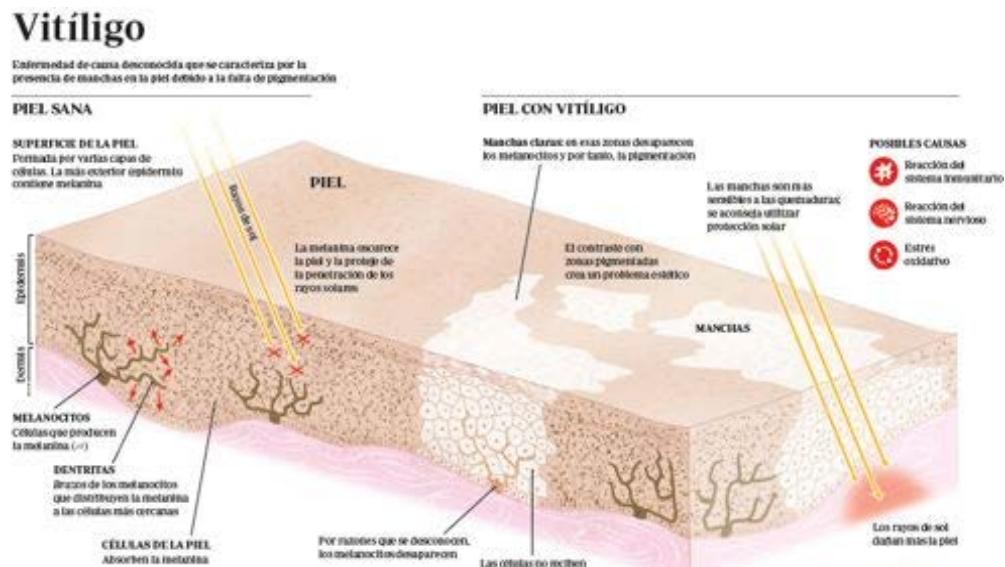


VITÍLIGO

El vitíligo, también llamado leucoderma, es una enfermedad de la piel en la que hay una pérdida de color (pigmento) en determinadas zonas que ocasiona la aparición de manchas blancas e irregulares. Éstas son debidas a la pérdida de melanocitos, que son las células encargadas de la pigmentación de la piel.

El principal problema que ocasiona el vitíligo es su impacto psicológico. Realmente, no es perjudicial para la salud. Aunque no tiene curación definitiva y suele empeorar con el tiempo, puede mejorar si se recurre al tratamiento adecuado.



Causas

Aunque su causa real se desconoce, el vitíligo aparece cuando las células inmunitarias destruyen los melanocitos, encargados de generar la melanina. Se piensa que puede tener algún factor hereditario, ya que en el 25% de los pacientes hay antecedentes de algún familiar cercano enfermo de vitíligo.

Afecta al 1 o 2% de la población mundial, tanto a hombres como mujeres y a cualquier edad, aunque existe una mayor prevalencia en mujeres y en el intervalo de edad de 10 a 30 años. Es de carácter progresivo y de curso imprevisible.

Existen varias hipótesis sobre la aparición del vitíligo:

- Estrés oxidativo: por la inactivación e incluso destrucción del melanocito debido a la formación y acumulación de radicales libres.
- Autoinmune: el propio sistema inmune del paciente reconoce a los melanocitos como una amenaza y los elimina. El vitíligo se asocia con otras

enfermedades autoinmunes como la tiroiditis de Hashimoto o la enfermedad de Addison.

- Neurógena: en las terminaciones nerviosas se libera alguna sustancia que es tóxica para las células que dan color a la piel.
- Autodestrucción: los melanocitos se destruyen a sí mismos; se cree que por exceso de función.
- Genética: los melanocitos están más vulnerables a agresiones extracelulares.
- Bioquímica: los melanocitos no se destruyen, sino que se desactivan.
- Nutricional.

Síntomas

Los síntomas del vitíligo son muy característicos. En la piel aparecen manchas blancas con textura de piel normal. Estas manchas se localizan en cualquier parte del cuerpo aunque normalmente se notan más en las manos, pies, brazos, la cara o los labios. El vitíligo es más evidente en las personas de piel oscura. Ocasionalmente aparecen pequeños puntos oscuros dentro de la zona más clara.

Las manchas suelen aparecer en situaciones de estrés, tensión emocional, por un traumatismo localizado, o bien por quemaduras (especialmente solares). El pelo de estas zonas es inicialmente oscuro y, posteriormente, se torna blanco.

Características de la piel con vitíligo

- Los queratinocitos tienen características proinflamatorias.
- La epidermis presenta una baja actividad catalasa.
- Elevado estrés oxidativo.
- Déficit de calcio.
- Déficit de vitamina B12 y ácido fólico.

Tipos de vitíligo

Existen varios tipos de vitíligo según su forma de aparición:

- Localizado exclusivamente en manos o cara: esta es la forma más habitual.
- Segmentario: sigue el recorrido de un nervio. Aparece como gruesas líneas a lo largo de la piel, en un lado del cuerpo. Este tipo casi nunca se extiende más allá de la región inicial. Una vez que aparece, es muy estable.
- Generalizado: en varias zonas corporales, próximas unas a otras. A menudo con una disposición simétrica en ambos lados del cuerpo.
- Disperso: se encuentra en distintas zonas, alejadas unas de otras.
- Universal: por casi toda la superficie del cuerpo.

Tratamiento

No hay un tratamiento para el vitíligo que sea del todo satisfactorio, pero se han conseguido algunos resultados bastante notables. El tratamiento siempre deberá ser específico para cada paciente, según su tipo de afección. El tratamiento de las enfermedades que pueden acompañar al vitíligo no influye en la evolución del trastorno en cuestión.

Lo más importante en primer lugar es la fotoprotección, ya sea con cremas solares o con ropa, para evitar quemaduras que puedan dar lugar a la formación de más lesiones. Estas cremas solares, además de proteger la piel enferma, limitan el bronceado de la piel sana; de este modo se intenta conseguir un tono uniforme de piel que permita ocultar las manchas en la medida de lo posible. Puede acompañarse, además, de técnicas de camuflaje como el maquillaje o los autobronceadores, que no son dañinos para la piel con vitíligo.

También ayudará al paciente mantener una dieta rica en frutas y vegetales, ya que estos contienen vitamina C, que funciona como un potente antioxidante y fotoprotector.

En tratamiento tópico se usan corticoides potentes como el valerato de betametasona al 0,1% o clobetasol al 0,05%, valorando siempre los efectos secundarios que conllevan. Otros tratamientos tópicos incluyen principios activos como tacrolimus o pimecrolimus, con resultados bastantes satisfactorios.

El tratamiento más efectivo para pacientes mayores de 10 años es el PUVA oral (fotoquimioterapia). Logra repigmentaciones hasta en un 40-50% de los casos. Consiste en la ingesta de psoralenos dos horas antes de la exposición a rayos UVA. Se realizan 2-3 sesiones por semana durante 6-18 meses. Con ello se estimula a los melanocitos que aún funcionan. Este tratamiento tiene una eficacia del 80%, aunque no hay buenos resultados en las lesiones de genitales, manos y pies. No se aconseja la PUVA oral en niños menores de 10 años. Los efectos adversos incluyen náuseas, molestias digestivas, sequedad y envejecimiento de la piel.

La despigmentación tiene como objetivo unificar el color de la piel en pacientes con un vitíligo muy extenso o en los que fracasó el PUVA. Se realiza un blanqueado de la piel normal mediante cremas con monobenciléter de hidroquinona al 20% dos veces al día. Tarda dos o tres meses en iniciarse una respuesta a este tratamiento, y hasta 12 o más para completarlo. El resultado final es que toda la piel del enfermo se torna de un blanco tiza, similar al de las lesiones del vitíligo. Debe tenerse en cuenta que es un proceso irreversible, es decir, que una vez que se han conseguido resultados, la piel nunca vuelve a su estado normal. Existen también algunos efectos adversos como sequedad, picor, enrojecimiento e incluso dermatitis.

En vitíligos estables se han empleado técnicas quirúrgicas. Se trasplantan melanocitos activos desde otras áreas del cuerpo del paciente. Esta técnica puede ser útil para manchas segmentarias.

Complementos alimenticios

Radiance Optim (Nutrinat Evolution): Contiene ingredientes que combaten el estrés oxidativo de los melanocitos y favorecen la recuperación celular frente a las radiaciones y sustancias con efecto inmunomodulador/fotoprotector.

Sun Active® (Nutrinat Evolution) que contiene ingredientes como:

- **Betacaroteno:** El betacaroteno, como antioxidante que es, puede ayudar en el tratamiento del vitíligo al proteger a los melanocitos (células que producen la melanina) del daño oxidativo y promover la migración de nuevos melanocitos, lo que contribuye a la repigmentación de la piel.
- **Vitamina C.** Muchos pacientes con vitíligo también tienen deficiencia de vitamina C. La deficiencia de vitamina C es más común de lo que muchos creen y para los pacientes con vitíligo, es esencial para ayudar a retrasar el daño celular, combatir los radicales libres y para construir el colágeno necesario para huesos, articulaciones, ligamentos y piel sanos.
- **Vitamina D.** Muchas personas con vitíligo son sensibles al sol y algunos de los tratamientos convencionales pueden causar una sensibilidad severa al sol. Debido a esto, la incorporación de muchos alimentos ricos en vitamina D en la dieta es vital y puede ser necesaria la suplementación.

Vitaminas B99 (Nutrinat Evolution)/B-Complex con Vitamina C (Terranova) (especialmente el ácido fólico y la vitamina B12): El aporte de vitaminas (ácido fólico, vitamina B12) es beneficioso en el proceso de pigmentación de la piel. Los pacientes con vitíligo presentan niveles de ácido fólico y vitamina B12 por debajo de lo normal.

Omega 3-6-7-9 (Nutrinat Evolution): Rico en ácido linoleico (Omega-6) y ácido gamma-linolénico (Omega-3), ácidos grasos precursores de prostaglandinas, las cuales intervienen en la regulación de la función inmune o la respuesta inflamatoria.

Hongos medicinales

Reishi (*Ganoderma lucidum*), extracto puro (Hawlik): Actúa a nivel de las células llamadas melanocitos que son las células de la piel responsables de la pigmentación, ayudando de esta manera a recuperar la producción de melanina y recuperando poco a poco la coloración de la piel.