

# Eccema

## ¿Qué es eccema?

El eccema es un tipo hereditario de la piel sensible y seca. El eccema a menudo comienza en las mejillas de 2 a 6 meses de edad. La erupción se encuentra más comúnmente en los pliegues de los codos, las muñecas y las rodillas. De vez en cuando, el eccema se produce en el cuello, los tobillos y los pies también. La erupción es roja y con mucha comezón. Si se rasca, la erupción se irrita y corre. La piel de la persona con eccema es básicamente diferente porque pica más fácilmente que la piel normal. Además, los pacientes con eccema tienden a tener la piel más seca, con menos aceites naturales. Los cambios de temperatura y el tiempo pueden afectar a la piel. Aunque, no hay cura en la actualidad, el alivio se puede obtener con las siguientes medidas.

## ¿Qué causa el eccema?

El eccema es una condición hereditaria de la piel seca y sensible. El eccema se desencadena por contacto con cosas como jabón y cloro. Puede empeorar también con baños calientes. En el 30% de los bebés con eccema, los brotes ocurren dentro de 2 horas después de consumir ciertos alimentos (por ejemplo, leche de vaca, huevos o crema de cacahuete).

## ¿Cuánto dura?

El eccema es un problema muy común, pero crónica. La mayoría de los bebés se recuperan y se mejoran por la edad de dos años. Por lo general, no hay cicatrices a menos que haya habido una infección secundaria. Algunos bebés seguirán teniendo el eccema hasta que están en edad escolar momento en el que desaparece. Hay muy pocos de estos niños en edad escolar que siguen teniendo problemas en la edad adulta. La mayoría de las personas con eccema mejoran con el tiempo. El objetivo es el control, no cura. El tratamiento temprano de cualquier picazón puede ayudar a prevenir una erupción severa.

## ¿Cómo puedo cuidar a mi hijo?

- **Cremas esteroides**

Cremas y ungüentos esteroides son el tratamiento principal para el picor y enrojecimiento del eccema. Una vez que se le haya calmado la picazón, continúe usándola por una semana más. Lleve la crema siempre que salga de viaje y asegúrese de comprar más antes de que se le acabe. Nunca use esta crema esteroide más fuerte en la cara.

- **La hidratación de la piel**

Para evitar brotes de eccema, evite que la piel se seque después de un baño enseguida lubrique la piel con crema (véase más adelante). La piel mojada es menos pica, pero debe estar cubierta por una crema lubricante poco después de salir del baño. Eccema es muy sensible a los jabones, especialmente a un baño de burbujas. Jabones para la piel sensible son los mejores para la limpieza. Jabones no secantes o alternativas de jabón como **Dove (sin perfume para la piel sensible)** o **Cetaphil** funcionan bien. Mantenga el champú fuera del eccema.

- **Cremas lubricantes**

Aplique un producto lubricante una vez al día (dos veces al día durante el invierno) todos los días. Algunos productos lubricantes son Keri, Lubriderm, Nivea, Nutraderm, Moisturel, y el aceite de coco. **CeraVe** crema y **Aquaphor** son excelentes lubricantes. Además, la **vaselina** es uno de los humectantes menos costosos y más eficaces. Los niños con eccema tienen piel seca la mayor parte del tiempo. Después de un baño de 10 minutos, la piel se hidrata y se siente bien. Ayude a conservar la humedad de la piel mediante la aplicación de una capa externa de algún producto lubricante a toda la superficie de la piel mientras está húmedo (a 3 minutos de salir del baño). **Aplíquelo después** de haberse puesto crema/ungüento esteroides en las áreas rojas o con picazón. Para eccema severo, ungüentos son muy útiles porque ayudan a atrapar la humedad e hidratan la piel.

- **Medicamentos antihistamínicos**

Necesita un antihistamínico a la hora de acostarse para la picazón que no deja dormir al niño o que lo despierta por la noche.

## ¿Cómo puedo prevenir el eccema?

### EVITE LO SIGUIENTE:

- (1) Los perfumes de todo tipo (si huele bien, no lo use!),
- (2) Lana (mantas, ropa),
- (3) Plumas (en almohadas o cobertores),
- (4) Animales de todo tipo (excepto peces),
- (5) Los insecticidas,
- (6) El sobrecalentamiento (causada por sobre vestir, o temperaturas altas de las habitaciones),
- (7) El contacto con personas quienes recientemente fueron administrada la vacunación contra la viruela o ampollas febriles (herpes simple). Los pacientes atópicos son más susceptibles a una forma grave de estas condiciones.
- (8) Níquel (en algunas joyas),
- (9) Ambientes secos (sobre todo en invierno con calor seco). Un humidificador en la habitación del niño puede ser de un poco de ayuda.
- (10) Cualquier tejido que es "estridente" a la piel
- (11) El polvo y los colectores de polvo como alfombras de pelusa, persianas venecianas, juguetes de peluche,
- (12) Baño de burbujas,
- (13) Suavizantes de ropa, detergentes pesados (especialmente Tide)

Trate de todos amamantar los recién nacidos de alto. De lo contrario, utilice una fórmula de soya. Además, trate de evitar los productos de leche de vaca, soya, huevos, mantequilla de maní, trigo y pescado durante el primer año de su bebé.

### ALGUNAS COSAS QUE RECORDAR:

El eccema no es contagioso. Inyecciones de desensibilización nunca se han demostrado ser de ayuda en el tratamiento de eccema. El buen cuidado de la piel ayudará a controlar el eccema.

### ESTEROIDES BAJO OCLUSIÓN DURANTE UN BROTE SEVERO:

Cubrir la piel durante la noche aumenta la penetración y eficacia de los medicamentos con cortisona tópica. Para la dermatitis severa puedes usar envolturas de húmedo a seco, durante la noche, después de aplicar una capa de cortisona para la erupción, no más de 5 noches seguidas. Por favor, siga estas indicaciones con cuidado:

1. A la hora de acostarse, aplique su medicamento (cortisona) finamente solamente en las áreas de erupción. Esto también funciona bien si se aplica el medicamento sobre la piel mojada, directamente después del baño. Tome un rollo de gasa, Kerlix o Kling (estos están disponibles en su farmacia local), humedézcala con agua limpia y tibia y exprima el exceso de agua. Envuelva el área medicamentosa.
2. Envuelva sobre la gasa húmeda con una gasa seca y asegúrela con cinta adhesiva
3. Al principio, el uso de las envolturas puede ser un poco incómodo. Puede que tenga que calentar la habitación por la noche para evitar escalofríos, especialmente si usted ha cubierto una gran cantidad de superficie corporal. En los niños, el uso de 2 conjuntos de ropa interior térmica a veces funciona mejor para grandes superficies.
4. Durante el día, siga las indicaciones del tratamiento de la dermatitis y la protección, como lo indique su médico. Aplique una capa fina de lubricante durante el día y a menudo a toda la zona. (Vaselina, Aquafor)
5. Usted tendrá una cita de 7 a 14 días después de comenzar el tratamiento con cortisona / oclusión.
6. Siga las indicaciones correctamente hasta su próxima cita. El tratamiento con cortisona / oclusión debe usarse sólo bajo supervisión médica y no debe exceder de 5 noches seguidas. No aplique el medicamento en piel normal.

**PRECAUCIÓN:** Fuerte cortisona, usada bajo oclusión, puede hacer que su piel se adelgace y se agriete con facilidad. Para evitar esto, asegúrese de usar el tratamiento con cortisona / oclusión sobre una base "según sea necesario" solamente.

### ¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame de INMEDIATO si:

- Las ronchas parecen estar infectadas y su hijo tiene fiebre
- Las ronchas brotan después del contacto con ampollas febriles (que salen en la boca)

Llame durante horas de consulta si:

- Las ronchas se ven abiertas y la carne viva (en diferentes partes del cuerpo)
- Las ronchas se observan infectadas (es decir, con estrías rojizas, pus y costras amarillentas)
- Las ronchas no mejoran después de 7 días de aplicar el tratamiento
- Usted tiene alguna otra pregunta o preocupación