

Dermatitis Atópica: consejos y recomendaciones generales

Autoras:

Eva Escribano Ceruelo. Pediatra de Atención Primaria. CS Barcelona. Móstoles. (Madrid)

Mar Duelo Marcos. Pediatra de Atención Primaria. CS Guayaba. Área 11. (Madrid)

Palabras clave: dermatitis atópica, eczema

¿Qué es la dermatitis atópica?

La dermatitis atópica (DA) es una enfermedad inflamatoria crónica de la piel, que cursa en brotes. El picor y la recurrencia de las lesiones son los datos esenciales para el diagnóstico. Existe una marcada predisposición genética (hereditaria). Se deben establecer unos cuidados adecuados para cada paciente y en cada momento: brote o fase estable de la enfermedad.

Si su hijo tiene dermatitis atópica tiene que saber:

- La mayoría de los niños presentarán mejorías y empeoramientos (brotes) que pueden ser frecuentes (2-3 al mes) y, en ocasiones, casi constantes.
- No existe en la actualidad ningún tratamiento curativo y su evolución es impredecible.
- En general, los consejos deben ser individualizados en función de la edad, las características de las lesiones, y deben adaptarse a las necesidades cambiantes según el curso de la enfermedad.
- Los cuidados generales de la piel son fundamentales para el control de los brotes y su repercusión sobre la calidad de vida. Es imprescindible educar al paciente y sus familiares en el cuidado de su piel.
- Es difícil sobrellevar una enfermedad crónica. La meta es que el niño lleve una vida "normal". Los padres han de proporcionar a los niños un entorno de cariño y tranquilidad. Regañarle porque se rasca no resulta eficaz. El estrés emocional puede contribuir a la gravedad de los brotes.
- Los pacientes atópicos deben conocer los factores desencadenantes, las medidas generales de cuidado y tener un plan de tratamiento indicado por su médico.

Factores desencadenantes

- Evitar el contacto con sustancias que puedan desencadenar picor.
- Evitar el nylon, poliéster, la lana virgen, los plásticos y las gomas en contacto directo con la piel, así como el exceso de ropa y el tabaco.

• Algunos niños con dermatitis atópica, especialmente si tienen también otras enfermedades de tipo alérgico, como la rinitis y el asma, pueden desarrollar alergia al pelo de animales domésticos como el perro, gato o ratones.

• En general, los brotes mejoran en verano, posiblemente por una mayor exposición solar, y empeoran en invierno, primavera y otoño. En algunos pacientes su curso es continuo, con leves remisiones, si las hay.

• El baño o la ducha son adecuados para los niños atópicos. No existe un acuerdo general respecto a la preferencia de uno u otro. Los baños con agua de mar suelen ser beneficiosos.

• Hoy por hoy no existe una dieta protectora. La dermatitis, muy rara vez, se debe a alergia a algún alimento. Sólo debe excluirse cierto alimento si hay una clara relación entre su ingesta y los brotes. Sólo en tales casos está indicada la realización de pruebas alérgicas.

Tratamiento

Los emolientes (hidratantes) forman parte del tratamiento de mantenimiento de la sequedad de la piel. No deben emplearse si existen excoriaciones (heridas en la piel). Contienen aceites, parafinas, vaselina, glicerina, lanolina, ceramidas, siliconas, urea y otros componentes. Recientemente se han desarrollado nuevas líneas de emolientes con propiedades antiinflamatorias y antipruriginosas (mejoran el picor). En el mercado existe una amplísima gama de productos dirigidos a estos pacientes con gran variabilidad en tamaño y precio. Se aplicarán un mínimo de 2 veces al día.

Los medicamentos más empleados son corticoides, de diversa potencia, en forma de cremas o similares. También hay otro tipo de medicamentos llamados inmunomoduladores, especialmente indicados en la cara. Es importante realizar los tratamientos según indique el médico, y, en general, se recomienda continuarlos hasta 2 días después de remitir las lesiones y, después, seguir con los emolientes.

Dónde encontrar más información en Internet

Una revisión crítica (en inglés): <http://www.sign.ac.uk/pdf/Eczema-draft.pdf>

La Asociación Española de Familiares y Pacientes <http://www.adeaweb.org>

Protocolo de AEP: www.aeped.es/protocolos/dermatologia/dos/dermatopica.pdf

Una revisión reciente en español: www.pap.es/?id=15&idioma=ES&op=0&tipo=S