

Parches Oscuros: cómo tratar la piel decolorada por melasma

Jennifer Wong, asistente médico registrada y certificada de Advanced Dermatology PC, ofrece consejos para reducir la hiperpigmentación del melasma

Astoria, NY, octubre de 2020 - ¿Echarle la culpa a las hormonas? Bien; quizás "en algunos casos", señala Jennifer Wong, asistente médica certificada y registrada, que se especializa en dermatología en Advanced Dermatology PC. "Los parches de piel oscura llamados 'melasma' ocurren al mismo tiempo que una mujer experimenta cambios hormonales. Pero todavía estamos aprendiendo sobre la naturaleza de la conexión".

En este país, hasta seis millones de personas al año, el noventa por ciento de ellas mujeres, experimentan manchas oscuras en la piel del rostro, generalmente de color marrón o gris, como resultado de la sobreproducción del pigmento de la piel, melanina.

"En particular", dice Wong, "las mujeres con tonos de piel más oscuros son más susceptibles, porque su piel tiene melanocitos más activos, las células de la piel que producen melanina. La genética también parece jugar un papel: tener un miembro de la familia con melasma aumenta la posibilidad de desarrollarlo usted mismo".

Y, por supuesto, está el papel del sol. "El sol activa nuestros melanocitos", observa Wong. "Con el melasma, muy poca exposición puede causar la decoloración. A diferencia de las "manchas de la edad", el melasma no se debe al sol acumulativo y, en realidad, ocurre a menudo en mujeres jóvenes. En algunos casos, incluso la luz de nuestras pantallas de computadora o celular puede contribuir al melasma", continúa.

El melasma suele aparecer en el centro de la frente, sobre las cejas, en el puente de la nariz,



ANTES

DESPUES

en el mentón y en el labio superior. "Todos los lugares que se exponen al sol", observa Wong. "En algunos casos, el melasma ocurre en otras áreas expuestas con frecuencia, como nuestros antebrazos".

Cuando el melasma ocurre junto con los cambios hormonales, debido al embarazo, las píldoras anticonceptivas o el reemplazo hormonal, puede resolverse espontáneamente cuando las hormonas regresan a los niveles anteriores; por ejemplo, después del embarazo o si se suspenden los medicamentos. "Pero, en otros casos", señala Wong, "el melasma persiste. Si bien es médicamente inofensivo, su apariencia en la cara puede ser angustiada. Afortunadamente, tenemos varias opciones para aliviar el melasma", agrega.

Cinco consejos
Con eso en mente, Wong hace las siguientes sugerencias para tratar el melasma:

1. Primero, obtenga un diagnóstico claro: "Es importante", dice Wong, "descartar cualquier afección de la piel que requiera tratamiento médico. Un especialista en piel puede realizar un examen y, si es necesario, una biopsia. Una vez que tenga un diagnóstico claro, puede trabajar con su proveedor en un plan de tratamiento".

2. Los aclaradores de la piel pueden ayudar: "En particular", señala Wong, "el uso tópico de hidroquinona, o HQ, puede ser eficaz. HQ viene en diferentes concentraciones, que incluyen formulaciones de venta libre menos con-

centradas, y también se combina con otros tópicos, como el retinoide tretinoína y un corticosteroide, en una llamada 'crema triple'. Otros aclaradores tópicos incluyen ácido azelaico y ácido kójico. Su especialista en cuidado de la piel puede ayudarlo a guiar sus elecciones".

3. Elija los productos de venta libre con cuida-



Dr. Jennifer Wong

do: "Un número alarmante de aclaradores de piel de venta libre contienen mercurio", advierte Wong, "una toxina neurológica que también puede dañar a los niños y parejas con quienes la gente entra en contacto cercano. La orientación de su especialista en piel puede ser especialmente útil, porque algunos productos no identifican claramente los ingredientes, utilizando diferentes términos para el mercurio, incluidos calomelanos, cinabrio, hydrargyri oxydum rubrum o mercurio. Además del mercurio oculto, también hemos visto productos con esteroides no incluidos en la lista, que pueden dañar la piel".

4. Los procedimientos ambulatorios también pueden ayudar: "Los láser", explica Wong, "pueden penetrar hasta

los melanocitos, para bloquear la producción de melanina, mientras que las exfoliaciones químicas pueden eliminar la superficie de la piel hiperpigmentada. Una vez más, su especialista en piel puede explicar los resultados, el tiempo involucrado y los efectos secundarios, para ayudar a personalizar un plan de tratamiento que se adapte mejor".

5. Ponga sombra sobre la posibilidad de que vuelva a ocurrir: "El sol activa la producción de melanina de nuestra piel", señala Wong. "El melasma se puede desencadenar por una exposición mínima, independientemente de la estación o el clima, por lo que los pacientes querrán estar atentos para protegerse del sol, todos los días, todo el año. Un protector solar mineral SPF 30 de amplio espectro con óxido de zinc o dióxido de titanio puede ayudar a bloquear físicamente los rayos. Los pacientes también se beneficiarán de la ropa protectora, que incluye un sombrero de ala ancha y gafas de sol".

"Afortunadamente", concluye Wong, "los pacientes pueden actuar ahora para reducir la aparición de melasma, ya que la investigación continúa conectando los puntos entre las hormonas y otros factores".

Líderes a la vanguardia
Jennifer M. Wong tiene una amplia experiencia en dermatología médica y cosmética para todas las edades.

P.C. de Dermatología Avanzada y el Centro de Cirugía Láser y Cosmética (New York y New Jersey) es uno de los centros dermatológicos líderes en la nación, que ofrece médicos altamente experimentados en los campos de la dermatología cosmética y láser, así como en cirugía plástica y tecnologías médicas de vanguardia.

Más Información en la página web www.advanceddermatologypc.com

consultar con su médico.

Las siguientes fechas han sido programadas por el Condado de Union para la campaña de vacunas contra la gripe/flu. Cada evento tomará lugar entre las horas de 4:00 p.m. a 7:00 p.m.

5 de noviembre, - Summit (Summit Community Center, 100 Morris Avenue)

12 de noviembre, - Linden (St. Theresa Church, 131 E Edgar Road)

19 de noviembre, - Rahway (Rahway Recreation Center, 275 East Milton Avenue)

Para actualizaciones adicionales visite la página del Condado ucnj.org/flu

La Campaña de Vacunas contra la Gripe-

SECCION PROFESIONAL

ABOGADOS

JULIO SANCHEZ

Abogado

•Accidentes de Automóvil

•Caidas por negligencia de otro

•Accidentes de Trabajo

•Muerte por Negligencia (wrongful death)

•Caos de Incapacidad al Seguro Social

425 Elmora Ave., Elizabeth

(908) 355-0666

QUIROPRACTICOS

DR. ERNESTO MARTICORENA

DR. SOKRATIS DRAGONAS

ACCIDENTES DE AUTOMOVILES

DOLORES DE ESPALDA Y CUELLO

ELIZABETH CHIROPRACTIC & REHABILITATION

560 Newark Ave. Elizabeth, NJ

(908) 355-3358

ACUPUNTURISTA

DR. MICHAEL LEE (L.Ac.)

Terapia fuerte y efectiva para el dolor de espalda, de cuello, dolor de cabeza, insomnio, ansiedad y su salud general

Elizabeth Rehabilitation

560 Newark Avenue, Elizabeth, NJ Tel. 908-355-3358



Evita ser Víctima de Fraude Migratorio por Estafadores mediante Compañías de Envío de Dinero



El proceso para obtener la residencia o la ciudadanía de los EE. UU. puede ser difícil para los inmigrantes, y ante la incertidumbre que esto puede generar, podemos ser víctimas de estafadores que se aprovechan de la situación.

De acuerdo con Servicio de Inmigración y Control de Aduanas de Estados Unidos (ICE, por sus siglas en inglés) ha surgido un nuevo tipo de fraude, a través del cual, los estafadores contactan a inmigrantes haciéndose pasar por funcionarios del ICE y le ofrecen beneficios migratorios a cambio de pagos a través de compañías de servicios de envío de dinero.

Es importante que reconozcas los escenarios en los que este tipo de engaño se dan para que puedas prevenirlo:

1. Verifica todos los documentos o llamadas que recibas. Asegúrate de que las cartas que recibas tengan los logos y direcciones oficiales de la entidad de gobierno antes de contestar de alguna manera. De acuerdo con USCIS (U.S. Citizenship and Immigration Services, en inglés) solo se deben usar sitios web que terminen en .gov para obtener información oficial de USCIS. Ellos no piden ninguna información personal vía men-

/Flu del Condado de Union, está administrada por la Oficina de Manejo de Salud en el Departamento de Salud Pública, la Asociación de Enfermeras Visitantes y los voluntarios de la Reserva Médica del Condado de Union.

saje de texto o llamadas telefónicas.

2. Evalúa los ofrecimientos y utiliza el sentido común. Si te hacen promesas garantizando un estatus migratorio legal, servicios más rápidos de lo normal o amenazas de deportación, averigua si lo que te prometen es legal mediante las páginas oficiales de inmigración en <https://www.uscis.gov/es>, o a través un abogado.

3. Analiza antes de enviar dinero. Lo que estas estafas buscan es pedirte algo a cambio, y por lo general es dinero. Cuando envíes dinero, verifica que la compañía que elijas tenga políticas de protección de información personal y la tecnología para protegerla. BOSS Revolution Money toma la seguridad de sus clientes muy en serio y aconseja que no envíes dinero si te lo solicitan para:

- Un amigo o miembro de la familia está en una situación de emergencia, pero no has confirmado personalmente la identidad del beneficiario.

- Una persona que no conoces, aunque parezca convincente.

- Hacer una compra por internet, un empleo o una tentadora oportunidad de negocio.

- Reclamar un premio de la lotería.

- Recuperar una mascota o un artículo perdido.

- El alquiler de una propiedad, el pago de una tarjeta de crédito o de un préstamo.

- Devolver parte de un cheque a tu nombre hasta que tu banco confirme que el cheque ha sido cobrado.

- Alguien que conociste a través de las citas online.

- Lo haces en respuesta a una llamada de telemarketing.

Próximas Fechas de Vacunas Contra la Gripe/Flu

Condado de Union, NJ - La Junta de Comisionados (Freeholders) del Condado de Union anunció nuevas fechas y lugares para la campaña de vacunación contra la gripe/flu durante los meses de octubre y noviembre. El Condado está ofreciendo una serie de vacunas gratis en las comunidades locales para ayudar a los residentes que no tienen seguro de salud.

La vacuna de la gripe/flu es gratis a todos los residentes del Condado de Union de cuatro años en adelante. Citas previas son necesarias y los residentes pueden programar sus citas visitando la página ucnj.org/flu o llamando al 908-518-4307. Más caras son necesarias a



todos los residentes que vayan por la vacuna. Se tomará la temperatura al llegar.

"Los expertos en salud pública están preocupados de que nuestros recursos médicos se encuentren abrumados si el brote de gripe/flu se combina con la crisis del COVID-19," dijo el Freeholder Alexander Mirabella, presidente de la Junta de Comisionados (Freeholders). "Si usted nunca ha recibido una

vacuna del flu antes, ahora es el tiempo de hacerlo, debemos mantener nuestra salud segura."

La protección en contra la gripe/flu es más importante ahora que antes debido a la epidemia del COVID-19.

Las personas que tengan fiebre, toz, estornudos, u otros síntomas no se serán admitidos. Residentes que estén experimentando síntomas de la enfermedad deben

MURGADO & CARROLL, Esqs.
Abogados

Abierto de Lunes a Viernes, incluso citas por la noche

Le ayudaremos en todo tipo de caso legal:

ACCIDENTES ❖ INMIGRACIÓN
DIVORCIOS ❖ CORTE MUNICIPAL
ACCIDENTES DE TRABAJO

La Consulta es Gratis para Casos de Accidentes

761 Westfield Avenue
Elizabeth, New Jersey 07208

(908) 659-0101