



Per què surten grans a l'esquena i com prevenir aquest tipus d'acne

[inici centrareport] Els granets que surten a l'esquena són coneguts com a "**bacne**". Els motius pels quals apareixen poden ser molt variats, "**des de deixar-se el cabell sol amb productes que engreixen la zona** i que poden fer que augmenti l'oleositat de l'esquena fins a portar **roba ajustada o de materials sintètics** fa que la pell no respiri i no s'oxigeni adequadament", assegura el doctor Antonio Ortega de la Clínica Menorca.

Per evitar la seva aparició, el primer que cal entendre és que l'acne es produeix quan **el greix, la brutícia, les cèl·lules mortes de la pell i els bacteris obstrueixen els porus de la pell**. Per tant, és important mantenir la pell neta i exfoliada. Fer esport de manera sovint pot agreujar el problema i, de fet, hi ha un tipus d'acne que se'l coneix com a "**acne de l'esportista**", que apareix quan se sua en períodes prolongats.

"Els principals factors involucrats són l'obstrucció del fol·licle pilós ocasionada per un trastorn de la queratinització, l'augment de la producció de seu en resposta a canvis hormonals, la presència d'un bacteri anomenat Propionibacteri Acnes o la inflamació del fol·licle per l'acumulació de queratina i seu al seu interior", diu l'expert. A més, **la dutxa també agreujar el "bacne"**, ja que l'esquena sol ser la part del cos que rep aigua durant més estona, la qual cosa altera el mantell hidrolípic d'aquesta pell.

La gravetat de l'acne a l'esquena pot variar. Es considera que el problema és greu quan apareixen molts **punts negres, blancs, granets colorats, amb pus, nòduls i quists per sota la pell**. Aquest tipus d'acne se sol tractar amb tractaments tòpics o medicaments orals, segons el que es considera adequat. A part d'això, es recomana acudir un cop al mes a un centre especialitzat per realitzar **neteges, tractaments com microdermoabràsió o 'peelings'**.

[fincentrareport]