

Fecha: 21-07-2025  
 Medio: La Estrella de Antofagasta  
 Supl.: La Estrella de Antofagasta  
 Tipo: Noticia general  
 Título: **Dermatólogo explica si la pasta de dientes sirve o no para las espinillas**

Pág.: 14  
 Cm2: 439,2  
 VPE: \$ 363.638

Tiraje: 6.200  
 Lectoría: 28.739  
 Favorabilidad: ☐ No Definida

## [TENDENCIAS]

# Dermatólogo explica si la pasta de dientes sirve o no para las espinillas

Costumbre es intrínseca a la adolescencia. Dice que utilidad es poca y que, por el contrario, puede aumentar la herida.

V.BV

**P**onerse dentífrico en la cara es parte de la cultura popular al momento de combatir la aparición de granitos o espinillas, pero ¿es realmente efectivo? El académico de Dermatología en la Universidad de Santiago (Usach), Héctor Fuenzalida, explicó que esta idea estaría basada "en que se tiene algunos elementos químicos en la pasta dental, particularmente algunas moléculas oxigenadas, que producen un rescamiento de las lesiones inflamatorias. De ahí que pudiera tener algún grado de utilidad".

Sin embargo, la pasta de dientes "a veces puede irritar y producir un efecto mayor de daño con heridas en las zonas donde se aplica. También puede inducir secundariamente la aparición de manchas en la piel en aquellas zonas donde se aplique, entonces hay que tener ciertos cuidados y restricciones en su uso", agregó el también jefe del Programa Dermatología y



ES NECESARIO ANALIZAR LA GRAVEDAD DEL MALESTAR ANTES DE APLICAR UN PRODUCTO DERMATOLÓGICO.

Venereología.

Cuando el daño es mayor y ya existe acné, el dermatólogo subrayó que existen "alimentos que aumentan el acné. Los azúcares, todo lo que tiene hidrato de carbono, los chocolates y particularmente los lácteos y sus derivados. Ya sea leche, queso, quesillo, mantequilla, crema, aún cuando sean libres de

lactosa o que sean descremados, son las proteínas de los lácteos las que inducen importante desarrollo de acné en los adolescentes. Entonces hay que tener una dieta más restrictiva en ese sentido".

En segundo lugar, y antes de aplicarse cualquier tratamiento, el académico recomendó visitar a un dermatólogo, porque "hay

que diagnosticar el tipo de acné que tiene cada paciente y, de acuerdo a la severidad, son los productos que hay que utilizar". Es decir, se debe evaluar si la patología está dejando o no cicatrices o manchas, lo cual informará qué tan agresivo es el malestar para combatirlo.

"En general, el tratamiento del acné contem-

pla dermolimpiadores, que son jabones especiales para sacar el exceso de grasas sin irritar. Algunos medicamentos, particularmente retinoides, son derivados de la vitamina A y van a ir a exfoliar, destapar los poros y desinflamar. (También se incluye) el uso de algunos productos tópicos, como antibióticos, para desinflamar estas lesio-

nes rojas y amarillas", detalló Fuenzalida.

En los casos más severos, el especialista indicó que se suelen "usar antibióticos orales y también medicamentos más sofisticados que son más efectivos, pero también requieren un control con exámenes permanentes y ciertas restricciones en cuanto a tomar alcohol o la posibilidad de embarazo, que son los retinoides orales, la isotretinoína".

Para las mujeres, "también se pueden asociar tratamientos antihormonales, de modo que el tratamiento es tomado desde varios puntos de vista, e incluso hay asociaciones en el tratamiento con limpieza de cutis, tracción de comedones (conocido popularmente como sacarse los puntos negros) y algunos tipos de láser que pueden ayudar", dijo el académico, aunque ningún tratamiento puede ser azaroso, sino que debe ser investigado y dependerá "del tipo de piel, del tipo de acné y la severidad que se tenga que tratar".