

## **LIQUEN ESCLEROSO / LIQUEN SIMPLE CRÓNICO**

El liquen escleroso es una afección de la piel que puede provocar comezón, sarpullido y formación de cicatrices. Por lo general, afecta a las áreas genitales y anales, pero también se puede tener liquen escleroso en otras partes del cuerpo.

Si una mujer tiene liquen escleroso (LE), también es posible que desarrolle liquen simple crónico. El liquen simple crónico se produce cuando la piel de la vulva (la parte exterior de la vagina) y del área alrededor de esta se vuelve más gruesa a causa de la comezón continua y de rascarse con frecuencia.

El liquen escleroso es más común en las mujeres después de la menopausia. Sin embargo, cualquier persona puede desarrollar liquen escleroso, incluidos los hombres y los niños.

### **Causas**

Los médicos no saben cuál es la causa exacta del liquen escleroso.

Los principales factores de riesgo pueden ser:

**Factores genéticos.** El liquen escleroso parece ser más frecuente en algunas familias. Las personas con predisposición genética al LE pueden desarrollar los síntomas después de sufrir un traumatismo, una lesión o un abuso sexual.

**Trastornos del sistema inmunitario.** Las personas con liquen escleroso son más propensas a desarrollar ciertas enfermedades autoinmunes, que se producen cuando el sistema inmunitario ataca por error y destruye los tejidos sanos del cuerpo. Entre estas, se encuentran ciertas enfermedades de la tiroides, la anemia, la diabetes mellitus, la alopecia areata y el vitíligo.

**Infecciones.** Los investigadores han tratado de identificar un microorganismo responsable del LE, pero ningún dato ha mostrado claramente que el liquen escleroso sea infeccioso.

El liquen escleroso no es contagioso, por lo tanto no se puede transmitir por contacto o por relaciones sexuales.

### **Síntomas**

A veces, el liquen escleroso no tiene ningún síntoma. Si se presentan síntomas, estos pueden incluir:

- Manchas lisas, brillantes, blancas en la piel.
- Piel delgada, arrugada y que puede lastimarse con facilidad.
- Piel rojiza o amoratada, escamosa o agrietada.
- Sangrado o ampollas en el área afectada.
- Comezón, dolor o molestias en el área afectada.
- Dolor al orinar.
- Dolor durante las relaciones sexuales.

### **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.

- Evacuaciones del intestino dolorosas y estreñimiento (si el liquen escleroso se presenta en el área anal).

Los síntomas del liquen simple crónico pueden incluir:

- Comezón alrededor de la vulva.
- Piel oscura o rojiza alrededor de la vulva.
- Cortes pequeños en la vulva o alrededor de esta.

### **Hábitos higiénico-dietéticos**

En general, no utilizar ropa ajustada.

Evitar los perfumes femeninos en aerosol, que pueden provocar irritación.

Usar un limpiador suave para la piel. Busque productos diseñados para pieles sensibles.

No utilizar trajes de baño ni ropa mojada durante períodos prolongados.

Evitar los suavizantes de ropa y las toallitas suavizantes para secadora.

El estrés es uno de los factores importantes que contribuyen a esta enfermedad. Las técnicas de meditación y relajación ayudarán a equilibrar el sistema.

La alimentación es importante porque puede influir en el sistema inmunitario, en la salud de la piel y de las mucosas.

### **Tratamiento**

Estas afecciones no siempre pueden curarse, pero pueden manejarse. El liquen escleroso sobre la piel de los genitales suele necesitar tratamiento. Aun cuando no produzca dolor ni picor, los parches suelen producir cicatrices, lo cual causa problemas con la micción o las relaciones sexuales. Asimismo, existe una posibilidad, aunque muy pequeña, de que se desarrolle un cáncer de piel.

Normalmente, la cirugía es una buena opción para los hombres, ya que la circuncisión, o extirpación de la piel del prepucio del pene, es el método quirúrgico más empleado para los hombres con liquen escleroso. En estos casos, la enfermedad ya no vuelve a aparecer.

Sin embargo, la cirugía no es una buena opción para las mujeres, ya que los parches de liquen escleroso extirpados de los genitales de chicas y mujeres suelen volver a aparecer.

El tratamiento del liquen escleroso también suele incluir la aplicación de cremas con corticoides sobre la piel. Estas cremas suelen emplearse diariamente durante varias

### **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.

semanas para aliviar el picor y luego dos veces por semana para prevenir la reaparición del liquen.

Otras opciones de tratamiento son pomadas a base de:

- Retinoides (suplementos similares a la vitamina A), como isotretinoína o retinol.
- Tacrolimus.

Un baño de asiento (en que se sienta sobre una pequeña cantidad de agua tibia de unas pocas pulgadas de profundidad) puede ayudar a aliviar molestias provocadas por la comezón y por rascarse. Las cremas antihistamínicas también pueden ayudar a aliviar el dolor.

### **Complementos alimenticios**

**Omega 3679 (Nutrinat Evolution):** En la menopausia, los tejidos del área genital pierden esponjosidad, algo que puede comportar sequedad, irritación y dolor en las relaciones sexuales, y que puede agravar el liquen vulvar. Un aporte adecuado de ácidos grasos omega 3, 6,7 y 9 puede mejorar la hidratación y lubricación de la zona.

**Aceite de onagra 1.300 mg (Nutrinat Evolution):** Rico en ácido gamma-linolénico (GLA), que ayuda a reducir la inflamación.

### **Hongos medicinales como:**

**Reishi, extracto puro (Hawlik):** Además de la actividad inmunomoduladora de su fracción polisacárida contiene triterpenos con actividad antioxidante, antihistamínica y antiinflamatoria, convirtiéndolo en el hongo antiinflamatorio por excelencia. El extracto de Reishi es además un importante ansiolítico y adaptógeno hormonal, por lo que puede tomarlo antes de acostarse junto con una infusión en situaciones de estrés o agotamiento mental.