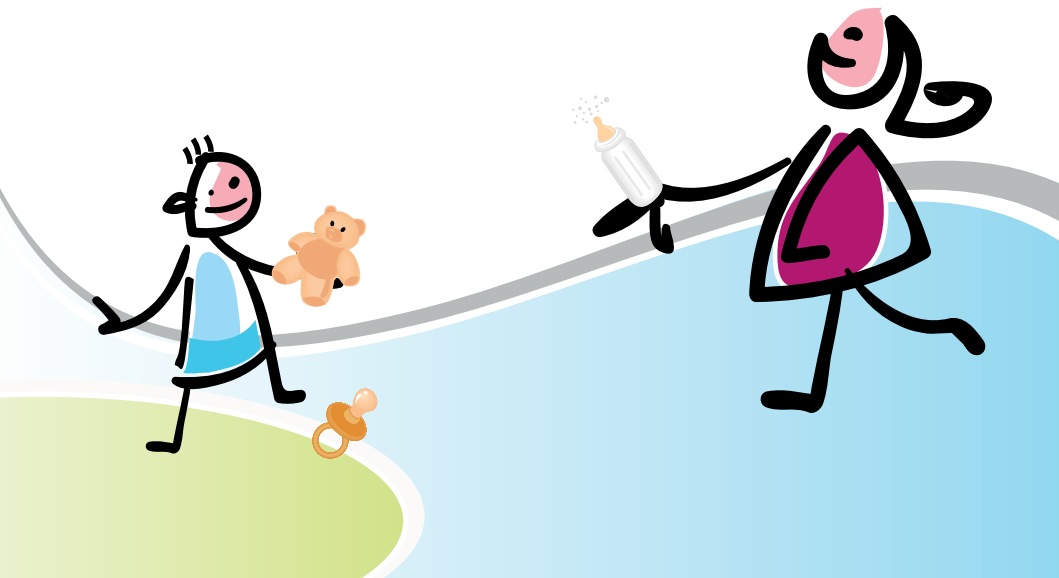




¿SU HIJO SUFRE DE DERMATITIS ATÓPICA?

CONSEJOS SIMPLES Y RESPUESTAS A LAS
PREGUNTAS MÁS FRECUENTES DE LOS PADRES



ÍNDICE

	PAG	
1	¿Qué es la dermatitis atópica?	1
2	Características de la piel	
3	Factores causantes	2
4	La alimentación	3
5	La lactancia	
6	Los deportes	4
7	El estafilococo	5
8	El estrés y la calidad de vida	
9	La ropa	6
10	Las vacunas	
11	Las alergias	
12	Cuidados generales de higiene y lubricación	7
13	Las cremas emolientes	8
14	La cortisona	
15	Recomendaciones y preguntas frecuentes	9

1

¿Qué es la dermatitis atópica?



Es una enfermedad inflamatoria, multifactorial, muy común en la edad pediátrica, que se acompaña de piel seca y comezón frecuente.



2

Características de la piel



¿CÓMO FUNCIONA LA PIEL?

La piel es una barrera viviente.

CARACTERÍSTICAS

- La piel seca del niño atópico es una piel que carece de lípidos.
- El beber agua no es útil para hidratar la piel. En cambio, las cremas emolientes e hidratantes contienen agua y grasa, que restablecen la barrera normal de la piel.
- Tanto el calor como el frío afectan la piel del niño. En época de calor, el sudor favorece la comezón mientras que en el frío la piel se reseca y también causa comezón.





La dermatitis atópica no se debe a un solo factor desencadenante. Son múltiples los que provocan la inflamación y la comezón.

■ **GENÉTICA**

Cuando uno o ambos padres tiene el mismo problema, es más factible.

■ **LOS ÁCAROS**

En algunos casos el polvo excesivo de la casa provoca comezón. De ahí la sugerencia de asear la casa diariamente y ventilarla.

■ **CARÁCTER INMUNOLÓGICO**

La función del sistema inmunológico del pequeño no se inicia con el nacimiento; para que funcione favorablemente es necesario que se confronte a los microbios. Entonces: no hay que esterilizar con exceso. Deje que su niño juegue en el suelo y deje que vaya descubriendo el mundo gateando.

■ **CONTACTO CON PRODUCTOS QUÍMICOS Y DESENGRASANTES**

Todos los jabones son desengrasantes y la piel del niño atópico tiene disminución de los lípidos, lo que permite la evaporación del agua y la entrada de alérgenos. Por ello, no es recomendable el uso de jabón en la piel inflamada ni la aplicación de cremas con colorantes, perfumes o esencias de moda.

■ **INFECCIÓN DE LA PIEL POR BACTERIAS, VIRUS, HONGOS**

La piel atópica no es lo suficientemente ácida, lo cual disminuye sus defensas naturales contra todos esos agentes infecciosos y favorece la inflamación.



4

La alimentación



¿HAY ALIMENTOS QUE SE DEBEN EVITAR?

- En general, las dietas no mejoran la dermatitis atópica.
- Solo si existe una reacción alérgica inmediata a algún alimento, éste debe evitarse.



5

La lactancia



¿LA LECHE MATERNA IMPIDE LA DERMATITIS ATÓPICA?

- Existen numerosos estudios a favor y en contra. Sin embargo, la lactancia siempre es favorable para prevenir infecciones ya que transmite anticuerpos al bebé.



“Mi hijo ya no quiere hacer deporte porque le da comezón”

- El sudor es la principal causa de comezón en el niño atópico.
- Es un irritante para la piel y los pliegues son los más afectados.
- Se recomienda que se apliquen agua fría en las zonas de comezón así como una crema hidratante y que siga jugando.
- Deben bañarse después del juego para retirar el sudor de todo el cuerpo.
- La natación es muy sana, sin embargo el cloro reseca mucho la piel por lo que se recomienda enjaugarse después de nadar. Si la dermatitis se exagera sin control, debe valorarse evitar este deporte.

¿Así, hay que prohibirles cualquier actividad deportiva?

¡Seguro que no!

Hay que dejarlos vivir una vida afectiva y social, bajo condiciones normales pero hay que considerar cada caso.

7

El estafilococo



- Cuando la piel está muy inflamada, la flora normal está alterada.
- En casos extensos de eccema, será necesario la administración de un antibiótico por su médico.
- Los baños coloidales también mejoran la flora y por lo tanto disminuyen el estafilococo.

8

El estrés y la calidad de vida



Cualquier enfermedad crónica altera el estado emocional del niño. Un niño que no duerme suficientemente por el rascado, es un niño que no descansa y por lo tanto está irritable, afectando su calidad de vida y su rendimiento escolar, así como la dinámica familiar.

He aquí el gran valor de la consulta:

- 1 Los padres tienen necesidad de expresar sus preocupaciones, sus culpas, su propio sufrimiento.
- 2 Es importante tratar de encontrar los factores que exacerban la comezón. Los casos severos se presentan en niños que demandan la atención de los padres continuamente ya sea por inseguridad, miedos, experiencias traumáticas, etc. Debemos enseñar a los padres a manejar esta situación, en forma positiva, sin regaños o golpes, asesorados por un especialista.

9

La ropa



- El algodón, es la fibra más tolerada en tanto que la lana es insoportable.
- El jabón de ropa debe ser suave, no detergente y sin químicos, como fijadores de colores, blanqueadores, suavizantes, etc.
- En adolescentes, es común la alergia a los metales contenidos en aretes, collares, pulseras, así como al contacto con la parte metálica de los remaches que se encuentran en los pantalones o en la hebilla del cinturón, por la presencia de níquel. En este caso la placa de eccema se sitúa frente a la placa metálica.



10

La vacunación



¿HAY ALGÚN PROBLEMA CON VACUNAR AL NIÑO?

Se recomienda evitarla en plena crisis.
Por lo demás, no hay ninguna contraindicación.



11

Las alergias


¿SON NECESARIAS LAS PRUEBAS DE ALERGIA?

- En general, un niño con piel inflamada produce respuestas falsas positivas.
- Las vacunas se recomiendan cuando el niño padece además asma o rinitis alérgica.



Cuidados generales de higiene y lubricación

El jabón neutro solo es neutro de olor y de color. Su pH es alto. Por ello se recomienda el uso de substitutos de jabón o el baño solo con agua, y aplicar jabón solo en cabeza, orejas, axilas, genitales y pies.

	EN CRISIS	DE MANTENIMIENTO
BAÑO 	Se recomienda de preferencia en tina, una o 2 veces al día con algún secante, por 15 a 20 minutos.	En caso de piel muy seca, aplicar aceite dermolimpiador en todo el cuerpo.
CUIDADOS LOCALES	Lubricación en los primeros 3 minutos después del baño con crema hidratante.	Lubricación en los primeros 3 minutos después del baño con crema hidratante.

EN CRISIS

Los brotes de dermatitis se desencadenan por el sudor y favorecen la infección por estafilococo lo que provoca mucha comezón, por lo tanto es muy recomendable el baño diario. Los baños muy cortos (3 minutos) no son suficientes para eliminar el sudor y la descamación.

DE MANTENIMIENTO

La piel generalmente ya no está inflamada y es más seca causando también comezón. El baño diario, hidrata la piel, desprende las escamas, el niño se relaja, juega y al salir la piel húmeda permite una mejor absorción de las cremas.

13

Las cremas emolientes



¿Cómo establecer la diferencia?

Existen 3 grandes familias de productos emolientes e hidratantes:

LAS CREMAS SIMPLES	LAS CREMAS CON ÁCIDOS GRASOS ESENCIALES OMEGA 3 Y 6	LAS CREMAS CON UREA
Su base es una mezcla de vaselina y glicerina	Contienen ácidos grasos esenciales (lípidos)	Según la concentración de urea: entre 3 y 5% es un hidratante, entre 7 a 10% sirve para disminuir el grosor de la piel.

14

La cortisona



EXISTEN 3 DIFERENTES GRUPOS DE CORTISONA DE ACUERDO A SU POTENCIA: ALTA, MEDIANA Y BAJA.

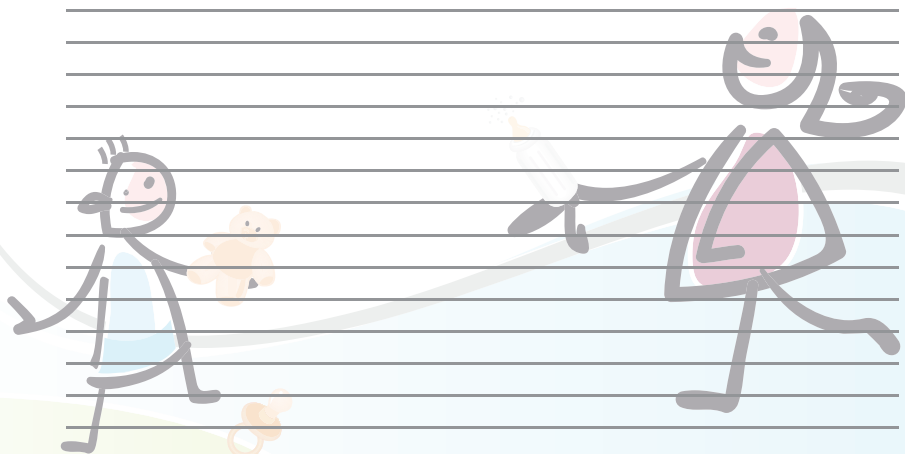
- En niños, recomendamos únicamente el uso de la cortisona de baja y mediana potencia y aplicada tópicamente.
- La cortisona en comprimidos por vía oral será manejo exclusivo del médico y en casos excepcionales ya que por largo tiempo tiene muchos efectos secundarios, como la detención del crecimiento provocando que el paciente sea de baja estatura.
- Es muy importante que los padres no autoreceten al niño.
- La cantidad que usted puede aplicar por mes sin ningún peligro es conocida. Esto será indicado por su médico y de acuerdo a cada caso en particular.
- No deben aplicarse en el área del pañal.





PROBLEMAS	SOLUCIONES A SU ALCANCE
La piel está demasiado inflamada	Baño diario, 2 veces al día, con soluciones secantes y aplicación de crema emoliente
La piel está demasiado seca	Baño una vez al día y aplicación de crema emoliente
¿Cuanto tiempo debe de ser el baño?	De 15 a 20 minutos, en tina o en regadera
Reacciona al estrés	Comunicación amable, relajamiento, psicoterapia

NOTAS



Folleto realizado con el apoyo del
Servicio de Dermatología del Instituto Nacional de Pediatría
FUNDACIÓN PARA LA DERMATITIS ATÓPICA
INVESTIGACIÓN Y EDUCACIÓN



www.fundacion-dermatitis-atopica.com.mx

