

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Apr 15, 2025

Acne

A acne é uma doença comum da pele, especialmente durante a adolescência, mas pode afetar pessoas de qualquer idade. Pode causar manchas, vermelhidão e, às vezes, cicatrizes.

Ter acne pode ser frustrante e pode afetar sua confiança ou conforto. Mas há muitos tratamentos disponíveis. Você pode usar essas informações para conversar com seu médico e decidir qual tratamento é adequado para você.

O que é acne?

A acne é uma doença comum da pele que causa manchas e pele oleosa. Geralmente acontece durante a adolescência, quando as alterações hormonais começam a aumentar a produção de óleo. Isso leva ao bloqueio dos poros, o que causa manchas. A acne também pode ocorrer durante a idade adulta, e a maioria das pessoas tem acne em algum momento da vida.

A acne pode ocorrer em famílias ou estar ligada a problemas médicos. Também pode ser desencadeado por fatores externos. Isso inclui atrito ou pressão na pele, certos cosméticos e alguns medicamentos. Nas mulheres, a acne pode surgir devido a alterações hormonais, como aquelas durante o período menstrual ou durante a gravidez.

Quais são os sintomas da acne?

A acne geralmente causa manchas no rosto. Mas você também pode ter acne no pescoço, nas costas, no peito ou nos braços. Você pode apresentar cravos pretos (pequenas marcas pretas) ou cravos brancos (saliências brancas). Algumas manchas podem ficar vermelhas, inchadas e doloridas ao toque. Em alguns casos, a acne pode deixar cicatrizes após a cicatrização, mas o tratamento pode ajudar a evitar cicatrizes.

Quais são as opções de tratamento para a acne?

Existem muitas opções de tratamento para a acne, e a opção certa para você pode depender da gravidade da acne. Se você é mulher, também pode depender se você está grávida ou planejando uma gravidez, ou se sua acne está ligada ao seu ciclo menstrual ou a uma condição hormonal subjacente.

Acne

Seu médico o ajudará a escolher a melhor opção para você. Lembre-se de que os tratamentos para acne levam tempo para funcionar, então você pode não ver os resultados imediatamente. Pode levar algumas semanas até que você comece a notar alguma melhora. Se um tratamento não funcionar, você pode conversar com seu médico sobre a mudança para outro.

Em todos os casos, uma boa rotina de cuidados com a pele pode ajudar a evitar erupções cutâneas. Aqui estão algumas dicas gerais para manter sua pele saudável:

- Use apenas produtos para a pele e maquiagem que não bloqueiem os poros (são chamados de produtos **não** comedogênicos).
- Lave o rosto duas vezes ao dia com um limpador suave com pH balanceado.
- Evite produtos agressivos, como esfoliantes, “apertadores” e produtos perfumados.
- Evite colocar produtos para o cabelo no rosto.
- Não escolha, aperte ou arranhe pontos, pois isso pode causar cicatrizes.

Acne leve

Se você tem acne leve, seu tratamento provavelmente incluirá **terapia combinada**. É aqui que você aplica géis ou cremes (chamados de tratamentos **tópicos**) que contêm vários ingredientes que funcionam de maneiras diferentes. Esses tratamentos tópicos podem vir em um único produto pronto ou como produtos separados que você usa em conjunto.

Os ingredientes comuns usados na terapia combinada incluem:

- **Antibióticos tópicos:** ajudam a matar bactérias na pele. Se eles não melhorarem sua acne dentro de 6 a 8 semanas, seu médico interromperá esse tratamento para evitar que as bactérias se tornem resistentes, o que pode piorar a acne e causar infecções. Em seguida, eles sugerirão um tratamento diferente. Os efeitos colaterais são raros, mas podem incluir irritação leve, vermelhidão, queimação ou descamação.
- **Retinóides tópicos:** ajudam a remover as células mortas da pele para evitar poros bloqueados. Os efeitos colaterais comuns incluem irritação leve ou ardência. Os retinóides tópicos podem tornar sua pele mais sensível ao sol. Se você os estiver usando, tente evitar muito sol e sempre use protetor solar.
- **Peróxido de benzoíla:** ajuda a reduzir bactérias e inflamações e ajuda a limpar cravos e espinhas. Os efeitos colaterais comuns incluem secura, vermelhidão, descamação, queimação ou coceira. O peróxido de benzoíla também pode tornar sua pele mais sensível à luz solar. Se você estiver usando, tente evitar muito sol ou use protetor solar.

Alguns deles estão disponíveis sem receita médica em uma farmácia, enquanto as versões mais fortes exigem receita médica. Se você não tiver certeza sobre os ingredientes dos produtos vendidos sem receita, pergunte ao seu médico ou farmacêutico.

Nem todo mundo precisa de tratamento combinado. Às vezes, basta um único ingrediente. Dependendo de onde você mora, os médicos podem prescrever um desses tratamentos por conta própria. Seu médico o ajudará a escolher a melhor opção para sua acne.

Acne

Outros tratamentos tópicos, como **clascoterona ácido salicílico** ou **ácido** azelaico, também podem ajudar. Eles podem ser usados sozinhos ou junto com a terapia combinada.

Acne moderada a grave ou acne que não melhora com os tratamentos usuais

Se sua acne for mais grave ou se os tratamentos acima não funcionarem ou não forem adequados para você, outras opções estão disponíveis.

Seu médico pode prescrever **comprimidos de antibióticos** para ajudar a reduzir a inflamação e matar bactérias na pele. Normalmente, você os tomará por 2 a 3 meses. Você também receberá peróxido de benzoíla tópico para reduzir o risco de resistência a antibióticos.

Os **comprimidos de isotretinoína** são outra opção de tratamento. A isotretinoína ajuda a reduzir a oleosidade na pele, o que evita que os poros fiquem bloqueados. Também diminui a quantidade de bactérias e pode reduzir a vermelhidão e o inchaço ao redor das manchas.

A isotretinoína pode causar alguns efeitos colaterais graves, portanto, só pode ser prescrita por um médico. Em algumas áreas, um especialista pode precisar prescrevê-lo. Se o seu médico achar que a isotretinoína é adequada para você, ele conversará com você sobre os benefícios e riscos.

É muito importante **não** tomar isotretinoína se estiver grávida ou planejando engravidar. As mulheres precisam fazer um teste de gravidez antes de iniciar um ciclo de isotretinoína e todos os meses enquanto tomam o medicamento. Consulte a seção abaixo sobre acne em mulheres grávidas para obter mais informações.

Se você tiver manchas muito grandes e doloridas ou que possam causar cicatrizes, seu médico pode sugerir uma **injeção de corticosteroide** junto com outros tratamentos. Eles usarão uma pequena agulha para injetar o medicamento diretamente no local para ajudá-lo a cicatrizar. Os efeitos colaterais são muito raros, mas podem incluir leve afinamento da pele ou alterações nos níveis hormonais.

Acne hormonal em mulheres e meninas

Algumas mulheres e meninas têm surtos de acne durante o período menstrual. Uma condição chamada síndrome dos ovários policísticos (às vezes chamada de SOP) e algumas outras condições hormonais que afetam as mulheres e meninas também podem causar acne.

Se o tratamento para acne leve não funcionou ou não for adequado para você, ou se sua acne for mais grave, tomar alguns tipos de **pílulas anticoncepcionais pode ajudar**. Se você não tiver certeza sobre o uso de pílulas anticoncepcionais para tratar a acne ou estiver preocupado com possíveis efeitos colaterais, converse com seu médico sobre os benefícios e riscos.

A **espironolactona** é outro medicamento frequentemente usado para tratar a acne hormonal em mulheres. Ele age bloqueando certos hormônios que podem desencadear a acne. Embora não seja oficialmente aprovado para o tratamento da acne, pode ser uma boa

Acne

opção para mulheres que não desejam usar antibióticos ou pílulas anticoncepcionais a longo prazo.

Acne em mulheres grávidas

Algumas mulheres desenvolvem acne durante a gravidez, especialmente nos estágios iniciais. Isso se deve a alterações hormonais. Este tipo de acne geralmente desaparece mais tarde na gravidez, ou após o nascimento do bebê.

Muitos tratamentos para acne não são seguros para mulheres usarem durante a gravidez. A isotretinoína é particularmente perigosa e você **não** deve tomá-la se estiver grávida ou planejando engravidar. Isso ocorre porque causa defeitos congênitos graves.

Alguns tratamentos tópicos podem ser usados durante a gravidez. Por exemplo, cremes antibióticos e ácido azelaico são considerados seguros. No entanto, você deve sempre consultar seu médico antes de iniciar qualquer tratamento para acne durante a gravidez.

O que acontece a seguir?

A acne geralmente melhora à medida que você envelhece, especialmente após a adolescência, mas pode durar até a idade adulta para algumas pessoas. Embora a maioria das pessoas não tenha efeitos a longo prazo, a acne severa às vezes pode deixar cicatrizes.

Os tratamentos podem ajudar a eliminar a acne, e muitas pessoas melhoram com os cuidados certos. No entanto, pode levar vários meses ou até mais para que a acne desapareça completamente. Se um tratamento não funcionar, é uma boa ideia consultar seu médico, pois pode haver outras opções que poderiam funcionar melhor para você.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

