



El eccema (dermatitis atópica) y su hijo

El eccema (dermatitis atópica) es un problema crónico de la piel que hace que la piel esté seca y enrojecida y que produce picazón. El médico de su hijo puede ayudar a que usted y su hijo alivien y controlen los síntomas.

Aquí se presenta información de la American Academy of Pediatrics sobre el eccema y cómo puede ayudar a su hijo a evitar los brotes y manejar los síntomas.

¿Quién puede tener eccema?

Cualquier persona puede tener eccema, pero es más común en bebés, niños y adultos jóvenes. A menudo, el eccema se hereda en las familias con antecedentes de eccema o de otras enfermedades alérgicas, como fiebre del heno y asma. No es una enfermedad contagiosa.

- Alrededor del 65 % de los pacientes que tienen eccema presentan síntomas antes de cumplir 1 año de edad y alrededor del 90 % de estos pacientes presentan síntomas antes de cumplir los 5 años de edad. Muchos bebés se curan del eccema al llegar a los 4 años de edad.
- Algunos niños lo superan cuando se convierten en adultos jóvenes, aunque la piel continúa siendo seca y sensible.
- Algunas personas podrían tener eccema toda la vida, pero siempre hay formas de aliviar los síntomas.

¿Cuáles son los síntomas del eccema?

Los síntomas del eccema son diferentes en cada niño. Los síntomas comunes incluyen piel seca, enrojecida y con picazón, y sarpullido. Estos sarpullidos pueden supurar o ser muy secos. Como el eccema es un problema crónico de la piel, los síntomas pueden aparecer y desaparecer. Hay momentos en que los síntomas empeoran (se llaman brotes o exacerbaciones), seguidos por períodos en los que la piel mejora o el eccema desaparece por completo (se llaman remisiones).

El eccema puede aparecer en cualquier parte del cuerpo o solo en algunas zonas.

- En los bebés, con frecuencia aparece un sarpullido en la cara y en el cuero cabelludo.
- En niños pequeños, suele aparecer un sarpullido en los pliegues de los codos y las rodillas.
- En los adolescentes y en los adultos jóvenes, es frecuente que aparezca un sarpullido en las manos y en los pies.

¿Cómo se pueden prevenir los brotes?

Una de las cosas más útiles que usted puede hacer es prevenir los brotes antes de que ocurran.

- Mantenga humectada la piel de su hijo. La humectación debe ser una parte del plan de tratamiento diario de su hijo.
 - Use humectantes sin fragancias. Una crema o un ungüento es más humectante que una loción.
 - Después de un baño, seque la piel suavemente dando toquecitos con una toalla y luego aplique humectante sobre la piel húmeda.
 - Aplique humectante al menos una vez al día o con más frecuencia si fuera necesario.
 - El humectante debe aplicarse en la cara y en todo el cuerpo.

- Evite los agentes irritantes. Las personas que son sensibles a las telas que producen picazón o a los químicos que contienen los jabones y los detergentes deben:

- Usar telas suaves, por ejemplo, ropa 100 % de algodón.
- Utilizar productos de limpieza para el cuerpo neutros que no contengan fragancias.
- Tomar baños cortos con agua a temperatura ambiente.
- Utilizar detergente para ropa neutro, sin tinturas ni perfumes.
- Evitar utilizar suavizante para telas en la secadora.

- Recuerde a su hijo que no se rasque. Rascarse puede empeorar el sarpullido y causar una infección. Además, cuanto más se rasque, más le picará la zona. Mantenga las uñas de su hijo cortas y parejas, y trate de distraerlo para evitar que se rasque.
- Pregunte al médico de su hijo si las alergias podrían estar relacionadas con el eccema. Algunas veces las alergias, por ejemplo, a los alimentos, las mascotas, el polen o los ácaros del polvo (en la ropa de cama), pueden desencadenar el sarpullido o empeorarlo. Si el eccema de su hijo estuviera asociado con una alergia, evite lo más posible los elementos desencadenantes.
- Pregunte al médico de su hijo sobre otros factores que puedan provocar un brote. Estos factores incluyen el calor excesivo o la transpiración y el estrés.

¿Qué tipos de medicamentos se usan para tratar los síntomas?

El médico de su hijo puede recomendar medicamentos para ayudar a que su hijo se sienta mejor y a mantener los síntomas del eccema bajo control. El tipo de medicamento recomendado dependerá de cuán grave sea el eccema y de la parte del cuerpo en la que aparezca. El medicamento puede administrarse de 2 modos: aplicándose sobre la piel (*tópico*) o tomándolo por boca (*oral*). Los medicamentos tópicos están disponibles como aceites, lociones, cremas o ungüentos; los medicamentos orales están disponibles como píldoras o líquidos.

Los medicamentos que solo un médico (y algunos otros profesionales de la salud) puede indicar se llaman medicamentos *recetados*. Suelen ser más potentes que los medicamentos de venta libre (*over-the-counter*, OTC). Los medicamentos recetados están pensados para que los use solamente la persona a quien le recetan el medicamento. Los medicamentos de venta libre están disponibles sin la indicación de un médico. Esto no significa que los OTC sean inofensivos. Al igual que los medicamentos recetados, los medicamentos OTC pueden ser muy peligrosos para un niño si no se toman correctamente.

Antes de darle a su hijo algún medicamento, asegúrese de saber cómo administrarlo. Hable con el médico de su hijo si tiene alguna pregunta o inquietud acerca de darle medicamentos a su hijo.

Medicamentos de venta libre

Esteroides tópicos (cremas o ungüentos con hidrocortisona): pueden ayudar a aliviar la picazón de la piel y a disminuir la inflamación. Actúan mejor en el eccema leve.

Medicamentos tópicos para aliviar la picazón, sin esteroides: pueden brindar alivio rápido a la piel seca y con picazón, causando pocos efectos secundarios. Algunos de estos medicamentos contienen alcohol, lo que puede causar una sensación de ardor.

Antihistamínicos orales (en particular los del tipo que causan sueño en algunas personas): pueden ayudar a aliviar la picazón.

Medicamentos recetados

Esteroides tópicos: se usan para aliviar el dolor, el enrojecimiento y la hinchazón y para detener la picazón. Son los medicamentos más antiguos y de uso más amplio para el eccema, y son eficaces y seguros si se usan según las indicaciones. Si no se utilizan según lo recomendado pueden provocar efectos secundarios poco comunes, incluidos el afinamiento de la piel, estrías o acné.

Inmunomoduladores tópicos (medicamentos sin esteroides): se usan para reducir la inflamación y detener la picazón. Son una clase más nueva de medicamentos que han demostrado ser eficaces en el 80 % de los estudios realizados en niños mayores de 2 años.

Antihistamínicos orales: vienen en varios tipos diferentes para recetar y podrían ayudar a calmar la picazón en algunos niños.

Antibióticos orales: pueden recetarse si se produce una infección cutánea bacteriana secundaria.

Esteroides orales: se recomiendan con muy poca frecuencia, especialmente para los niños pequeños, porque representan muchos riesgos para la salud. Además, después de que los pacientes dejan de tomar estos medicamentos, a menudo se produce un nuevo brote.

Recursos

American Academy of Pediatrics

www.AAP.org y www.HealthyChildren.org

American Academy of Allergy, Asthma & Immunology

www.aaaai.org

American Academy of Dermatology

www.aad.org

American College of Allergy, Asthma & Immunology

www.acaai.org

National Eczema Association

www.nationaleczema.org

National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases

www.niams.nih.gov

Society for Pediatric Dermatology

www.pedsderm.net

Recuerde

El eccema es un problema crónico de la piel; por lo tanto, puede aparecer y desaparecer. Requiere que usted, su hijo y el médico de su hijo lo traten de manera continua. Si el eccema de su hijo no mejora, hable con el médico sobre lo que le preocupa.

De parte de su médico



American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



healthychildren.org

Powered by pediatricians. Trusted by parents.
from the American Academy of Pediatrics

La American Academy of Pediatrics (AAP) es una organización formada por 66 000 pediatras generales, especialistas pediátricos y especialistas en cirugía pediátrica dedicados a la salud, la seguridad y el bienestar de todos los bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

Las personas que aparecen en las fotografías de esta publicación son modelos profesionales. No tienen ninguna relación con los temas tratados. Todos los personajes que representan son ficticios. La lista de recursos no implica que la American Academy of Pediatrics (AAP) los avale. La AAP no se responsabiliza por el contenido de los recursos externos. Al momento de la publicación, la información estaba vigente. La información que se incluye en esta publicación no se debe usar como reemplazo de la asistencia médica y los consejos de su pediatra. Es posible que existan variaciones en el tratamiento que su pediatra pueda recomendar de acuerdo con los hechos y circunstancias individuales.

Translation of *Eczema (Atopic Dermatitis) and Your Child*

© 2018 American Academy of Pediatrics. Todos los derechos reservados.