

P
H
C

HIPERPIGMENTACIÓN CUTÁNEA

Es la aparición de **manchas** de piel **más oscuras** que el tono normal, por exceso de melanina en esas zonas.

Preguntas PHARMACARE

- ¿Sufre de alguna enfermedad crónica?
- ¿Cómo se aplica el tratamiento?
- ¿Tiene algún síntoma más?



NutriFarmacia

¿QUÉ HÁBITOS DE NUTRIFARMACIA PUEDEN AYUDARME?

El ácido tranexámico oral (250-500 mg dos veces al día) inhibe la melanogénesis.

Polypodium leucotomos (PL): fotoprotcción oral. El extracto de este helecho tropical posee propiedades antioxidantes, fotoprotectoras e inmunomoduladoras.

Glutathión oral 250-500 mg/día
Como tratamiento tópico con extractos botánicos que reducen la pigmentación: **vitamina C (ácido ascórbico), niacinamida, ácido kójico, arbutina, extracto de regaliz (glabridina), ácido ferúlico, extracto de soja, resveratrol.**

¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO?

- **Exposición al sol**, ya que se produce mucha melanina.
- Factores **genéticos**, la hiperpigmentación es hereditaria.
- **Edad**, aumenta con el envejecimiento de las células.
- Influencias **hormonales**, es la causa principal del melasma.
- **Embarazadas** y personas que toman anticonceptivos.
- Hiperpigmentación por **fármacos** (tetraciclinas, amiodarona, minociclina, bleomicina, ciclofosfamida y los antipalúdicos).

¿QUÉ TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO PODEMOS SEGUIR?

- Protector solar **FPS 50+** todos los días.
- Crema **despigmentante** suave (por ejemplo con vitamina C, niacinamida, ácido azelaico o similar) por la noche.
- Evitar remedios **caseros** agresivos y **exfoliar** en exceso.

¿CUÁNDO DEBO IR AL MÉDICO?

- La mancha **cambia de forma, color, bordes, pica, duele o sangra.**
- Aparecen muchas **manchas nuevas o muy rápido.**
- Estás **embarazada**, tomas medicación o tienes enfermedades hormonales.
- Tras varios meses de cuidados básico **no mejora.**



BIBLIOGRAFÍA

Fuentes: Colegio Oficial de Farmacéuticos de Valencia et al. (2025) y Foro AF-FC (2024).

Adaptación: Equipo de Farmacia delMercat (Valencia)

Supervisión científica: Dra. María Amparo Pérez Benajas.



Farmacia, dietética, salud, laboratorio, formulas magistrales....

✉ farmacia@delmercat.es

☎ 963 530 209

💬 679 818 021

📍 Av. del oeste, 21 46001 valencia

¡Visítanos en nuestra página web!



www.nutrifarmacia.com