

¿QUÉ ES LA DERMATITIS ATÓPICA?

La **dermatitis atópica** es una enfermedad crónica de la piel que suele desencadenarse en **brotos** y cuyo principal síntoma es el **picor**, tan intenso que para los pacientes es muy difícil evitar el rascado.

¿CÓMO SE MANIFIESTA?

Depende de la edad. La dermatitis atópica se clasifica, dependiendo de la edad del paciente, de las siguientes formas:

- Dermatitis atópica de la infancia
- Dermatitis atópica de la niñez
- Dermatitis atópica de la adolescencia
- Dermatitis atópica en adultos

En los niños menores de 2 años suele comenzar con **enrojecimiento** de la piel y con pequeños **granitos** que muchas veces pierden líquido. Las lesiones se suelen encontrar en las **mejillas**, aunque pueden aparecer en cualquier parte del cuerpo.

A partir de los 2 años, la piel presenta un **aspecto seco** y las lesiones, que pueden agrietarse, suelen aparecer en las flexuras de brazos y piernas.

En los adolescentes la **cara** y el **tronco** son las partes más afectadas, mientras que en los adultos las lesiones se concentran sobre todo en las **manos**.

El principal síntoma la dermatitis atópica es el **picor**, que en ocasiones puede ser tan intenso que impide dormir. El rascado de la piel puede provocar lesiones e infecciones en la piel.

¿LA DERMATITIS ATÓPICA ESTÁ PROVOCADA POR LOS ALIMENTOS?

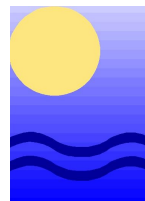
Lo más normal es que **no**, sin embargo, en algunos casos puede suceder que el bebé no tolere ciertos alimentos, lo que agrava su dermatitis.

La persona con dermatitis atópica puede comer de todo, ya que no hay ningún alimento contraindicado. En el caso de que aprecie un empeoramiento tras comer algo, consulte con su pediatra o dermatólogo.



¿EL SOL ES BENEFICIOSO?

Normalmente, la dermatitis atópica mejora en verano, por lo que se pueden recomendar las exposiciones solares. Sin embargo, el sudor puede empeorar las lesiones de la piel por lo que es **imprescindible utilizar fotoprotectores solares**.



¿PUEDO BAÑAR A MI HIJO SI TIENE DERMATITIS ATÓPICA?

Sí. Se aconseja un baño al día con **agua tibia**, **entre 30 y 32°C** y no de 37°C, ya que un agua demasiado caliente favorece la aparición de picor. A continuación, es muy importante secarse sin frotar y aplicarse un aceite especial o crema hidratante.



¿ES ACONSEJABLE EL BAÑO DIARIO?

Sí, siempre que en los 3 minutos posteriores al baño se aplique una crema hidratante. De esta forma se retiene mayor cantidad de agua y se mantiene la piel más suave y flexible.

¿LA DERMATITIS ATÓPICA ES CONTAGIOSA?

No. La dermatitis atópica no se transmite por el contacto directo con las personas que la padecen.

¿EXISTE UNA CURA?

Actualmente **no existe una cura definitiva** para la dermatitis atópica. Sin embargo, los tratamientos médicos pueden controlar de forma eficaz los síntomas como el picor y el enrojecimiento de la piel.

¿CÓMO PUEDO VESTIR A MI HIJO SI TIENE DERMATITIS ATÓPICA?

Debemos tener en cuenta la sensibilidad de la piel de los niños pequeños con dermatitis atópica a la hora de elegir la ropa para evitar provocar alguna irritación.

La ropa que entra en contacto con la piel, incluida la de la cama, debe ser de fibras naturales como el **algodón** y el **lino**. Hay que evitar las prendas de lana o fibras sintéticas, ya que son más ásperas y provocan picor.

La ropa puede lavarse a máquina, pero siempre que quede bien aclarada con una centrifugado extra. Los suavizantes deben evitarse.

¿QUÉ TIPO DE JABÓN PUEDO UTILIZAR?

Los **productos limpiadores** han de ser **muy suaves y poco irritantes**; es mejor evitar los jabones alcalinos y, en general, es preferible que no contengan perfume. Lo recomendable sería utilizar un gel sin jabón (syndet) de avena, ya que limpian la piel sin agredirla y depositan una película protectora sobre la superficie de la piel.

¿QUÉ CREMAS HIDRATANTES ES MEJOR UTILIZAR?

La elección de la crema hidratante se ve condicionada por la época del año; en las épocas calurosas se evitarán las cremas más grasas, sobre todo en la zona de pliegues, ya que su efecto oclusivo puede provocar más sudoración y aumentar el picor. En invierno sí se pueden emplear este tipo de cremas.

No es recomendable utilizar productos hidratantes con urea en menores de 5 años, por la sensación de picor que puede producir.

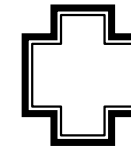
¿CÓMO APLICAR LA CREMA HIDRATANTE?

- Aplicar la crema hidratante en pequeña cantidad 2 veces al día.
- Calentar la crema en las manos antes de proceder a su aplicación.
- Aplicar la crema con toda la superficie de la mano.
- Realizar movimientos grandes, acariciando suavemente la piel.

CONSEJOS PARA LA PIEL DEL NIÑO

- El **exceso de calor y los cambios bruscos de temperatura son factores perjudiciales** para la dermatitis atópica. Es beneficioso ventilar bien las habitaciones y evitar que la calefacción aumente demasiado la temperatura ambiente, que debe situarse alrededor de los 20°C.
- **Cortar y limpiar las uñas para evitar las lesiones e infecciones** de la piel. Pequeños rasguños causados por las uñas pueden causar mucho daño en este tipo de pieles delicadas.
- El **sudor macera la piel**, por lo que es recomendable **lavarse inmediatamente después de hacer deporte** o ejercicio físico intenso. Tras el lavado, es recomendable aplicarse una crema hidratante.

DERMATITIS ATÓPICA



FARMACIA C. ZARZUELO

C/ Ciudad de Melilla – Local 20 – 21
Conjunto Plaza Mayor
29631 Benalmádena (Málaga)
Tel: 952 563067
www.farmaciazarzuelo.com

