



W Z C A

L'acne è una malattia che affligge l'80% dei ragazzi e ragazze fra i 13 e i 18 anni ed è caratterizzata dalla comparsa sul volto, dorso e torace di lesioni della pelle di diversa forma e dimensione: i punti neri (comedoni), i brufoli (pustole), i noduli e le cisti. La **causa** del suo sviluppo durante la pubertà è l'aumento degli ormoni androgeni che provoca, a sua volta, un aumento della produzione di sebo. Il sebo, accumulandosi, causa il cosiddetto punto nero. A livello del punto nero ci può essere un'infezione batterica, che può dar luogo ai "brufoli". Alcuni fattori possono influire sull'andamento e gravità dell'acne, p.es. lo stress, il tipo di alimentazione, la pelle "grassa", ma non ne sono la causa.



Nella maggioranza dei casi l'acne scompare entro i 25 anni di età.

Per non peggiorare le lesioni occorre **evitare** di schiacciare i punti neri o le cisti superficiali in quanto si possono causare cicatrici.

Cambiamenti nella dieta possono migliorare l'acne in alcune persone, ma mancano studi che provino l'efficacia delle restrizioni dietetiche.

Sulla base degli studi condotti, **non ci sono invece prove circa l'efficacia dell'uso di saponi antibatterici o abrasivi**. Un'eccessiva igiene del viso potrebbe, in alcuni casi, peggiorare la situazione, in quanto espone le lesioni a possibili traumi. È sufficiente lavare delicatamente il viso due volte al giorno con un sapone neutro.

Generalmente l'acne migliora d'estate, ma non ci sono prove che l'esposizione ai raggi ultravioletti sia efficace nel trattamento della malattia.

In alcuni casi il **medico e/o il dermatologo** possono prescrivere una terapia farmacologica, che può proseguire per alcuni mesi, talvolta anche per 1-2 anni affinché si osservi un miglioramento.

Nei casi lievi è sufficiente una terapia locale, con gel o pomate da applicare sulla pelle (p.es. benzoinperossido, acido azelaico, creme contenenti antibiotici).

La terapia per bocca va riservata ai casi più gravi.

I farmaci più comunemente impiegati sono gli **antibiotici** (p.es. eritromicina, tetracicline) e la **pillola anticoncezionale**. Nei casi in cui sono presenti cisti si può prendere in considerazione l'uso di farmaci derivati della vitamina A (**retinoidi**), che devono essere prescritti dal dermatologo.

Nel caso di assunzione di farmaci, soprattutto se si tratta di retinoidi, bisogna seguire attentamente le indicazioni del medico e rivolgersi a lui per qualsiasi dubbio o problema che dovesse presentarsi durante la terapia.

Occorre tenere presente che durante l'inizio della gravidanza **i retinoidi, se assunti per bocca, possono causare gravi malformazioni del feto**. Le ragazze che assumono il farmaco devono eseguire il test di gravidanza prima di iniziare la terapia e usare due metodi contraccettivi (p.es. pillola e profilattico), non solo durante tutto il corso della terapia, ma anche nel mese precedente il suo inizio e per un mese dopo la sua interruzione.

