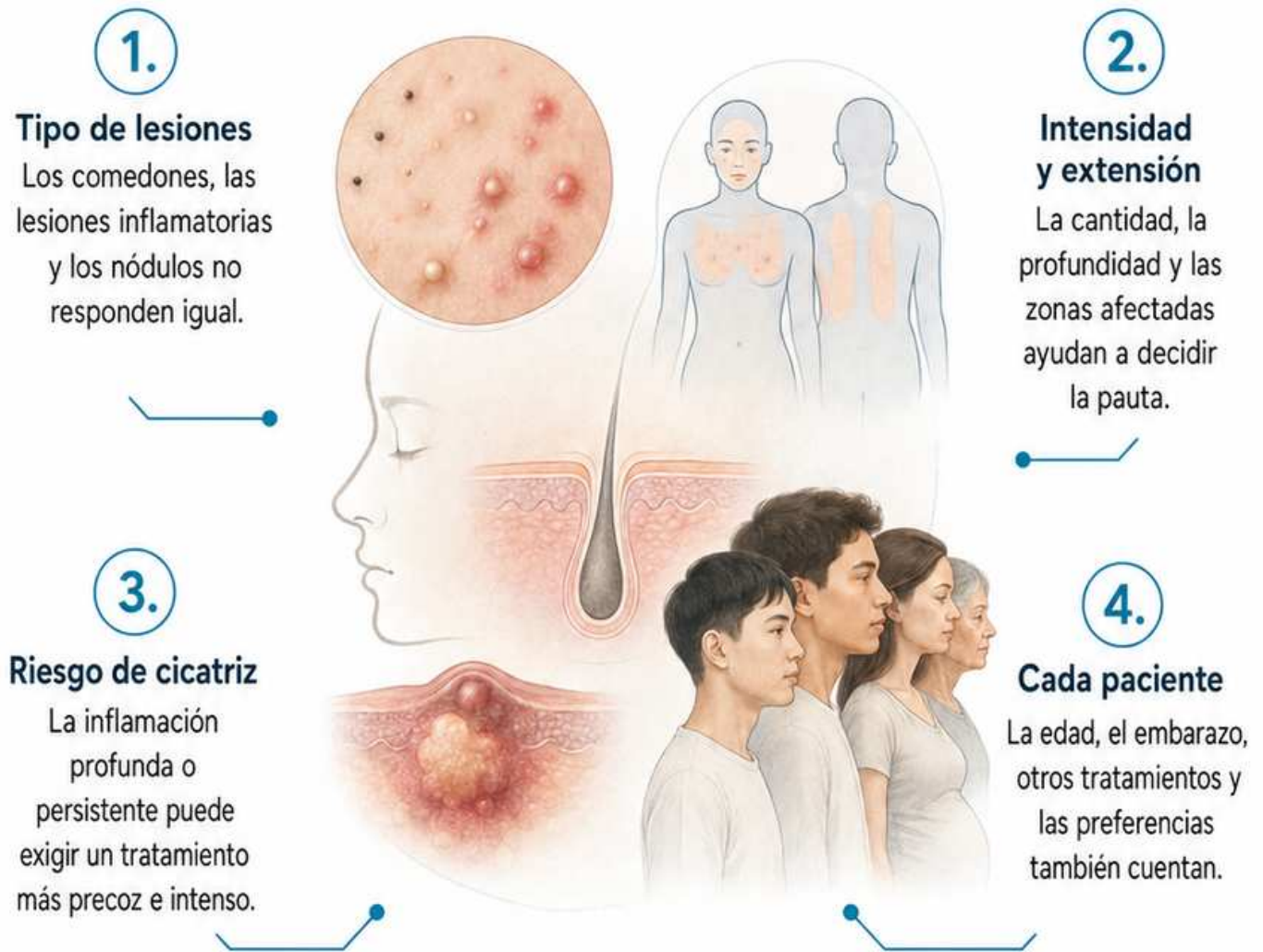
No se trata solo de contar granos. Hay que valorar la inflamación, el riesgo de cicatriz y el impacto en la calidad de vida.



Un diagnóstico correcto permite escoger el tratamiento más adecuado para cada paciente.

¿Cómo se elige el tratamiento?

No existe un único tratamiento para todos los tipos de acné.



El tratamiento se adapta a la piel y a la persona

Puede incluir cuidados cosméticos, medicamentos tópicos u orales y procedimientos médicos.



La elección debe revisarse según la respuesta y la tolerancia.

¿Por qué se combinan varios tratamientos?

El acné no depende de un único mecanismo.
Por eso, con frecuencia se actúa en varios puntos.

1.

Desobstruir el folículo

Los tratamientos comedolíticos ayudan a prevenir nuevos comedones.

2.

Reducir la inflamación

Las opciones se eligen según la intensidad y la profundidad de las lesiones.

3.

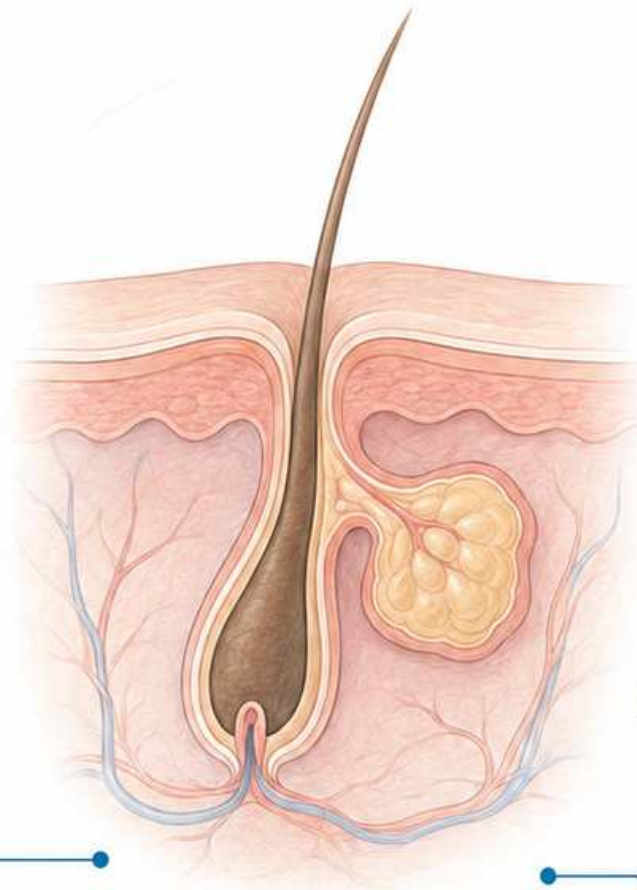
Controlar el entorno microbiano

Algunos tratamientos reducen la proliferación bacteriana sin eliminar la microbiota normal.

4.

Regular el sebo y la influencia hormonal

Cuando está indicado, pueden tratarse también estos factores.



El plan no es igual para todos

La combinación se adapta al tipo de acné, el riesgo de cicatriz, la tolerancia, los antecedentes y la respuesta.



Combinar tratamientos no significa usar más de lo necesario, sino actuar sobre los mecanismos relevantes en cada paciente.

Lo más importante sobre el acné

Comprenderlo ayuda a tratarlo mejor y a prevenir sus secuelas.

1. Es una enfermedad inflamatoria

Se origina en el folículo pilosebáceo.
No aparece por falta de higiene.



2. No todos los acnés son iguales

El tipo de lesión, la profundidad y el riesgo de cicatriz orientan el tratamiento.



3. El tratamiento se personaliza

Puede combinar cuidados, medicamentos y procedimientos según cada caso.



4. La constancia es fundamental

La mejoría es gradual y el mantenimiento ayuda a reducir las recaídas.



Tratar pronto puede cambiar la evolución

Controlar la inflamación reduce el riesgo de marcas y cicatrices.



Si el acné preocupa, duele o deja señales en la piel, conviene valorarlo.

¿Cuándo conviene consultar?

No hace falta esperar a que el acné sea intenso para pedir valoración.

1.

1. Lesiones profundas o dolorosas

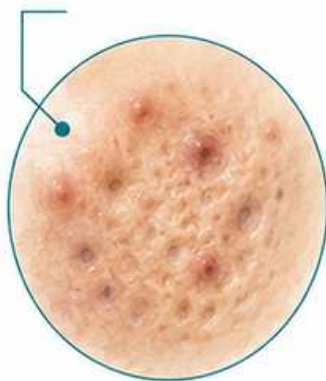
Los nódulos y quistes pueden dejar cicatriz y requieren valoración temprana.



2.

2. Marcas o cicatrices

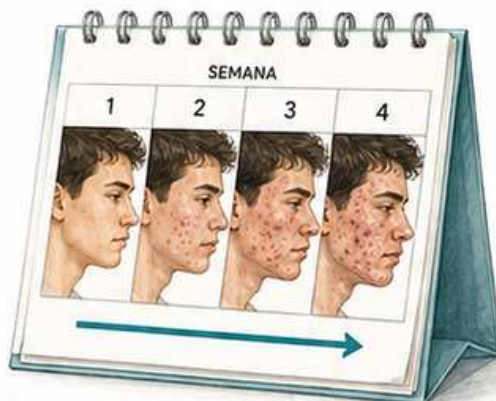
Si empiezan a aparecer, conviene revisar el tratamiento sin demora.



3.

3. Empeoramiento rápido

Un cambio claro en pocas semanas justifica una nueva valoración.



4.

4. Falta de mejoría

Si el tratamiento no funciona o no se tolera, puede ser necesario ajustarlo.



5.

5. Impacto emocional

El acné puede afectar a la autoestima y al bienestar, aunque parezca leve.



Consulta antes si algo te preocupa

La intensidad visible no siempre refleja cómo afecta el acné ni su riesgo de dejar cicatriz.



Una valoración temprana permite elegir el tratamiento adecuado y prevenir secuelas.

Bibliografía seleccionada

Fuentes científicas consultadas para elaborar esta guía



Guías clínicas y tratamiento

1. Reynolds RV et al. Guidelines of care for the management of acne vulgaris. J Am Acad Dermatol. 2024. PMID: 38300170.
2. Xu J et al. Management of acne vulgaris: summary of NICE guidance. BMJ. 2021. PMID: 34544730.
3. Eichenfield DZ et al. Management of Acne Vulgaris: A Review. JAMA. 2021. PMID: 34812859.



Fisiopatología, microbiota e impacto

4. Dréno B et al. The Skin Microbiome: A New Actor in Inflammatory Acne. Am J Clin Dermatol. 2020. PMID: 32910436.
5. Samuels DV et al. Acne vulgaris and risk of depression and anxiety: A meta-analytic review. J Am Acad Dermatol. 2020. PMID: 32088269.



Revisión médica

Dra. Marta Moratinos Martínez · Especialista en Dermatología



Esta guía tiene finalidad informativa y no sustituye una valoración médica individualizada.



¿Tienes dudas sobre tu piel?

Solicita valoración por un dermatólogo

En Clínica DermaMoratínos realizamos una valoración dermatológica completa para llegar a un diagnóstico preciso y ofrecer el tratamiento más adecuado para cada paciente.



**Escanea el QR para solicitar
tu cita**

Más información y artículos divulgativos
www.dermamoratinos.com



Sobre la autora

Dra. Marta Moratinos

Dermatóloga
Directora médica de
Clínica DermaMoratinos

Desde hace años acompaño a mis pacientes en el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades de la piel.

En estas guías comparto las preguntas que con más frecuencia escucho en la consulta y las respondo con un lenguaje claro, cercano y basado en la evidencia científica, para ayudar a comprender mejor cada enfermedad y sus opciones de tratamiento.

“**Mi objetivo es que cada paciente comprenda qué le ocurre y pueda tomar decisiones informadas sobre la salud de su piel.**”

ÁREAS DE ESPECIAL DEDICACIÓN:

- ✓ Acné
- ✓ Rosácea
- ✓ Alopecia
- ✓ Cicatrices
- ✓ Manchas cutáneas
- ✓ Láser dermatológico
- ✓ Cirugía dermatológica



Más artículos y guías en
dermamoratinos.com/blog



Madrid



910 694 032



Escanea para leer
más guías