



CUIDADOS GENERALES EN PACIENTES CON DERMATITIS ATÓPICA

Con carácter general se evitarán todas aquellas circunstancias que producen prurito en condiciones normales, efecto que generalmente es mayor en los pacientes con dermatitis atópica (DA). Estas medidas incluyen:

1. **Eliminación de los factores desencadenantes de brotes:**
 - a. Baños excesivos.
 - b. Baja humedad ambiental.
 - c. Stress emocional.
 - d. Sudoración excesiva.
 - e. Exposición de la piel a detergentes y polvo de la casa.

2. La **alergia alimentaria** no se considera, generalmente, un factor desencadenante en la DA. Por otra parte, la eliminación de determinados alimentos es muy difícil debido a su inclusión en la preparación de muchos productos de elaboración industrial y pueden suponer un riesgo nutricional en el crecimiento del niño. Solo se remitirán al especialista en alergología para evaluación diagnóstica aquellos pacientes con DA en los que sospechemos alergia cutánea

3. **Medidas higiénicas:**
 - a. Baños cortos con agua tibia, evitando la fricción de la piel con esponjas.
 - b. Secar cuidadosamente la piel sin frotar con la toalla.
 - c. Hidratación de la piel. Las cremas hidratantes específicas son la clave para restaurar el defecto de la barrera epidérmica que provoca la DA. Aplicarla después del baño cuando la piel está aún húmeda
 - d. Evitar el calor y el sudor.
 - e. Ventilación adecuada de la casa y eliminación del polvo doméstico mediante el uso de aspiradores. Evitar las alfombras y otros objetos que favorecen su concentración.
 - f. Ropa de algodón, lino o seda natural. Evitar tejidos sintéticos o de lana.
 - g. Evitar el uso de lejías y suavizantes al lavar la ropa. Aclarar bien la ropa.
 - h. Cambio frecuente de los pañales.
 - i. Usar preferiblemente calzado de cuero en invierno y de tela en verano.
 - j. Mantener las uñas cortas y limpias para evitar infecciones secundarias al rascado.

4. **Vacunación.** Deben recibir el calendario vacunal completo y a su debido tiempo, si no existen otras contraindicaciones.
5. Uso de **fotoprotectores específicos** para la DA. En caso de brote evitar los baños.
6. Uso de **antihistamínicos** para el control del picor.
7. **Tratamiento del stress y de la ansiedad.**