

FOLICULITIS

La foliculitis es un término un tanto inespecífico que se refiere a la inflamación del folículo piloso (en la práctica clínica, este término no incluye el acné vulgar). Puede ocurrir en cualquier parte de la piel, pero es más común en la cara, el cuello, las nalgas y los muslos.

La foliculitis afecta principalmente a la piel de los adultos más jóvenes. Se presenta como pequeñas, redondas y ligeramente elevadas espinillas llenas de pus o pústulas que se forman alrededor de los folículos pilosos, que se encuentran en el centro de cada lesión. Las zonas afectadas suelen causar molestias leves y las lesiones infectadas se hinchan y duelen. La comezón es común y con frecuencia la molestia es mayor.

Puede producirse sin que haya un motivo traumático. Las causas más comunes son infección por hongos o bacterias (*Staphylococcus aureus*) cuando el folículo ha sido dañado por el roce de la ropa, el afeitado diario, depilación, además de causas diversas. Cualquier persona puede sufrir foliculitis pero ciertas personas son más propensas debido a:

- Enfermedades inmunodepresoras.
- Afecciones de la piel.
- Cortes y heridas por diferentes motivos.
- Utilización de ropa que no transpira.
- Obesidad.
- Uso de instalaciones con agua sometidas a un incorrecto mantenimiento.
- Afeitado y depilación.

Síntomas

Generalmente los primeros síntomas que se observan en la infección micótica y bacteriana producida por la foliculitis es un ligero hinchazón de los folículos pilosos. Estos toman el aspecto de pequeños granos rojos que son atravesados por pelos.

Los síntomas más comunes son:

- Granitos rojos agrupados, en ocasiones de color blanco que se desarrollan alrededor de los folículos pilosos.
- Ampollas con pus que terminan por reventar formando costras.
- Piel inflamada y protuberancias de color rojo.
- Picazón, ardor y mucha sensibilidad en las áreas afectadas del cuero cabelludo y piel.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

También es posible que una vez pasada la infección se vuelva a sentir algunos de los síntomas. Esto es debido a un tratamiento insuficiente o una interrupción de la medicación antes de tiempo. Los síntomas de la foliculitis recurrente son:

- Infección reiterada. En poco tiempo aparecen efectos como si se hubiera vuelto a contagiar el sujeto.
- Ronchones grandes con mucho picor.
- Forúnculos con dolor.
- Manchas oscuras e hiperpigmentación permanente.
- Cicatrización por rotura de los folículos pilosos. Esto puede dar como resultado la pérdida de pelo permanente.

Recomendaciones

Para prevenir un daño mayor a los folículos pilosos e infección:

- Usar ropa suelta para evitar que la fricción irrite los folículos pilosos.
- Evitar en lo posible afeitarse el área (si es necesario afeitarse, use cada vez una cuchilla nueva y limpia o una máquina de afeitarse eléctrica).
- Mantener la zona limpia. Tomar a diario duchas de agua tibia (nunca caliente) una o dos veces al día. Pasar un algodón con alcohol o tintura de yodo por la zona afectada, por lo menos, tres veces al día.
- Utilizar ropa limpia para reducir las posibilidades de infección.

Tratamiento

El tratamiento dependerá del tipo de organismos o lesiones que cause la foliculitis. Se dirige a eliminar el agente causal, e incluye antibióticos tópicos u orales, o preparaciones antimicóticas. Ocasionalmente, se pueden recetar antihistamínicos para reducir la inflamación y la picazón. Asimismo, las compresas húmedas y calientes pueden ayudar a drenar los folículos afectados.

Tratamiento natural

Complementos alimenticios

CitroBiotic® BIO (líquido o comprimidos) (Extracto de semilla de pomelo) (Sanitas): Presenta propiedades antibacterianas y antiinflamatorias.

Cúrcuma Cursor® (Nutrinat Evolution): Es un agente antiinflamatorio y antibacteriano natural. La cúrcuma, se utiliza en la medicina ayurvédica tradicional de la India gracias a su acción anti-inflamatoria y purificador de la sangre.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Uso tópico

CitroBiotic® BIO (líquido) (Extracto de semilla de pomelo) (Sanitas): Se puede utilizar tanto para prevenir episodios de foliculitis (aplicándolo a la zona afeitada) como para tratar el folículo piloso infectado.

La aplicación de compresas calientes con unas gotas de **aceites esenciales de Bergamota, Lavanda o Manzanilla** también es una manera de curar la foliculitis. Este tratamiento ayuda a que rompa y a que comience a limpiar el folículo piloso infectado.