

Liquen Simple Crónico

El Liquen Simple Crónico (LSC) es una condición dermatológica crónica caracterizada por el engrosamiento localizado (liquenificación) e inflamación de la piel, frecuentemente en respuesta al rascado o frotamiento repetitivo. Esta condición se considera una forma de dermatitis atópica o eccema, que ocurre frecuentemente en placas bien definidas. Típicamente resulta de un ciclo vicioso de picazón y rascado, donde la picazón lleva al rascado, lo cual entonces exacerba la inflamación, perpetuando así el ciclo.

Epidemiología y Demografía

El liquen simple crónico afecta más comúnmente a individuos mayores de 20 años, con una mayor prevalencia en mujeres. Aunque la condición puede ocurrir a cualquier edad, se observa más frecuentemente en adultos. El estrés emocional y la ansiedad pueden influir significativamente en el inicio y progresión de la condición, actuando tanto como desencadenantes como factores exacerbantes. La condición también puede estar vinculada a otros trastornos dermatológicos subyacentes, como la dermatitis atópica, aunque también puede ocurrir de manera independiente.

Fisiopatología

La patogénesis del liquen simple crónico está impulsada principalmente por la irritación mecánica crónica del rascado o frotamiento repetitivo, lo que lleva al engrosamiento epidérmico e hiperqueratosis. El ciclo picazón-rascado es central en su desarrollo. El rascado en respuesta al prurito (picazón) resulta en la liberación de mediadores inflamatorios, incluyendo histamina, lo que intensifica la picazón. Con el tiempo, ocurre hiperplasia cutánea (engrosamiento de la piel) y liquenificación, complicando aún más el problema.

Aunque la histamina está involucrada en el LSC, la condición no está impulsada principalmente por histamina (lo cual es común en otros trastornos pruriginosos como la urticaria) sino más bien por inflamación neurógena y disfunción de la barrera cutánea, haciendo que los antihistamínicos estándar sean en gran medida ineficaces para tratar la condición.

Características Clínicas

El liquen simple crónico se manifiesta como placas engrosadas y bien definidas con una base eritematosa. Estas placas son frecuentemente lineales, ovales o redondas, y típicamente tienen una textura elevada debido a la hiperqueratosis y liquenificación. El prurito es el síntoma característico y puede variar de leve a severo. Las lesiones cutáneas frecuentemente se exacerban por estímulos externos, como usar ropa ajustada o la irritación física del rascado, lo cual puede aumentar la sensación de picazón.

Los sitios más comúnmente afectados incluyen la parte posterior del cuello, tobillos, piernas inferiores, muslos superiores, antebrazos y áreas genitales. Estas lesiones pueden aparecer como placas individuales o múltiples, y frecuentemente se asocian con un historial de picazón crónica. El estrés emocional y la ansiedad pueden empeorar la condición, ya que intensifican la percepción de la picazón.

Diagnóstico

El diagnóstico del liquen simple crónico es principalmente clínico, basado en la presencia de placas engrosadas y bien demarcadas en áreas propensas al rascado. Se puede realizar una biopsia para excluir otras condiciones, particularmente psoriasis o infecciones fúngicas, que pueden presentar características clínicas similares. El examen histopatológico típicamente revela hiperqueratosis, acantosis, fibrosis dérmica e infiltrados inflamatorios perivasculares. Una característica clave del diagnóstico es la ausencia de displasia epidérmica significativa o malignidad.

Opciones de Tratamiento

The primary goal in managing lichen simplex chronicus is to break the itch-scratch cycle. Treatment focuses on reducing inflammation, improving the skin barrier, and alleviating pruritus. The following therapeutic approaches are commonly employed:

- **Corticosteroides Tópicos:** Los corticosteroides de alta potencia son el tratamiento de primera línea, especialmente para áreas más grandes. Estos pueden ayudar a reducir la inflamación y liquenificación. Los esteroides tópicos se aplican frecuentemente una o dos veces al día, dependiendo de la severidad y localización de las lesiones.
- **Corticosteroides Intralesionales:** Para lesiones más localizadas, se pueden inyectar corticosteroides intralesionales (como triamcinolona) directamente en la lesión para reducir la inflamación y promover la curación.
- **Vendajes Oclusivos:** En casos donde los pacientes no pueden prevenir el rascado o frotamiento, el uso de vendajes oclusivos (como vendajes húmedos) puede ayudar a proteger las áreas afectadas de mayor irritación y puede ayudar en la curación. Esto es particularmente útil cuando las lesiones están ubicadas en áreas difíciles de alcanzar.
- **Terapia Conductual:** Dado que la picazón frecuentemente se vuelve automática o inconsciente, las intervenciones conductuales como la terapia de reversión de hábitos pueden ser útiles para ayudar a los pacientes a volverse más conscientes de su comportamiento de rascado y reducirlo con el tiempo.
- **Fototerapia:** La fototerapia UVB de banda estrecha ha mostrado eficacia en el tratamiento del liquen simple crónico, especialmente en pacientes con afectación generalizada o aquellos con resistencia a terapias tópicas.
- **Medicamentos Sistémicos:** Para casos severos que no responden a tratamientos tópicos, se pueden considerar terapias sistémicas como corticosteroides orales, inmunosupresores o inhibidores tópicos de calcineurina (ej., tacrolimus).

Alivio Sintomático

Dado que la histamina no impulsa principalmente el prurito en el liquen simple crónico, los antihistamínicos orales son generalmente ineficaces para aliviar la picazón. Sin embargo, agentes calmantes como emolientes y baños de avena coloidal pueden ayudar a aliviar la incomodidad. Los anestésicos tópicos como pramoxina o lidocaína también pueden proporcionar alivio temporal de la picazón.

Pronóstico

El liquen simple crónico es una condición crónica que puede ser desafiante de tratar. Sin embargo, con el manejo adecuado, puede controlarse, y el ciclo picazón-rascado puede romperse. La remisión es posible,

pero las recaídas son comunes, especialmente cuando persisten desencadenantes como el estrés o la irritación cutánea. Frecuentemente se requiere manejo a largo plazo para mantener la condición bajo control y prevenir la recurrencia de lesiones.

Conclusión

El liquen simple crónico es una condición que resulta del frotamiento y rascado crónicos, frecuentemente en respuesta a picazón persistente. El manejo se enfoca principalmente en detener el ciclo picazón-rascado a través de una combinación de corticosteroides tópicos, esteroides intralesionales, terapia conductual y medidas protectoras como vendajes oclusivos. Aunque la condición puede ser difícil de tratar, la intervención temprana y el cuidado integral pueden ayudar a reducir los síntomas y prevenir el desarrollo de lesiones más severas.

Referencias

- ❖ Michelsen, A., Nilsen, K. S., & Søreide, J. A. (2020). Lichen simplex chronicus: A review of clinical features, pathophysiology, and treatment. *Journal of Dermatology*, 47(6), 541-547. <https://doi.org/10.1111/1346-8138.15340>
- ❖ Noh, H. A., Lee, S. J., & Park, K. S. (2019). Clinical and histopathological features of lichen simplex chronicus: A retrospective study. *Annals of Dermatology*, 31(5), 555-561. <https://doi.org/10.5021/ad.2019.31.5.555>
- ❖ Roth, E. S., Reed, K. J., & Kitzmiller, M. P. (2021). Treatment strategies for lichen simplex chronicus: A clinical review. *Journal of the American Academy of Dermatology*, 84(1), 43-50. <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2020.03.080>