

CASPA

La caspa es un proceso natural consecuencia de una alteración del funcionamiento del cuero cabelludo.

Estructura de la piel y del cuero cabelludo

La piel es el órgano más extenso del cuerpo, con una superficie media de 1,6 m² y un peso aproximado de 4 kg. Está constituida por tres capas sucesivas, la epidermis, la dermis y la hipodermis. La función principal de la piel no es sólo la de actuar como barrera impermeable o defensiva contra las agresiones externas, sino que además regula la pérdida de calor del organismo y transmite los estímulos que le llegan.

La piel del cuero cabelludo sólo difiere de la del resto del cuerpo por la abundancia de folículos pilosos de gran tamaño, drenados por las glándulas sebáceas. Estas glándulas secretan una sustancia llamada sebo, formada por una mezcla de grasas, colesterol y proteínas, que lubrica el pelo y evita que éste se reseque. La actividad de las glándulas sebáceas se ve aumentada en la pubertad y difieren en número y actividad entre diferentes personas.

En el estudio de la caspa, nos centraremos en la anatomía y funcionamiento de la epidermis, por ser la estructura que se encuentra relacionada con esta alteración del cuero cabelludo. La epidermis es la primera barrera de protección del organismo por ser el revestimiento más externo de la piel. Está constituida por cuatro capas de células perfectamente estratificadas: estrato basal, estrato espinoso, estrato granuloso y estrato córneo (fig. 1).

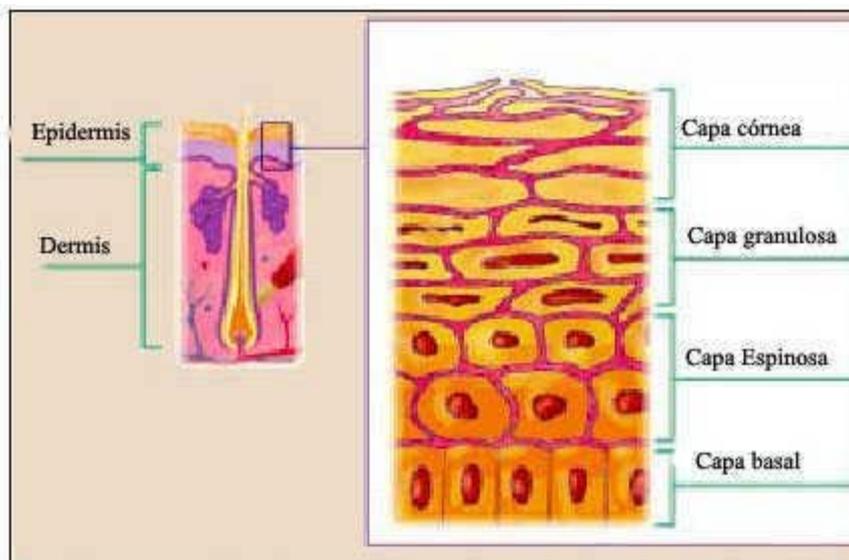


Fig. 1. Sección de la epidermis.

La epidermis se encuentra en continua renovación. Las células del estrato basal, los queratinocitos, son las únicas células que se dividen y diferencian. Las células hijas que se forman en esta capa migran hacia la superficie, pasando por un proceso de maduración específica (pierden el núcleo, se queratinizan y se vuelven planas) hasta formar la capa protectora impermeable denominada estrato córneo. Las células córneas o corneocitos, se desprenden continuamente de la superficie de la

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.

piel en una continua descamación. Normalmente, la epidermis del cuero cabelludo, como la del resto del cuerpo, se renueva regularmente cada 28 días. Este cambio es microscópico y pasa inadvertido; sin embargo, existen algunas ocasiones en las que la liberación de corneocitos es masiva y visible, como ocurre en el caso de las personas que padecen el problema de la caspa.

La caspa (*Pityriasis capitis*) se define como una descamación excesiva del cuero cabelludo acompañada de prurito leve pero sin signos clínicos de inflamación. El mecanismo de aparición de la caspa es consecuencia de un aumento de la velocidad de descamación de la epidermis, en el que las células de la capa basal precisan la mitad del tiempo que en un cuero cabelludo no afectado para alcanzar el estrato córneo. Esta proliferación anormal provoca un incremento del número de células córneas, acompañado de una anómala cimentación, que se traduce en la aparición de grandes agregados de células córneas en el cuero cabelludo.

A veces puede confundirse el diagnóstico de la caspa con el de la dermatitis seborreica, debido a que presentan una sintomatología semejante. Sin embargo, a diferencia de la caspa, la dermatitis seborreica se caracteriza por una inflamación y descamación en áreas con una alta concentración de glándulas sebáceas, como el cuero cabelludo, cejas, frente, pestañas, regiones retroauriculares y pliegues nasofaríngeos.

Tipos de caspa

Según el tipo de caspa pueden distinguirse dos formas clínicas: seca y seborreica.

Forma seca o Pityriasis simplex

Es la forma más frecuente y no suele asociarse alopecia o eritema. Las personas que padecen este tipo de caspa presentan un cuero cabelludo seco, falto de brillo y áspero. Las escamas son finas, de tono blanco-grisáceo, más o menos adherentes, que pueden desprenderse después del peinado o de forma espontánea, y quedar entre los tallos del pelo y caer sobre la ropa.

Forma seborreica o Pityriasis steatoides

Este tipo de caspa, además de descamación, está asociada a un aumento de la producción de grasa (hiperseborrea) y puede cursar con alopecia. En este caso, el cabello presenta un aspecto aceitoso y brillante, con escamas amarillentas, más gruesas y adherentes, empapadas en una película de grasa.

Causas

Mecanismos desencadenantes

No se conoce cuál es la causa específica o los estímulos que provocan la aparición de la caspa. Sin embargo, se ha observado que existen una serie de factores determinantes que influyen en el desorden funcional de la epidermis. Estos factores están asociados a la estación climatológica del año, a la cinética mitótica de las células del estrato basal, al estado hormonal del individuo y a la actividad metabólica de microbiota del cuero cabelludo.

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.

Condiciones ambientales

Aunque no existe una explicación científica, las estadísticas muestran que la caspa se manifiesta de forma más aguda en invierno (octubre-diciembre) pero decrece en verano.

Actividad hiperproliferativa de la epidermis

La aparición de la caspa está relacionada con un incremento en la actividad mitótica de las células del estrato basal de la epidermis del cuero cabelludo. En estas condiciones de hiperproducción celular, el recorrido completo de los queratinocitos desde la capa basal hasta el estrato córneo tarda la mitad de tiempo (14 días) que en un cuero cabelludo no afectado. Las células de la capa córnea no tienen tiempo suficiente para queratinizarse o se queratinizan de forma deficiente (paraqueratosis), originado un aumento en el número de células que se liberan dando lugar a la formación de escamas engrosadas.

Aunque se desconocen los mecanismos que provocan la aceleración del proceso normal de renovación celular, el padecer estados de tensión o ansiedad, así como ingerir una alimentación rica en grasas e hidratos de carbono, puede agravar el problema.

Desequilibrio hormonal

La caspa se manifiesta con igual frecuencia en ambos sexos. Normalmente aparece en la pubertad y va aumentando progresivamente hasta los 30 años; sin embargo, es extraño ver casos de caspa en personas mayores o en niños. La edad de incidencia de la caspa sugiere la existencia de una relación directa con la actividad hormonal del individuo, ya que su aparición coincide con un período de elevada actividad de las glándulas sebáceas.

Flora microbiana

Aunque de forma incierta, se ha relacionado la aparición de la caspa con la actividad de la flora microbiana saprófita del cuero cabelludo. En condiciones normales, la población microbiana de esta zona está formada por cocos aerobios (*Staphylococcus epidermidis*), corinebacterias anaeróbicas (*Propionibacterium acnes*) y dos especies de levaduras (*Pityrosporum ovale*, actualmente conocido como *Malassezia furfur*, y *Pityrosporum orbiculare*). Sin embargo, se ha observado que las personas que padecen el problema de la caspa tienen incrementada la población de *Malassezia furfur*, hasta llegar a constituir el 75% del total de la microbiota del cuero cabelludo. La presencia de un exceso de grasa favorece la multiplicación y desarrollo de este microorganismo, debido a que puede degradar los triglicéridos que constituyen el sebo. Este hecho da lugar a un incremento en la cantidad de ácidos grasos libres existentes en el cuero cabelludo, los cuales poseen una fuerte capacidad irritante que puede provocar la estimulación de la mitosis en las células de la capa basal, además de ser una de las posibles causas que originan los intensos picores del cuero cabelludo, que se dan en estas circunstancias.

Otros factores que se han asociado con este trastorno son deficiencias de nutrientes, como vitaminas del complejo B, ácidos grasos esenciales y selenio.

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.

Tratamiento

Debido a que la formación de la caspa puede ser consecuencia de un proceso multifactorial, las formulaciones anticaspa actuales se presentan en diferentes formas cosméticas y contienen varios principios activos encaminados a corregir individualmente cada una de las causas que pueden originarla y aliviar sus consecuencias.

Los principios activos utilizados con esta finalidad son los siguientes:

- Antifúngicos. Inhiben la proliferación de microorganismos, especialmente frente a la levadura *Malassezia furfur*.
- Citostáticos. Regulan el ciclo de renovación celular del cuero cabelludo.
- Antiseborreicos. Normalizan la secreción de las glándulas sebáceas.
- Queratolíticos. Eliminan la acumulación de escamas del cuero cabelludo.
- Antipruritos. Alivian los picores y enrojecimiento que acompañan los procesos de caspa.

Complementos alimenticios

Ácidos grasos (Aceite de linaza 1.000 mg (HealthAid), Aceite de onagra 1.300 mg (Nutrinat Evolution): Ayudan a aliviar el prurito y la inflamación. Esenciales para la salud de la piel y del cuero cabelludo.

Hair10 (Nutrinat Evolution): Contiene múltiples ingredientes como vitaminas del grupo B, minerales, aminoácidos esenciales y AnaGain™ Nu (extracto de brotes de guisante), que estimulan el crecimiento del cabello y combaten su caída. Además, fortalecen la fibra capilar y ayudan a prevenir la rotura del cabello, mejorando su hidratación, flexibilidad, brillo y volumen. Asimismo, es adecuado para hombres y mujeres de todas las edades.

Hair-vit (HealthAid), por su combinación en:

- Vitaminas del complejo B: Son necesarias para la salud de la piel y del cabello.
- Zinc: La forma como actúa se debe a sus efectos antimitóticos, antiproliferativos, queratolíticos (reduce el número de cornecitos) y en parte a su actividad antifúngica y antibacteriana (produce una inhibición frente a un amplio espectro de bacterias Gram+ y Gram- e inhibe también el crecimiento de hongos y levaduras).
- Aminoácidos: Necesarios para la reparación de todos los tejidos y para el adecuado crecimiento del cabello. La L-Cisteína es necesaria para la flexibilidad de la piel y para la textura del cabello.

Selenio Active® (Nutrinat Evolution), dado que aporta:

- **Selenio:** Ayuda a controlar la resequedad del cuero cabelludo.
- **Vitamina A:** Ayuda a prevenir la resequedad de la piel. Útil para curar los tejidos.

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.

- **Vitamina C:** Previene el daño de los tejidos del cuero cabelludo y ayudan a su curación.
- **Vitamina E:** Mejora la circulación.

Kelp (HealthAid): Proporciona los minerales necesarios, en especial yodo, para promover el crecimiento del cabello y la curación del cuero cabelludo.

De forma tópica, recomendaríamos la aplicación de **Champú de Tepezcohuite**. El tepezcohuite parece ejercer propiedades antimicrobianas, antiinflamatorios y regeneradoras celulares. Se debe dejar reposar durante 5 minutos para que realice sus efectos.