



ACNÉ Y ESTRÉS: UNA PROBLEMÁTICA COMÚN ENTRE LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA

Juan José Acuña De La Rosa
Gustavo Adolfo Altamar Castro
Pedro Raul Oñoro Vargas
Jose Fernando Torres Avila

Tutor

Jose Fernando Torres Avila

RESUMEN

El acné es considerado una patología multifactorial inflamatoria crónica, que puede aparecer de forma espontánea y el estrés es una reacción adaptativa del organismo ante las situaciones del medio por lo que nuestro trabajo propone analizar la posible relación entre el estrés y la aparición de lesiones acneiformes en estudiantes de con carga académica alta que suele generar altos niveles de estrés en estudiantes de medicina en una universidad colombiana. Se realizó un estudio de corte transversal descriptivo donde se diseñó una encuesta tipo cuestionario que permitiera registrar y recolectar la información necesaria acerca de las condiciones sociodemográficas, alimentación, estrés y su relación con la presencia de acné. Fueron recolectados datos de 87 estudiantes que incluyeron los datos sociodemográficos, hábitos relacionados con la presencia de acné, frecuencia de uso de productos faciales, tipo de productos (maquillajes, mascarillas, recetas caseras), hábitos alimenticios, presencia de estresores como problemas familiares, frecuencia lidia con problemas de salud, horas de descanso, presencia del acné, tipos de acné y recaídas de acné. En conclusión, se evidenció una amplia relación entre el estrés y la presencia de acné, en época de evaluaciones parciales de la universidad, la falta de descanso, hábitos y estilos de vida poco saludables, así como consumo de comida chatarra, uso de cosméticos y distintos problemas de salud que aunque no desencadenan directamente la aparición de acné, influyen de manera significativa.

Palabras claves: Acné, estrés, comedón, espinilla.

ABSTRAC

Acne is considered a chronic inflammatory multifactorial pathology, which can appear spontaneously and stress is an adaptive reaction of the body to environmental situations, so our work proposes to analyze the possible relationship between stress and the appearance of acneiform lesions in students with a high academic load that usually generates high levels of stress in medical students at a Colombian university. A descriptive cross-sectional study was carried out where a questionnaire-type survey was designed to record and collect the necessary information about sociodemographic conditions, diet, stress, and their relationship with the presence of acne. Data from 87 students were collected that included sociodemographic data, habits related to the presence of acne, frequency of use of facial products, type of products (makeup, masks, homemade recipes), eating habits, presence of stressors such as family problems, frequency deal with health problems, hours of rest, presence of acne, types of acne and acne relapses. In conclusion, a broad relationship was evidenced between stress and the presence of acne, at the time of partial university evaluations, lack of rest, unhealthy habits and lifestyles, as well as consumption of junk food, use of cosmetics and other health problems that, although they do not directly trigger the appearance of acne, have a significant influence

Keywords: Acne, stress, comedo, pimple.

BIBLIOGRAFÍA

1. ADAM Inc. Capas de la piel: MedlinePlus enciclopedia médica ilustración [Internet]. 11 de Febrero. 2017. p. 1. Available from: https://medlineplus.gov/spanish/ency/esp_imagepages/8912.htm
2. Cabrera Salaberri, C., Lara González, M. and González Lastra, S., 2020. "Estudio Sobre Incidencias De Acné Y Factores Agravantes Psicosociales En Estudiantes De Medicina". Profesional. Universidad de Cádiz.
3. Silva Agapito., C. and Veliz Sandoval., D., 2020. "Factores Asociados A La Adherencia Al Tratamiento De Acné En Estudiantes De Una Academia Preuniversitaria De Chiclayo, 2020.". Médico. UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO.
4. Zari, S. and Alrahmani, D., 2017. The association between stress and acne among female medical students in Jeddah, Saudi Arabia. Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology, [online] 1(7), p.1. Available at: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5722010/pdf/ccid-10-503.pdf>> [Accessed 22 September 2020].
5. Carbonell Rondon A, Gonzales Martinez C, Arencibia R. INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA MULTIDISCIPLINARIA EN EL ACNÉ MODERADO DE UNA

POBLACIÓN UNIVERSITARIA DE QUITO ENTRE 2014-2015 [Internet]. [cited 16 October 2020]. Available from: https://www.unibe.edu.ec/wp-content/uploads/2017/08/02_tratamiento_ACNE.pdf

6. Ocaña P, Sheila V. [Internet]. Evaluación in vivo de la capacidad antagónica de *Lactobacillus acidophilus* frente a *Propionibacterium acnes* en jóvenes con diagnóstico previo de acné tipo II, Parroquia de Zámiza, Distrito Metropolitano de Quito. [cited 19 October 2020]. Available from: <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/8167>
7. Naranjo Pereira María Luisa. Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de este en el ámbito educativo. Rev Educ [Internet]. 2009;33. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
8. Alfonso Águila¹ B, Calcines Castillo² M, Monteagudo de la Guardia³, Nieves Achon⁴ Z. Estrés académico [Internet]. Santaclara; 2015 [cited 24 September 2020]. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013
9. Pulido Rull, M., Serrano Sánchez, M., Valdés Cano, E., Chávez Méndez, M., Hidalgo Montiel, P. and Vera García, F., 2011. Estrés académico en estudiantes universitarios. In: Psicología y Salud. México, pp.31-33.
10. Sánchez Segura M, González García R, Cos Padrón Y, Macías Abraham C. Enfermedades del sistema circulatorio [Internet]. Estrés y sistema inmune. 2007 [cited 16 October 2020]. Available from: https://es.wikipedia.org/wiki/Anexo:Enfermedades_del_sistema_circulatorio
11. MARTÍN MONZÓN I. Estrés académico en estudiantes universitarios [Internet]. Universidad de Sevilla; 2007 [cited 25 October 2020]. Available from: https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf?sequence=1
12. El acné y el estrés | Acné | Eucerin [Internet]. Eucerin.es. 2020 [cited 19 October 2020]. Available from: https://www.eucerin.es/acne/article-overview/320_article_11
13. coach skin. ¿Puede el acné producir granos? [Internet]. 2018 [citado 15 octubre 2020]. Disponible en: https://www.eucerin.es/acne/article-overview/320_article_11.
14. Nathaly, B. (s.f.). Estres Academico. *Revista de psicologia en Universidad de Antioquia* http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006.

15. Cotapos, M. L. (2015). ACNE Y ENFERMEDADES AFINES . *REVISTA CHILENA DE DERMATOLOGIA*, https://www.sochiderm.org/web/revista/27_1/9.pdf.
16. [Internet]. revista de hematología.org. 2016 [citado 7 mayo 2020]. Disponible en: <https://dermatologica.es/es-el-estres-una-causa-del-acne-adulto/>.
17. Ospina Stepanian, A. (2016). Acne y estres. <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/3161/4/TESIS%20DE%20MAESTR%C3%8DA%20%20Andr%C3%A9s%20Ospina%20Stepanian.pdf>.
18. coach skin. ¿Puede el acné producir granos? [Internet]. 2018 [citado 15 octubre 2020]. Disponible en: https://www.eucerin.es/acne/article-overview/320_article_11.
19. Gil, Y. (2019). Study of psychological stress, sebum production and acne vulgaris in adolescents. *PUBMED*, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17340019/>.
20. DALMAU, J. (2019). Dermatitis seborreica. *Elsevier*, <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-articulo-dermatitis-seborreica-13057674>.
21. Carbonell, A. E. (2016). INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA MULTIDISCIPLINARIA EN EL ACNE. *Informe tecnico de investigación*, https://www.unibe.edu.ec/wp-content/uploads/2017/08/02_tratamiento_ACNE.pdf.
22. Ruiz, J. (2018). Acne y controversias. *Revista dermatologica mexico*, <https://www.medigraphic.com/pdfs/derrevmex/rmd-2018/rmd183a.pdf>.
23. Parc, S. (2019). Acne . *Parc de Salut Barcelona*, <https://www.parcdesalutmar.cat/es/dermatologia/consells-practics/acne/>.
24. Gonzales, J. (2019). Acne y extraccion manual. *Dermatología.cat*, <http://dermatologia.cat/es/informacion-para-pacientes/consejos-practicos/acne-preguntas-frecuentes/>.
25. Pozo, R. (2015). Protocolo del acne. *Hospital Universitario Pío del Río-Hortega*, <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol2num3-2014/30-36%20Protocolo%20del%20acne.pdf>.
26. Guerra, A. (2015). Consenso en el tratamiento topico del acne. *Medigraphic*, <https://www.medigraphic.com/pdfs/cutanea/mc-2015/mc152d.pdf>.

27. Natalia, O. (2020). QUE ES EL ACNE COSMETICO Y COMO PUEDES PREVENIRLO. *Maminat*, <https://www.lavanguardia.com/de-moda/belleza/20200513/481099031071/acne-cosmetico-maminat-firmas-maquillaje-ecologicas-naturales.html>.
28. Diez, J. C. (2017). Actualización Manejo racional del acné. *Rev Soc Bol*, <http://www.scielo.org.bo/pdf/rbp/v48n1/a07v48n1.pdf>.
29. Montero, P. (2020). Acne cosmetico. *Womens'Health*, <https://www.womenshealthmag.com/es/moda-belleza/a30034612/piel-acne-cosmetico-que-es-como-combatirlo/>