

VERRUGAS

La verruga es una pequeña excrecencia cutánea, dura y rugosa; su origen se debe a la acción de un virus que penetra en la piel, debido a un desgaste cutáneo o erosión, produciendo una proliferación celular anormal. El virus responsable es del grupo llamado VPH, siglas del virus del papiloma humano.

Factores que intervienen en su aparición

Existe una predisposición de algunos individuos en padecer este problema, además, la aparición de verrugas se ve favorecida por situaciones de disminución de defensas. La mayoría de dermatólogos piensan también en la presencia de factores psicosomáticos para la aparición y persistencia de las verrugas.

Niños e individuos jóvenes sufren con más frecuencia de verrugas. Las edades más frecuentes están entre los 12 y 17 años.

Las áreas del cuerpo más afectadas son las sometidas a roces y traumatismos, como las manos, codos y rodillas.

Actividades como el afeitado en los hombres, usar determinados calzados, andar descalzo en piscinas, posturas o hábitos como por puede ser morderse o chuparse los dedos, etc., están en el origen de erupciones de verrugas.

En definitiva, si la piel está húmeda, sometida a roces y traumatismos repetidos, la aparición de verrugas se ve favorecida.

Tipos de verrugas

Se pueden clasificar en función del tipo de VPH responsable, existiendo unos 80 tipos diferentes aislados.

Los más frecuentes según el lugar de implantación son:

- * Verrugas vulgares: De color piel, grisáceas. Aparecen con frecuencia en las manos, rodillas, barba y cuello, solas o en erupciones. Raramente devienen malignas.

- * Verrugas plantares: De color piel, grisáceas. Aparecen en la planta del pie, crecen en profundidad por debajo de la capa córnea. Pueden ser muy dolorosas a la presión, como al andar.

- * Verrugas planas: De color piel, grisáceas. Suelen ser más pequeñas y menos rugosas, se producen en la cara, con el afeitado, dorso de manos o en las piernas de las mujeres. Suelen extenderse con gran facilidad.

- * Verrugas anogenitales: Son de color rosado, blanco. Se denominan a “grosso modo” condilomas acuminados, que es el tipo genital más frecuente. Suelen ser

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.

indoloras, pero pueden ir acompañadas de secreciones mucosas que provocan mal olor. Acompañan a menudo alteraciones de la flora local como candidiasis vaginal, tricomoniasis o infecciones declaradas de sífilis y gonorrea.

Dieta y nutrición para las verrugas

- Algunos especialistas recomiendan disminuir la cantidad de grasas saturadas y de proteína animal.
- En general conviene comer muchos alimentos ricos en azufre (ajo, brócoli, cebolla, coles de Bruselas y repollo)
- Los vegetales ricos en vitamina A o betacaroteno cuidan de la piel y mucosas (albaricoque, calabaza, zanahoria, etc.)
- El zinc es un mineral que protege el sistema inmune, por ello es importante aumentar el consumo de pepitas o semillas de calabaza, polen de abejas, etc.
- Las verrugas con el tiempo pueden volverse cancerosas. Por ello, es importante incluir en la dieta alimentos ricos en selenio como nueces y ajo.
- Una dieta depurativa a base de frutas desintoxica y aporta muchísimos nutrientes antioxidantes. Esta dieta se podría hacer durante varios días según el caso y la persona (consultar con el especialista de la salud).

Tratamiento convencional para eliminar las verrugas

Antes de recurrir a la resección quirúrgica, la crioterapia o el láser, conviene indicar que las verrugas suelen presentar remisiones espontáneas.

Los dermatólogos indican muy buenos resultados con el aparato de coagulación por infrarrojos. El láser puede dejar cicatrices dependiendo de los casos y de quien lo maneje. La crioterapia a veces resulta dolorosa.

La aplicación de una crema a base imiquimod es especialmente eficaz para las verrugas genitales.

Tratamiento natural

Uso oral

Inmunoestimulantes y antioxidantes

Debido a la relación entre los déficits inmunitarios y la aparición de verrugas, el tratamiento oral de las verrugas comprendería el empleo de complementos alimentarios inmunoestimulantes y antioxidantes con la intención de ayudar a mantener su equilibrio inmunológico dentro de la normalidad:

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.

Inmunoestimulantes:

Imunal (Lusodiete), que combina equinacea, shiitake y própolis, sirve de apoyo para un sistema inmunitario saludable.

Astrágalo, Saúco y Ajo Complex (Terranova) que ayuda a proteger el sistema de defensa del organismo.

Antioxidantes como **Antiox Care® (Nutrinat Evolution)**, que incluye **glutación, brócoli, vitaminas B, C y E, zinc y selenio** que pueden ser beneficiosos gracias a sus propiedades inmunotónicas y antioxidantes.

Uso tópico

- **CitroBiotic® BIO líquido (extracto de semilla de pomelo) (Sanitas):** Con un algodón empapado, aplicar especialmente en la base y el pedículo. Repetir varias veces al día. Pueden ser necesarias varias semanas de tratamiento continuado para obtener unos resultados óptimos. Evitar las zonas cercanas a los ojos o los genitales.
- **Vitamina E natural 200 UI (HealthAid):** Se recomienda cubrir la verruga con el contenido de una cápsula, frotar el aceite, y después, colocar una venda adhesiva. El procedimiento debe repetirse 3 veces al día, retirar el vendaje y dejarlo respirar por la noche, luego reiniciar por la mañana, hasta eliminar la verruga.

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.