



Por: Laura Carvajal MD • Dermatóloga  
Claudia Gaviria Giraldo MD • Dermatóloga  
Carolina Mesa MD • Dermatóloga

## 1. *¿Qué es el melasma y cómo se manifiesta?*

El melasma, también conocido como cloasma, es una condición muy frecuente en nuestro medio por el tipo de piel que tenemos. Se caracteriza por manchas café claras u oscuras en la cara o cuello, que no se acompañan de otros síntomas. El tono depende de la profundidad del pigmento en la piel, entre más oscura sea la mancha, el pigmento está más profundo y la mancha será más difícil de tratar.

## 2. *¿Cuáles son las causas del melasma?*

Las principales causas son la radiación ultravioleta (sol), la luz visible (lámparas), azul (computadores, tabletas y celulares) e infrarroja; las hormonas, principalmente las asociadas al embarazo, el uso de anticonceptivos orales, dispositivos implantables, la terapia de reemplazo hormonal en la menopausia y las alteraciones tiroideas; el uso de ciertos cosméticos; algunos medicamentos como la quinacrina o la fenitoína y también existe predisposición genética

## 3. *¿En quiénes se puede presentar el melasma?*

El melasma es más común en mujeres, pero puede ocurrir también en hombres y no es frecuente en niños.

## 4. *¿Dónde se localiza el melasma?*

El melasma aparece como manchas más oscuras en la cara, normalmente en las mejillas y la nariz, pero puede aparecer en los brazos e incluso el cuello.

## 5. *¿Cuál es la diferencia entre el melasma y los lunares?*

El melasma generalmente inicia como pequeñas manchas café claras que luego se van uniendo formando unas manchas más grandes en las localizaciones ya descritas y que generalmente no se perciben al tocarse. Los lunares son unas lesiones más pequeñas generalmente de un color más oscuro, algunos pueden estar desde hace muchos años, estos son de forma más redonda y pequeña, incluso algunos pueden sentirse al tocarlos a diferencia del melasma (ver carta 93).

## 6. *¿Cómo se diagnostica el melasma?*

El diagnóstico debe realizarlo el dermatólogo mediante un riguroso examen médico y de acuerdo con la historia clínica de cada paciente. En general, se puede usar un dermatoscopio (una especie de microscopio de mano con luz) y luz de Wood (algo así como luz ultravioleta) para diferenciar estas manchas de otras que podrían ser tumores o lesiones precancerosas y para comprobar su profundidad.

## 7. ¿Cuál es el tratamiento del melasma?

Las manchas son difíciles de tratar, se pueden aclarar, pero casi nunca se desaparecen del todo y pueden reaparecer con mínima exposición solar. Requiere un cambio en el estilo de vida y un alto compromiso del paciente para lograr mejoría y sostenerla en el tiempo. Las principales recomendaciones son:

- Usar antisolar prescrito por su dermatólogo, todas las mañanas y repetirlo cada 4 horas.
- Evitar el sol entre las 10 am y las 4 pm.
- En caso de actividades en el agua, sudoración excesiva, paseos a piscina o playa, debe repetirse la aplicación del antisolar cada 2 horas, usar gafas de sol, ropa con protección solar, sombreros, pavas de ala ancha (ala de 7.5 cm), sombrillas.
- Evitar el uso de productos despigmentantes de venta libre pues muchos de ellos pueden, inclusive, empeorar las manchas.
- No usar cámaras bronceadoras, éstas le empeoran las manchas y tienen alto riesgo de desarrollar cáncer de piel.
- Si usted está en tratamiento para el melasma y desea quedar en embarazo, debe avisar a su dermatólogo, ya que algunos de los despigmentantes que se usan para el manejo de las manchas, no se deben usar durante el embarazo.
- Evite la radiación infrarroja: estacione su auto en sitios con sombra, evite saunas y turcos, no dure mucho tiempo cerca de estufas, evite que el calor del secador de pelo esté direccionado a su cara.

## 8. ¿Cuándo consultar?

Lo ideal es que siempre que notes unas manchas que antes no tenías en tu piel, consultes con un dermatólogo para hacer un diagnóstico oportuno y darte el mejor tratamiento. Nunca automedicarte ya que las manchas pueden empeorar.

*El melasma se puede desencadenar debido a factores genéticos, cambios hormonales y la exposición al sol.*



### Páginas consultadas en la web

- <https://www.aad.org/public/diseases/a-z/melasma-causes>
- <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/melasma#>
- <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/dermatologicas/melasma.html>

### Lecturas recomendadas

- Sadeghpour M, Dover JS, Rohrer TE. Advances in the Treatment of Melasma. *Advances in Cosmetic Surgery*. junio de 2018;1(1):163-74.
- Guías de diagnóstico y manejo de melasma. 2018;12.

### Imágenes tomadas de:

- <https://bit.ly/3N97cXK>
- <https://bit.ly/3TKIdO7>

