

Manual de autoayuda para una piel clara y saludable



GUÍA ROSACEA

# GUÍA ROSACEA

Identifica y Controla sus Factores Desencadenantes  
Reduce los Síntomas de Enrojecimiento Naturalmente

RECUPERA  
TU VIDA

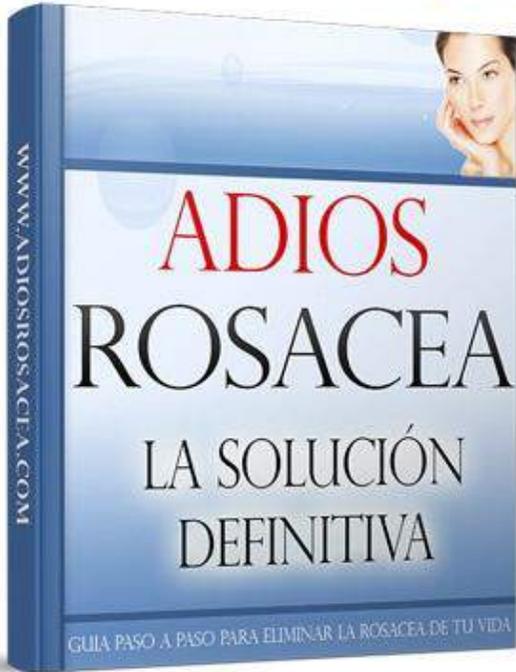
[WWW.ADIOSROSACEA.COM](http://WWW.ADIOSROSACEA.COM)

*Carmen Romero*



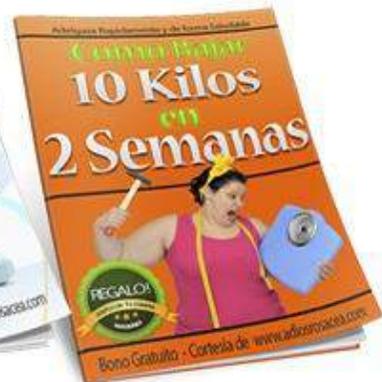
**AN EXPERT'S  
RECOMMENDATION**  
Dr. Marco Basti M.D.

## DESCARGAR ADIOS ROSACEA COMPLETO



+

**Haz Clic Aquí**



Elimina la Rosácea de tu Vida

# TRATAMIENTO DE LA ROSACEA

**ADIOS** ROSACEA  
LA SOLUCIÓN DEFINITIVA



[www.AdiosRosacea.com](http://www.AdiosRosacea.com)

---

## TENGO ACNÉ O ROSÁCEA?

La rosácea también se llama acné del adulto o acné rosácea. Pero no tiene nada que ver con el acné. En el comienzo de la enfermedad usted se dará cuenta de que muestra rubor rojo o enrojecimiento de la parte central de la cara. Esto puede suceder después de la exposición al sol o después de comer alimentos picantes o beber bebidas alcohólicas, etc. Pero poco a poco este rubor se convertirá en permanente y su cara siempre se verá de color rojo en el centro.

Las mujeres se ven afectadas con más frecuencia en las primeras etapas (enrojecimiento y eritrosis), pero en hombres de más de 40 años de edad esta condición puede progresar a estadios avanzados y rinofima.

Se caracteriza por diversos trastornos de la piel y quienes la padecen deben lidiar con enrojecimiento de la piel

Aproximadamente el 94 % de las personas con rosácea tienen rubor. Estos ataques duran desde unos pocos minutos hasta varias horas, y el enrojecimiento se observa en la rosácea es de naturaleza intermitente.



La enfermedad, en mayor o menor grado, es progresiva, y las lesiones de la piel más pronunciadas suele manifestarse en episodios esporádicos llamados "brotes"

Todo el mundo sabe qué es el acné, pero ¿qué pasa con el acné rosácea? Es una condición que afecta a muchas personas en todo el mundo, como ser el ex presidente Bill Clinton, o la famosa actriz Cameron Díaz.

---

La Rosácea se presenta debido a la dilatación de vasos sanguíneos y con inflamación en la piel. La principal zona en la cual se desarrolla la rosácea es la cara y especialmente las superficies convexas.

A veces también los ojos u otras partes del cuerpo están afectados. La rosácea puede comenzar temprano, pero los síntomas suelen desarrollarse y agravarse a medida que el individuo envejece.

## **Síntomas y causas de la rosácea**

### **¿Cuáles son los síntomas de la rosácea?**

**(No Todos los síntomas pueden estar presentes siempre.)**

- Enrojecimiento permanente en la piel. Este enrojecimiento puede ser más suave o más fuerte esporádicamente.
- Enrojecimiento que aparece y desaparece periódicamente.
- Telangiectasia - Se trata de una ampliación clara de los pequeños vasos sanguíneos en el área
- Pápulas - pequeños puntos llenos de líquido.
- Las zonas de la piel con síntomas rosácea a menudo se infectan, y la infección empeora los síntomas.
- Pústulas o granos - A veces, la infección hace que las pápulas se convierten en granos reales. Sin embargo pueden existir espinillas de acné y rosácea juntos

---

**La rosácea también implica síntomas secundarios que son causados por los síntomas primarios, o aparecen más tarde**

- Ardor o escozor
- Áreas rojas elevadas
- Piel seca
- Edema en áreas que ya han estado rojas por algún tiempo
- Síntomas en los ojos tales como: Enrojecimiento, picazón, ardor, daño de la córnea
- El engrosamiento de la piel, o bultos en la piel
- Folículos pilosos distendidos
- La rosácea en otros lugares que en la cara

Los signos y síntomas de la rosácea no son peligrosos, pero puede ser incómodo, feo, y frustrante para quienes la padecen. Sin embargo la rosácea puede afectar los ojos.

Aproximadamente el 3 % y el 58 % de los pacientes con alteraciones de la piel tendrá problemas en los ojos y la queratitis rosácea puede conducir a la ceguera.

### **¿Qué alimentos han sido implicados como causas de los signos y síntomas de la rosácea?**

La lista es larga:

Altas dosis de B6 y B12 , chocolate , tomates , bebidas calientes, salchichas calientes , pimiento rojo, pimienta negra , vinagre, pimentón, pimienta blanca , ajo , vino, licor fuerte , cerveza , queso, yogur, crema agria , leche, cítricos, berenjenas , aguacates , espinacas , pasas , higos , plátanos y carne adobada.

---

¿Por qué estos alimentos agravan la rosácea? Nadie lo sabe a ciencia cierta, y la causa exacta de la rosácea no se ha determinado con claridad. Sin embargo, un vistazo a la fisiopatología de la rosácea puede dar algunas pistas.

El rubor que es tan común en las personas con Rosácea es causado por la dilatación de los pequeños vasos sanguíneos de la cara. Por qué ocurre esto no se sabe exactamente.

Los vasos sanguíneos pueden ser genéticamente débiles, o pueden ser dañados por años de exposición al sol. También puede haber un aumento en el número de vasos sanguíneos, o puede haber daños en las paredes de los vasos sanguíneos. Cualquiera que sea la causa, los vasos sanguíneos (que en la cara están muy cerca de la superficie) se dilata.

Hay muchos factores que se refieren a los brotes de rosácea. Dos de las causas más comunes son consumir bebidas alcohólicas y el consumo de alimentos ricos y picantes. Si alguien piensa que puede estar sufriendo de acné rosácea, debe consultar a un médico, ya que sus síntomas son similares a una condición más seria conocida como el lupus.

Ningún cuerpo sabe la causa de la rosácea. Tampoco se sabe acerca de quién puede ser propenso a la rosácea. Se cree que es una enfermedad de los vasos sanguíneos de la cara. Cuando se desarrolla aún más, se puede observar venas rojas, como arañas vasculares en la cara. La mayoría de los hombres que presentan rosácea en estado avanzado desarrollan una grande y roja nariz.

## **[Como tratarlo naturalmente de forma natural](#)**

---

Utilizaremos una serie de hierbas naturales con características antiinflamatorias para acabar con el hinchazón que se produce en la parte afectada, así como plantas antimicrobianas que acaben con los microorganismos que causan este trastorno y que se aprovechan de las debilidades cutáneas para manifestarse de este modo.

Por este motivo os recomendamos la aplicación de olivo, concretamente el aceite de oliva que aplicaremos en forma de masajes sobre la zona afectada. El vinagre de manzana es recomendable también para limpiar la cara y la parte afectada antes de acostarnos y así eliminar cualquier residuo que propicie la aparición de la rosácea.

La manzanilla es otro buen remedio para ayudarnos a acabar con la inflamación que causa la rosácea, así como acabar con posibles infecciones que se producen. La forma de aplicarla será a través de masajes directos en la piel.

Junto a estos tratamientos externos no debemos olvidar el aporte de ayuda interna, y es que seguir una correcta alimentación es fundamental. Una serie de nutrientes que no deben de faltar en nuestra dieta son las vitaminas, concretamente la vitamina B y la C, ambas ayudan a disminuir los efectos de la rosácea desde dentro y mejoran el estado de la piel.

Es importante que para evitar que la rosácea empeore sigamos una dieta basada en la ingesta de alimentos de origen natural como verduras, frutas, pescados... Esto nos ayudará a mantener el organismo depurado y libre de toxinas.

Junto a esto es importante evitar algunos alimentos como el uso excesivo de condimentos culinarios, alimentos ácidos, Los cereales integrales, los quesos fermentados, el alcohol, el café o cualquier otro tipo de

---

estimulante, así como el tabaco.

El masaje suave con aceite de oliva dos o tres veces por semana, en forma circular, ayuda a mejorar los síntomas de la rosácea y a retardar su aparición.

La limpieza de la cara con un algodón empapado en una solución que se prepara con una cucharada de vinagre de manzana diluido en un vaso de agua antes de dormir.

Utilizar jabones suaves 100% naturales como el de manzanilla para lavar suavemente la piel del rostro.

Las compresas con té de manzanilla o té de tomillo frío ayudan a desinflamar y a evitar infecciones en la piel.

Pepino: el pepino es un gran desinflamante de la piel en la rosácea. Aplique rebanadas de pepino sobre la piel del rostro durante cinco minutos. Las cremas preparadas con pepino son igualmente útiles.

## **Complementos**

Una dosis de vitamina B y una cucharada de levadura de cerveza diariamente, ayudan a mejorar los síntomas de la rosácea.

La Vitamina C con bioflavonoides ayuda a desinflamar la piel y a hacen que los brotes sean menos frecuentes. La dosis es de 300 mg. de vitamina C y 800 mg. de bioflavonoides diariamente.

## **Alimentación**

La alimentación de la persona con rosácea debe incluir abundancia de productos frescos y naturales como frutas y ensaladas, así como evitar los

---

condimentos fuertes o irritantes, ácidos y estimulantes como café, alcohol y otros estimulantes.

## **¿Qué sucede con la nariz y los ojos?**

La nariz suele ser una de las primeras zonas de la cara de ser afectados en la rosácea. Puede llegar a ser de color rojo y desarrollar pequeños vasos sanguíneos dilatados notables. También puede haber protuberancias gruesas en la mitad inferior de la nariz y las áreas de las mejillas.

Algunas personas atribuyen falsamente la nariz roja prominente a la ingesta excesiva de alcohol, y este estigma pueden causar vergüenza a los que tienen rosácea.

La rosácea puede afectar a los ojos aunque no todas las personas con rosácea tienen problemas en la vista. Una complicación de la rosácea avanzada, conocida como rosácea ocular, afecta a los ojos.

Alrededor de la mitad de todas las personas con rosácea informan sensación de ardor, sequedad e irritación del revestimiento del tejido de los ojos (conjuntivitis). Estos individuos también pueden experimentar enrojecimiento de los párpados y la sensibilidad a la luz.

A menudo, los síntomas oculares pueden pasar completamente desapercibidos y no ser una preocupación importante para el individuo. Muchas veces, el médico o el oftalmólogo pueden ser los primeros en notar los síntomas oculares.

Si no se trata la rosácea ocular puede causar una complicación grave que

---

puede dañar la córnea de forma permanente, llamada queratitis rosácea. Un oftalmólogo puede ayudar a una evaluación adecuada de los ojos y prescribir gotas para los ojos con rosácea. Los antibióticos orales pueden ser útiles para tratar la piel y rosácea ocular.

## **¿Cómo se cura la rosácea?**

La rosácea actualmente no se considera una enfermedad controlable ya que se puede controlar con los tratamientos adecuados y regulares.

Hay algunas formas de rosácea que pueden ser eliminadas de manera significativa durante largos períodos de tiempo mediante un láser, luz pulsada intensa, terapia fotodinámica, o isotretinoína.

Aunque todavía no se considera una "cura", algunos pacientes experimentan resultados duraderos y pueden tener remisiones (período de tiempo libre de enfermedad) durante meses o años.

## **¿Qué pasa con el uso de medicina para el acné?**

Puesto que hay un cierto solapamiento entre el acné y la rosácea, algunos de los medicamentos pueden ser similares. El acné y la rosácea tienen en varios posibles tratamientos comunes, incluyendo (pero no limitados a) los antibióticos orales, antibióticos tópicos, lavados con base de isotretinoína, y muchos otros.

Es importante buscar el consejo de un médico antes de usar medicamentos

---

para el acné al azar, ya que en realidad pueden irritar la piel que es propensa a la rosácea. En general, la piel rosácea tiende a ser más sensible y se irrita con facilidad que la de acné común.

### **¿La rosácea empeora con la edad?**

Sí. Aunque la rosácea tiene un curso variable y no es predecible en todo el mundo, tiende a empeorar gradualmente con la edad, especialmente si no se trata. En estudios, muchos enfermos de rosácea han informado de que sin el tratamiento de su condición había avanzado de un grado "inicial" a un grado "intermedio" en el lapso de un año.

### **¿Qué efecto pueden tener rosácea en su vida?**

La rosácea puede afectar su vida mínimamente, moderadamente o severamente dependiendo de qué tan activa es la condición y su tolerancia general de los síntomas de la piel.

Algunas personas no tienen absolutamente ningún síntoma y no les molesta en absoluto su rosácea. Pueden disfrutar de una vida normal perfectamente sanos sin ningún efecto de esta condición de la piel.

Algunos pacientes realmente con cierto rubor en sus mejillas encuentran que les da un color agradable sin tener que usar rubor. Es más, Ellos ni siquiera saben que tienen rosácea.

Las personas con rosácea moderada pueden tener erupciones periódicas que requieren tratamiento con antibióticos por vía oral, rayos láser, y otras terapias. Pueden tomar diariamente antibióticos durante años y años para

---

mantener sus síntomas bajo control.

Muchas de estas personas pueden quejarse de la vergüenza a causa del enrojecimiento y el rubor que causa la rosácea. Pueden tener altibajos y momentos en que los su enfermedad los deja pasar días tranquilos y sin sobresaltos y otros cuando sienten como que están en llamas.

Otros pacientes tienen una rosácea muy molesta y que les causa problemas a diario. Hay subgrupos de enfermos de rosácea graves que tienen síntomas psicológicos, sociales, y emocionales extremos. Algunos han desarrollado fobias sociales, haciendo que se anulen o dejen situaciones en las que su rosácea se active.

Algunos pacientes se quejan de que parece que han estado bebiendo alcohol cuando en realidad no beben en absoluto. Aunque la rosácea no es una situación médica grave, los casos graves pueden causar estragos en la vida de algunos pacientes. Es importante que estos pacientes discutan sus preocupaciones físicas y emocionales con sus médicos y podrán obtener ayuda profesional en el tratamiento de la rosácea.

## **Para Finalizar**

Si la rosácea se trata adecuadamente, no debe impedir que a ninguna persona disfrutar de una vida larga y productiva. Lo invito a que lea mi historia, donde le cuento como he logrado terminar con la desagradable rosácea y recuperado el control de mi vida.

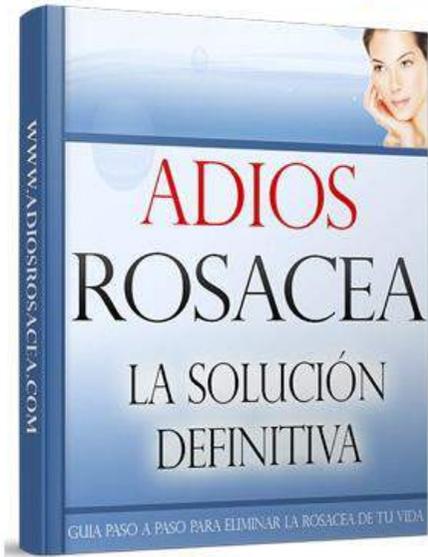
Si quiere ahorrarse horas de investigación y desea asegurarse de elegir la mejor opción para el tratamiento natural de la rosácea le recomiendo que lea la siguiente página web ahora mismo.

Realmente deseo que cumpla su objetivo cuanto antes y es por eso que debe que tomar acción HOY Mismo y descubrir todo lo que el programa

**ADIOS ROSACEA** puede hacer por Ud.

[Haz Clic Aquí Para Comenzar Ahora!](#)

**DESCARGAR ADIOS ROSACEA COMPLETO**



+

**Haz Clic Aquí**



Cortesía de [www.adiosrosacea.com](http://www.adiosrosacea.com)



**AN EXPERT'S  
RECOMMENDATION**  
Dr. Marco Basti M.D.