



## Puntos importantes sobre la dermatitis atópica

- La dermatitis atópica, que a menudo se conoce como eccema, es una enfermedad crónica (de larga duración) que hace que la piel se inflame e irrite, lo que causa mucha picazón.
- La dermatitis atópica es una afección frecuente, que por lo general comienza en la niñez. Sin embargo, a cualquier persona le puede dar.
- Vivir con dermatitis atópica puede ser difícil, pero los tratamientos pueden ayudar a controlar los síntomas.
- Los tratamientos pueden incluir medicamentos y cuidados de la piel.
- Puede ayudar a evitar los brotes de dermatitis atópica cuidando la piel, controlando el estrés, cumpliendo el plan de tratamiento que le dio su médico y manteniendo su hogar a una temperatura fresca.

## ¿Qué es?

### ¿Qué es la dermatitis atópica?

La dermatitis atópica, que a menudo se conoce como eccema, es una enfermedad crónica (de larga duración) que hace que la piel se inflame e irrite, lo que causa mucha picazón. Rascarse ocasiona:

- enrojecimiento,
- hinchazón,
- agrietamiento,
- secreción de un líquido transparente,
- costras,
- escamas.

En la mayoría de los casos, hay brotes o momentos en los que la enfermedad empeora, seguidos por remisiones o momentos en los que la piel mejora o los síntomas desaparecen por completo.

La dermatitis atópica es una afección frecuente y a cualquier persona le puede dar. Sin embargo, por lo general comienza en la infancia. La dermatitis atópica no se puede contagiar de una persona a

otra. Nadie sabe qué causa la dermatitis atópica. Según la gravedad de los síntomas, vivir con dermatitis atópica puede ser difícil, pero el tratamiento puede ayudar a controlar los síntomas.

## ¿A quién le puede dar?

## ¿A quién le puede dar dermatitis atópica?

La dermatitis atópica es una afección frecuente que por lo general aparece en bebés y niños. En muchos casos, la dermatitis atópica desaparece antes de la adolescencia. Sin embargo, algunos niños pueden seguir teniendo síntomas como adolescentes y adultos. Algunas veces, la enfermedad aparece por primera vez durante la edad adulta.

Usted puede tener una mayor probabilidad de desarrollar dermatitis atópica si tiene antecedentes familiares de:

- dermatitis atópica,
- rinitis alérgica,
- asma.

Además, la dermatitis atópica ocurre con mayor frecuencia en niños negros no hispanos.

## ¿Cuales son los síntomas?

## ¿Cuales son los síntomas de la dermatitis atópica?

El síntoma más común de la dermatitis atópica es la picazón, que puede ser intensa. Otros síntomas frecuentes incluyen:

- manchas secas en la piel con un color entre rojo y café oscuro;
- sarpullido que puede sangrar, o que puede supurar o secretar un líquido transparente al rascarse;
- engrosamiento y endurecimiento de la piel.

El sarpullido puede aparecer en cualquier parte del cuerpo y los síntomas pueden surgir en varias partes al mismo tiempo.

A menudo, las personas con dermatitis atópica tienen otras afecciones, como:

- asma y alergias, incluidas las de tipo alimentaria;
- otras enfermedades de la piel, como la ictiosis, que causa resequedad y engrosamiento de la piel;
- depresión o ansiedad;
- pérdida de sueño.

## ¿Cuáles son las causas?

### ¿Cuáles son las causas de la dermatitis atópica?

Nadie sabe qué causa la dermatitis atópica. Sin embargo, los médicos saben que los cambios en la piel pueden hacer que se seque, provocando lesiones e inflamación en esta. La forma en que la piel se protege y mantiene su humedad puede verse afectada por:

- cambios en los genes;
- problemas con el sistema inmunitario, que puede confundirse y volverse demasiado activo, haciendo que la piel se inflame;
- exposición a algunas cosas en el ambiente, como humo de tabaco, productos para la piel y jabones, y ciertos contaminantes del aire.

## ¿Hay alguna prueba?

### ¿Hay alguna prueba para la dermatitis atópica?

Para ver si usted o su hijo tienen dermatitis atópica, el médico puede preguntar:

- sobre sus antecedentes familiares de alergias;
- si también tiene rinitis alérgica, asma o alergias alimentarias;
- sobre su exposición a:
  - jabones,
  - ciertos perfumes y cosméticos,
  - humo de cigarrillo.
- si tiene problemas para dormir;
- si parece que algún alimento provoca urticaria;
- acerca de tratamientos previos para síntomas relacionados con la piel;
- sobre el uso de esteroides u otros medicamentos.

El médico también puede observarle la piel y el sarpullido y ordenar análisis de sangre u otras pruebas de laboratorio.

## ¿Cómo se trata?

### ¿Cómo se trata la dermatitis atópica?

Las metas para tratar la dermatitis atópica incluyen:

- manejar y controlar la piel seca,
- evitar que más piel se inflame,
- controlar la picazón,
- promover la recuperación de la piel,
- evitar infecciones por rascarse,
- prevenir los brotes.

Su médico colaborará con usted para establecer un plan de tratamiento basado en lo siguiente:

- dónde está localizado el sarpullido y qué tan fuerte es la picazón;
- las cosas que parecen provocar el sarpullido;
- la respuesta de la piel a tratamientos específicos, para determinar qué tratamientos parecen funcionar mejor.

Por lo general, los tratamientos incluyen una combinación de terapias, entre ellos:

- medicamentos, que su médico le puede recetar;
- cuidados de la piel, como la aplicación de humectantes inmediatamente después del baño;
- fototerapia, que es el uso de ondas de luz ultravioleta A o B para tratar los síntomas.

Si usted o su hijo desarrollan infecciones de la piel por dermatitis atópica, su médico puede recomendar tratamientos antibióticos adicionales, ya sean tópicos u orales.

## ¿Quién lo puede tratar?

## ¿Quién puede tratar la dermatitis atópica?

Los siguientes proveedores de atención médica pueden diagnosticar y tratar la dermatitis atópica:

- Dermatólogos, que se especializan en afecciones de la piel, el cabello y las uñas. Tal vez desee encontrar un dermatólogo que se especialice en el tratamiento de la dermatitis atópica.
- Alergólogos, que se especializan en el tratamiento de alergias.
- Proveedores de atención primaria, incluidos médicos de familia, internistas o pediatras.

## Cómo adaptarse

## Cómo adaptarse a la dermatitis atópica

Vivir con dermatitis atópica puede ser difícil. A continuación, le damos algunos consejos para ayudarle a controlar la enfermedad.

- Siga una rutina diaria de cuidado de la piel para ayudar a prevenir brotes. Algunas cosas que puede hacer para cuidar la piel:
  - Tome baños tibios para limpiar la piel sin resecarla demasiado. Limite los baños a una vez al día.
  - Use un jabón en barra suave y sin fragancia o un limpiador que no contenga jabón.
  - Seque la piel con palmaditas después del baño, pero sin permitir que se seque demasiado antes de humectarla (evite frotarla o secarla rápidamente).
  - Use una crema hidratante para sellar el agua que ha absorbido la piel durante el baño. Use crema y ungüentos, pero evite lociones con un alto contenido de agua o de alcohol, lo cual puede ocasionar quemaduras.
  - Proteja la piel contra irritantes y ropa áspera, como la lana.
- Hable con su médico sobre posibles alergias alimentarias.
- Controle el estrés. El uso de técnicas para el manejo del estrés y de relajación pueden ayudar a reducir el estrés y disminuir la posibilidad de brotes. Hable con familiares, amigos, profesionales de la salud y grupos u organizaciones de ayuda para recibir apoyo.
- Evite rascarse o frotarse, ya que esto irrita la piel, aumenta la inflamación y puede empeorar la picazón. Mantenga las uñas cortas para no rascarse tanto.
- Busque asesoramiento. Si siente agobio, vergüenza o ansiedad debido a esta afección, busque los consejos de un profesional de la salud mental.
- Mantenga nivelada la temperatura interior. Mantenga el interior de su hogar a una temperatura fresca y estable, y con niveles constantes de humedad.
- Obtenga un sueño reparador. Si usted o su hijo no puede dormir bien durante la noche debido a la picazón o por estarse rascando, hable con su médico sobre las opciones que hay para poder controlar mejor la dermatitis atópica.
- Evite exponerse a la vacuna contra la viruela. Las personas con dermatitis atópica no deben recibir esta vacuna. Hable con su médico sobre los riesgos antes de que alguien en su hogar reciba la vacuna.

## Más información

## Para más información