



## PSEUDOFOLICULITIS DE LA BARBA, un problema del vello rizado y grueso

¿Sabías que el llamado “pelo encanado” es una afectación crónica que le ocurre del 10 al 83% de los varones que se afeitan? La Dra. Rosa Ortega, Profesora Titular de Dermatología de la Facultad de Medicina de Granada respondió en el pasado Congreso del Grupo Español de Dermatología Cosmética y Terapéutica de la AEDV en Madrid (13-15 noviembre) a las dudas más frecuentes y los últimos avances al respecto.

### **\*En qué consiste:**

Se trata de una afectación crónica. Sucede cuando el vello de la barba duro y rizado se revuelve y se introduce de nuevo en la piel, provocando una reacción inflamatoria. Después se puede sobreinfectar. Pero, ¡Cuidado! No hay que confundirla con la “Foliculitis” verdadera de la barba, que es desde el comienzo una infección clara y no está el pelo vuelto hacia la piel.

### **\*Las causas:**

- Habitualmente la pseudofoliculitis tiene lugar en las barbas densas, gruesas y rizadas con el pelo con tendencia a curvarse. Los afroamericanos son los principales perjudicados.
- Si se pasa excesivas veces la cuchilla o la máquina para "apurar" demasiado el afeitado, el problema se agrava.
- Influye afeitarse en dirección contraria a la de salida del pelo: hay que hacerlo a favor del mismo.
- También cuando hay una salida del pelo de forma anárquica (en distintas direcciones).

### **\*Las consecuencias:**

Este problema puede ocasionar distrés emocional, sobre todo en los hombres jóvenes que la padecen, al tratarse de un problema crónico y una alteración estética. En el plano físico, suele producir dolor o picor, comedones (pequeños quistes), hiperpigmentaciones e incluso cicatrices.

### **\*Los tratamientos:**

- Los exfoliantes cosméticos pueden ser muy útiles, eliminan las últimas capas, las más superficiales de la epidermis y favorecen la desaparición de los quistes que forman el pelo enclavado. Por un lado los físicos (jabones scrub: con antisépticos y micropartículas) y los más recomendados, los exfoliantes químicos como los alfa-hidroxiácidos (ácido glicólico y pirúvico entre otros) y los retinoides (ácido retinoico, adapaleno, tazaroteno, etc), por su poder comedolítico y antiinflamatorio.

- Antisépticos o antibióticos: el antiséptico más utilizado en dermatología es el gluconato de clorexidina al 4% en solución hidroalcohólica, ayuda a disminuir la inflamación.
- Los antibióticos pueden emplearse en forma de solución o en gel: el fosfato o clorhidrato de clindamicina al 1% o la eritromicina al 2 o 3%. Si estos antibióticos se asocian con peróxido de benzoilo al 5% se consigue que aparezcan menos gérmenes resistentes a estos antibióticos. También se pueden asociar con zinc y aumenta el poder antiinflamatorio. Otros antibióticos que pueden usarse si la inflamación y la infección son grandes son la mupirocina o el nadifloxacino en crema.
- El "lifting out", por parte del dermatólogo: Consiste en sacar el pelo enclavado en la piel con unas pinzas y a veces ayudados con una fina aguja desinfectada.
- Láser: preferiblemente Nd:YAG, o Alejandrita. Depende del tipo de pelo, de la mayor o menor densidad y del nº de lesiones, pero suele verse una clara mejoría con 3 o 4 sesiones realizadas cada 3 a 4 semanas.
- Dejar de afeitarse una temporada ayuda a mejorar el problema, realizando mientras el tratamiento que haya recomendado el dermatólogo.

**\*Consejos prácticos:**

-Además, es imprescindible a la hora de dedicarse al ritual de afeitado tratar de no apurar demasiado (sobre todo en el cuello), preferir el de tipo húmedo al seco y hacerlo más a menudo con menor intensidad en lugar de pocas veces y apurando demasiado. Las cuchillas deben renovarse asiduamente, ¡nada de mostrarse tacaño con ellas!.

**\*Por la Dra. Rosa Ortega, Profesora Titular de Dermatología de la Facultad de Medicina de Granada y miembro de la AEDV.**

***\*Recuerda añadir siempre junto al nombre del especialista “Miembro de la AEDV (Academia Española de Dermatología).***

**Prensa y Comunicación:**

Silvia Capafons 666501497 [silviacapafons@yahoo.es](mailto:silviacapafons@yahoo.es)

Marián Vilá 630975157 [marianvila@yahoo.es](mailto:marianvila@yahoo.es)

Marta Cámara 656826516 [martacamarabusto@yahoo.es](mailto:martacamarabusto@yahoo.es)