
Queratosis Pilar

¿Qué es la queratosis pilar?

Es una afección común de la piel. Tiene lugar por la presencia de tapones de queratina blanquecinos o grisáceos en el lugar de salida del pelo en la piel, atrapando el pelo y dando un aspecto de “papel de lija” o “piel de gallina”. No es contagiosa.

¿En qué zonas cutáneas aparece?

Suele darse en la parte externa y superior de los brazos y de los muslos, en nalgas y mejillas.

¿A qué edades afecta?

Puede darse a cualquier edad, pero suele aparecer antes de los 10 años de vida. Se calcula que afecta entre un 2,7 y 4% de los niños en edad escolar. Tiene un componente hereditario importante.

Se da mucho más en pacientes con [dermatitis atópica](#), de hecho es un criterio menor para el diagnóstico de la misma. También es común en niños con obesidad, diabetes o [síndrome de Down](#).

¿Qué síntomas da?

Sólo estéticos. A veces hay leve picor, pero no duele. Puede tener un leve color rosado y confundirlos con el acné.

Empeora en los meses de invierno y mejora en verano.

¿Cómo se llega al diagnóstico?

El diagnóstico es clínico. No hace falta hacer estudios.

¿Qué tratamiento puedo aplicarle?

No hay un tratamiento definitivo. Suele ir a mejor con la edad, pero puede persistir con periodos de empeoramiento y mejoría.

- Evitar la piel seca:

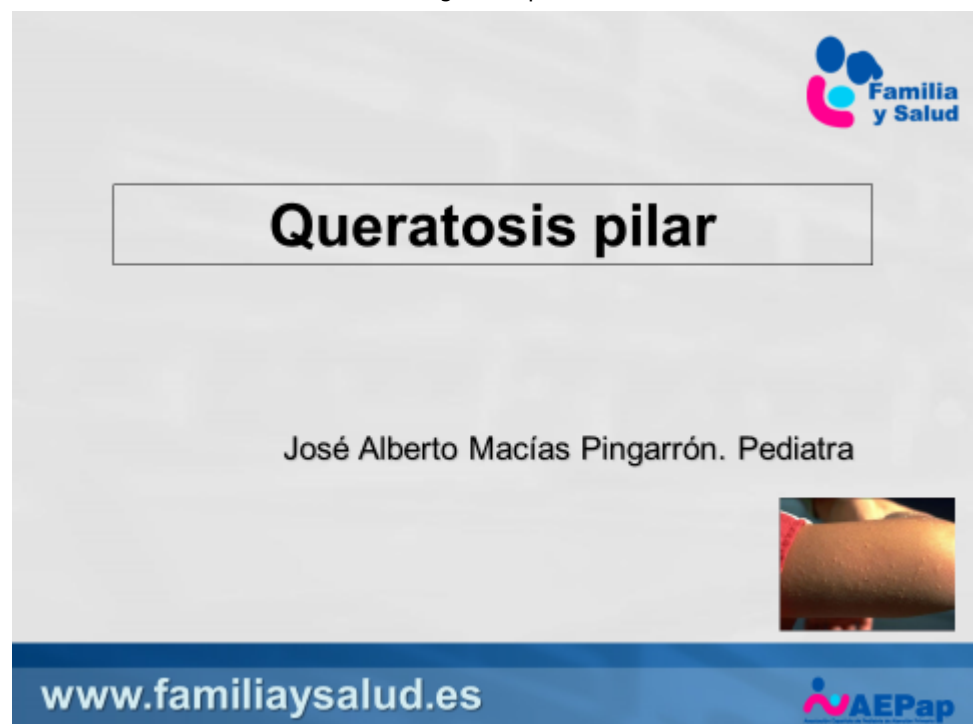
- Hacer baños cortos de 5 minutos. No usar agua caliente. Usar agua tibia a 33 °C y jabón suave. Se recomienda usar jabón de avena o con pH ácido entre 5,5 a 6.
- No frotar la piel con la toalla después de la ducha. Aplicar pequeñas palmaditas sin restregarse.

- En los tres primeros minutos tras finalizar el baño, con la piel aun húmeda, se debe poner una [crema hidratante/emoliente](#) para retener la humedad en la piel. Hay muchos productos en el mercado en forma de cremas, lociones, leches y otros, que contienen vaselina, lanolina, aceite de almendras, glicerina, ácido linoleico y otros en diferentes concentraciones. Se recomienda aplicarlo tantas veces como sea necesario, con un mínimo de 2 veces al día.
- El calor y el ambiente seco aumentan la irritación y el picor. Evitar temperaturas altas, lo mejor son con temperaturas de menos 20°C con humedad ambiental del 50%).
- En niños mayores se pueden usar lociones para tratar el exceso de queratina. Son lociones a base de sustancias como la urea a bajas concentraciones, el ácido salicílico o el ácido láctico, entre otros.
- Si hay enrojecimiento se puede usar durante unos días una [crema con corticoides](#).
- En los casos más graves el dermatólogo puede pautar tratamiento tópico con retinoides.

¿Se curará?

No se cura pero se puede aliviar. La mejoría puede tardar en verse semanas o meses y puede volver a aparecer tras el tratamiento.

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:



Fecha de publicación: 15-01-2017

Autor/es:

- [José Alberto Macías Pingarrón](#). Pediatra. Centro de Salud de Aceuchal. Aceuchal (Badajoz)



