

¿Funciona realmente el Aloe vera en el tratamiento del acné?



El Aloe vera es una planta muy popular para tratar muchos problemas en la piel pero... ¿ realmente funciona para tratar el acné?

¿Realmente el Aloe vera limpia el acné y cura las cicatrices de la cara?

El Aloe vera es una planta suculenta originaria de África y dentro de sus hojas turgentes se encuentra una pulpa llena con abundante gel mucilaginoso.

Esta planta ha sido utilizado tradicionalmente para todo tipo de irritaciones de la piel. Las hojas frescas pueden ser arrancadas y quebradas de la planta y el gel restante aplicado directamente sobre la zona afectada de la piel.

Es una planta muy popular de interior y se puede encontrar en cualquier vivero local, sin embargo usted tiene muchas alternativas en caso de que su propia planta de Aloe vera no crezca en su casa. El gel de la planta se utiliza como base para fabricar gel de aloe sin receta, los cuales se

Foromed

Salud, nutrición, estilo de vida y todo lo necesario para estar informado sobre la salud y el bienestar que las personas necesitan día a día

<http://foromed.com>

pueden comprar en una tienda. Además, esta planta también se utiliza en una gran cantidad de productos para el cuidado de la piel desde limpiadores, hidratantes, máscaras y más.

El Aloe vera es un antiinflamatorio

Hay una buena razón por la que el aloe vera se utiliza para muchos problemas de la piel ya que una de esas es que tiene propiedades antiinflamatorias. Eso significa que esta planta puede ayudar a reducir la hinchazón. Por ejemplo: al colocar aloe vera en una espinilla roja inflamada se puede reducir el dolor y la hinchazón.

También tiene efectos curativos por lo que puede ayudar a curar las manchas abiertas de acné.

El Aloe vera puede suavizar la piel

Si en algún momento usted adquiere quemaduras en la piel debido a la exposición al sol, esta planta le calmará el dolor de la quemadura.

Si el tratamiento que usted realiza para el acné utilizando el gel de aloe produce que la piel esté seca e irritada, una crema hidratante que contenga aloe y sus mismas propiedades puede ser útil. Su piel estará más cómoda y podría necesitar muchos menos medicamentos para tratarse.

El aloe vera podría mejorar la eficacia de los medicamentos para tratar el acné.

Los beneficios que esta planta tiene pueden ir más allá de simplemente aliviar la piel irritada. Algunas investigaciones han demostrado que el aloe vera puede aumentar la eficacia de los medicamentos que se utilizan para combatir el acné, lo que convierte a esta planta en un complemento y no en una única solución. Un estudio publicado en la edición de abril de 2014 de la revista Journal of Dermatological Treatment, comparó dos grupos. Uno que usaba tretinoína tópica y gel de aloe vera y la otra usaba tretinoína y un placebo. El grupo que se trataba con tretinoína y aloe vera tenía menos enrojecimiento y menos granos que los tratados sólo con tretinoína.

El aloe vera también tiene propiedades antibacterianas y esto es importante de recalcar ya que el acné es causado en parte por una bacteria llamada [Propionibacterium acnes](#) y se especula que la planta puede desempeñar un papel en la reducción de estas bacterias, sin embargo esto no se ha demostrado.

El acné no se aclarará solo por usar Aloe vera.

Aunque hay algo de interesante en la investigación preliminar, todavía se está muy lejos de afirmar que el aloe vera es un tratamiento eficaz para el acné. La investigación hasta el momento es muy limitada.

Hasta el momento no parece que esta planta haga algo más que reducir el enrojecimiento y la inflamación, pero esto obviamente puede ser útil en el acné inflamatorio.

Sin embargo se debe recordar que **el acné no es sólo causado por una inflamación**, también se

genera por una acumulación de células muertas en la piel, glándulas sebáceas hiperactivas, hormonas e incluso genética. Esta planta no hará nada por estos factores.

Lo que es más todavía cada grano comienza como un poro bloqueado el aloe vera no impide que los poros se obstruyan por lo que a la larga no detendrá el acné ni que éste se desarrolle. Por sí sola, esta planta no puede borrar las cicatrices del acné, pero puede ayudar con la hiperpigmentación.

La planta no puede arreglar las cicatrices del acné deprimidas o sin hueso ya que éstas son causadas por una pérdida de tejido de la piel. Honestamente, la única manera de mejorar el aspecto de estas cicatrices es con rellenos dérmicos. Usted puede preguntar a su dermatólogo cómo se tratan las cicatrices del acné sin hueso.

Sin embargo el Aloe puede ayudar a tratar la [hiperpigmentación post-inflamatoria](#) y esto se refiere a esas marcas oscuras que quedan después de que las espinillas se han curado. El aloe vera puede ayudar en este proceso ya que tiene un componente llamado aloína.

La aloína es un compuesto que se encuentra en el gel del aloe vera y es un agente despigmentante por lo que ayuda a aclarar las zonas oscuras en la piel.

Y dado que el aloe vera reduce la inflamación, podría mantener a la hiperpigmentación post-inflamatoria para que se desarrolle en primer lugar.

¿Debe usted añadir Aloe vera en su rutina de tratamiento?

El aloe vera no es un complemento necesario a su programa de tratamiento del acné, sin embargo si sus espinillas se han inflamado o su piel se irrita y se seca a partir de los medicamentos que está consumiendo para tratar esta condición, los productos basados en aloe vera pueden ser útiles. Una cosa muy importante a tener en cuenta es que **cada gel de aloe vera es diferente**, así que lea detalladamente la lista de ingredientes porque es posible que se sorprenda al saber que el gel de aloe vera que ha comprado contiene muy poco de las propiedades de esta planta.

Pero **no espere a que el aloe vera se convierta en una cura milagrosa** porque no lo es. Usted todavía tendrá que usar un medicamento de tratamiento convencional como los retinoides tópicos o el peróxido de benzoilo para ver las mejoras de su piel. Lo más importante es que si usted utiliza cualquier medicamento recetado para el acné, consulte a su dermatólogo antes de agregar algún gel de aloe vera en su tratamiento diario.