

¿Qué es el eccema?

- El eccema es un problema de la piel que, al perder agua, crea una barrera débil de la piel. También se le conoce como dermatitis atópica.
 - Una barrera débil de la piel causa enrojecimiento, inflamación y picazón en la piel.
 - Esto ocurre en diferentes áreas de la piel y en diferentes momentos.
- Algunas veces, se puede lograr controlar la piel de su niño. Otras veces, la piel pica y se puede poner roja. Es lo que se conoce como recrudecimiento (rebrote) del eccema.
- Los niños que tienen eccema también pueden tener asma o alergias, aunque las alergias no causan eccema.

¿Qué desencadena el eccema de mi niño?

Algunos elementos del ambiente pueden irritar el eccema de su niño y causar su recrudecimiento. Se llaman desencadenantes. Entre ellos, se encuentran:

- Las bacterias (gérmenes)
- El estrés
- Las telas, como las de algunas prendas de vestir, toallas y sábanas
- Los jabones y detergentes
- Las lociones y cremas que tienen olor
- Los cambios del tiempo (calor o frío)
- Estar bajo el sol y sudar
- La caspa de animales, el polen y el moho

¿Las alergias alimentarias causan eccema?

Ni los alimentos ni las alergias causan eccema. Pueden ser desencadenantes solo en un número muy pequeño de niños. Además, las investigaciones no demuestran que eliminar ciertos alimentos de su dieta les ayude. En el caso de la mayoría de los niños, retirar ciertos alimentos no hace que los síntomas sean menos intensos, ni previene recrudecimientos.

Generalmente, los médicos no les indican a los padres que retiren ciertos alimentos de la dieta de sus niños para ayudar a controlar su eccema. Retirar alimentos de la dieta, especialmente los alérgenos alimentarios más comunes, puede:

- Causar una mala nutrición.
- Afectar el desarrollo del niño.
- Aumentar el riesgo de reacciones de hipersensibilidad tipo I (mediada por la IgE). Esto causa síntomas como urticaria (sarpullido), hinchazón y vómitos (devolver).

Eccema, continuación

¿Cuál es el tratamiento?

El objetivo es lograr que la capa superior de la piel esté más fuerte. Para lograrlo, se usan cremas, ungüentos y medicamentos o se dan cuidados especiales. Esto ayuda para la picazón, el enrojecimiento, la inflamación o la irritación. A continuación, le damos algunas indicaciones para el tratamiento. Hable con su médico para saber qué es lo más adecuado para su niño.

Remoje y selle

- **Remoje** la piel en agua durante un mínimo de 10 a 15 minutos, todos los días. Puede hacerlo cuando su niño se esté duchando o aseándose en la bañera.
- Use jabones y champús suaves y sin fragancia (que no huelan a nada). Enjuáguele muy bien la piel con agua.
- Séquelo dándole palmaditas. Mantenga la piel un poco húmeda y humectada.
- **Selle** la humedad en la piel. Hágalo aplicándole una crema gruesa o un ungüento grasoso en la piel de su niño. Puede usar cualquiera de estos:
 - CeraVe
 - Vaseline
 - Aquaphor
 - Eucerin

Medicamentos para la piel

- El médico de su niño puede prescribirle un medicamento con algún esteroide para que se lo ponga en la piel. Es lo que se conoce como un corticoesteroide tópico.
- Use el medicamento como se lo indicó su médico. Por lo general, se pone una capa delgada del medicamento sobre la erupción, hasta 2 veces al día. Puede aplicarse 1 vez en la mañana y 1 vez en la noche.
- Ponga el medicamento solo sobre la erupción y no sobre la piel que se ve sana. Esto ayuda a evitar problemas que se conocen como efectos secundarios.
- Ponga primero el medicamento sobre la erupción. Luego, ponga una crema o ungüento grasoso sobre la piel normal.
- Consulte con el médico cuál medicamento debe poner sobre áreas delicadas, como la cara, las axilas o las áreas cercanas a las partes íntimas.

Antihistamínicos

- Su niño puede tener dificultad para dormir cuando le pica la piel.
- Si esto sucede, su médico le puede prescribir antihistamínicos como: cetirizina (Zyrtec), difenhidramina (Benadryl) o hidroxicina (Atarax).

En caso de una emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

Eccema, continuación

Envoltorios húmedos

- El eccema de su niño puede empeorar en algunos momentos.
- Cuando esto sucede, su médico puede indicarle que le ponga envoltorios húmedos. Esto puede ayudarle cuando tiene dolor y picazón.
- Para hacerlo:
 - Duche a su niño o dele un baño en la bañera. Seque dando palmaditas.
 - Si el médico se lo ha prescrito, póngale el medicamento con esteroides sobre la erupción.
 - Póngale una crema hidratante gruesa (Vaseline, Acquaphor o Eucerin).
 - Moje su pijama de algodón con agua tibia. Exprima el exceso de agua hasta que solo esté húmedo.
 - Ayude a su niño a ponerse la pijama húmeda.
 - Póngale una pijama seca encima de la húmeda.
 - Ajuste la temperatura de la habitación o tápelo con cobijas para mantener cómodo a su niño.
 - Asegúrese de que su niño use la pijama húmeda unas 3 o 4 horas, o mientras duerme.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame al médico de su niño si:

- El eccema de su niño no mejora después de 2 semanas de tratamiento.
- Su niño tiene una infección en la piel con costras amarillas o pústulas rojas dolorosas que contienen pus amarilla o blanca.
- La piel de su niño se está adelgazando o aclarando.
- Su niño está triste o deprimido.

Esta hoja educativa contiene solo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de una emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.