



DERMATITIS ATÓPICA

INFORMACIÓN

El eccema atópico es una enfermedad frecuente en la infancia. Una parte importante de los niños que la padecen tiene antecedentes familiares. Asimismo es común encontrar una serie de fenómenos como asma bronquial, fiebre del heno, alergias a medicamentos, dermatitis de contacto, alergias alimentarias, etc.

Todos estos factores favorecen la inflamación de la piel y la aparición del prurito, lo que provoca que el paciente se rasque.

Este proceso tiene un curso crónico con la aparición de brotes intermitentes. Mejora con la edad y con frecuencia desaparece en la adolescencia.

En general se trata de niños inquietos, hiperactivos e inteligentes que tienen la piel seca, sensible, fácilmente irritable y que presentan brotes en los cambios estacionales.

Los tratamientos en la fase aguda tienden a controlar la inflamación; para ello se utilizan corticoides tópicos de media o baja potencia como la hidrocortisona. En esta fase es básico cumplir la pauta de tratamiento que ha establecido el médico.

En la fase crónica es fundamental hidratar la piel seca, y ello se consigue con cremas a base de avena, ácido láctico o urea.

La complicación más frecuente es la infección bacteriana, generalmente producida por estafilococos y/o estreptococos. En estos casos se utilizan antibióticos tópicos como la mupirocina.

Es muy importante tener en cuenta una serie de medidas complementarias que ayudarán en gran manera a espaciar los brotes y a reducir su intensidad.

Hay que evitar ejercer una sobreprotección del niño, permitiendo que desarrolle sus iniciativas intelectuales, artísticas o lúdicas.

Ante un brote de eccema atópico se debe acudir al médico para que instaure el tratamiento adecuado.

CONSEJOS PARA EL NIÑO ATÓPICO

1. Evitar frío y calor excesivos

Rehuir humedad relativa baja o muy elevada y situaciones con sudoración excesiva.

Evitar el viento.

2. Tipo de ropa

El niño atópico tiene una piel seca e hipersensible, por lo que muchos tejidos empeoran su picor.

Deben evitarse:

Todos los tejidos ásperos (lana virgen, lana shetland)

Fibras sintéticas

Evitar zonas de roce continuado en un mismo sitio

(algunos calcetines, etc)

Deben preferirse:

Algodón

Hilo

Pana



Durante las crisis agudas de eccema es aconsejable tener al bebé vestido de pies a cabeza (pijama de una pieza), pues es cierto que en la piel desnuda los picores son más fuertes.

Aunque la cara permanezca accesible al rascado, no suelen quedar cicatrices.

No utilizar calzado deportivo durante tiempo prolongado.

La ropa de cama (sábanas, almohadas) debe ser de algodón.

3. Lavado de la ropa

Para el lavado de la ropa NO usar detergentes, lejía ni suavizantes.

Se recomienda un buen aclarado.

4. Baño e higiene

Frecuencia: 2-3 veces por semana.

Temperatura del agua: Entre 32 - 33 °C. Preferible la ducha al baño.

NO utilizar jabones, geles, detergentes..., siendo recomendable el uso de derivados de avena.

No secar con toalla friccionando, sólo empapando.

Tras el baño y mientras la piel continúe húmeda, aplicar crema hidratante.

Cortar y limpiar las uñas con regularidad (para evitar posibles infecciones en las lesiones por rascado).

5. Productos que NO deben ser aplicados sobre la piel.

Perfumes, alcoholes (propileno-glicol), detergentes, (tipo lauril-sulfato sódico), cremas que contengan en su composición aromatizantes y parabenceno.

6. Alimentación

Hay que mantener el mayor tiempo posible la lactancia materna.

Deben evitar en lo posible (se permiten en pequeñas cantidades) estos alimentos: Mariscos, fresas, chocolate, piña, quesos, bebidas alcohólicas, frutos secos, especias, picantes, kiwi, plátano, tomate, conservas, embutidos.

En caso de que se asocie alergia a un alimento, éste deberá ser evitado.

7. Fármacos que sólo se permitirán en pequeñas cantidades, por ser histaminoliberadores.

Aspirina, codeína, polimixina.

8. Otras situaciones a evitar:

Polvo doméstico, pólenes, hongos, dérmicos de animales y sensibilizantes cutáneos tipo metales, tierra seca, yeso.

Evitar vacunas en los brotes.

Evitar contacto con hiedra, ruda, higuera.

Evitar contacto con insectos y animales de pelo y pluma.

Evitar objetos de bisutería.

Evitar deportes de competición.

Hay que realizar ventilación frecuente de la casa, aspirando a menudo el polvo (mejor aspirador que escoba) y evitando el acúmulo de alfombras y peluches.

9. Vacaciones

Deben escogerse las zonas de aire puro, porque el niño atópico suele ser sensible al polvo (aunque no padezca asma ni rinitis alérgica).

En caso de ir a la montaña, hacerlo en verano porque el frío seco del invierno agrava la sequedad característica de la piel atópica.

En general, el sol y el mar ejercen un efecto muy beneficioso sobre la piel; no obstante deben seguirse una serie de precauciones (las mismas para la piscina):

-No debe haber actividad en las lesiones y es preferible que no tenga lesiones de rascado, para evitar la irritación de la sal del agua de mar.

-Hay que evitar la exposición prolongada al sol sin bañarse, sobre todo en las horas de más calor (de 12 a 16 horas).

-Usar fotoprotector especial para pieles sensibles

-Antes del baño sobreengrasar la piel y después del baño aclarar con agua dulce y volver a sobreengrasar la piel.

A veces mejoran las lesiones al jugar el niño con arcilla, debido al sílice que lleva.



10. Tratamiento de las lesiones:

En cara y área del pañal utilizar única y exclusivamente la crema que se le indique para dicha zona.

Si persiste el prurito consultar de nuevo con el pediatra.

No utilizar curas oclusivas.

Pueden utilizarse cremas de corticoides en los brotes.

Pueden utilizarse cremas de inmunomoduladores para espaciar los brotes.

En caso de sobreinfección puede ser necesario usar una crema antibiótica.

11. Tratamiento general:

En caso de mucho picor puede usarse un antihistamínico vía oral.

En caso de brote muy extenso puede usarse un corticoide vía oral.

SERVICIO DE PEDIATRÍA

Dr Antonio Jesús Valle Traid N° colegiado: 11.410

Dra Pilar Arnauda Espatolero N° colegiado: 13.535

Dra Natalia Moreno Gonzalez N° colegiado: 14.147

Dr Pedro Pinós Laborda N° colegiado: 12.625