

Dr. Iván Chérrez Ojeda
Especialista en Alergia y Neumología
(04)2288450 - 2288457

DERMATITIS ATOPICA O ECZEMA

Que es el eczema?

También conocido como Dermatitis Atópica, es un trastorno común que hace que la piel se reseque, se inflame y se sienta picazón. El eczema se describe muchas veces como la “picazón con sarpullido”. El rascado repetido inflama el área y comienza un ciclo vicioso. Si los pacientes no se rascan no se desarrolla el sarpullido.

Quienes lo tienen?

Si bien es más común en criaturas y niños pequeños, los síntomas del eczema pueden aparecer en otras etapas de la vida y hasta en el nacimiento. El 85% de los pacientes con eczema se diagnostican antes de los 5 años de edad. El eczema afecta a personas de todas las razas.

Que aspecto tiene?

En las criaturas y los niños pequeños, el eczema adquiere un aspecto enrojecido, de exudación o costra. El eczema es común en la cara, el cuero cabelludo, el cuello y sobre los antebrazos y las piernas. En adolescentes y adultos, las áreas de la piel afectadas aparecen secas, con escamas y engrosadas, y a menudo pueden verse en el pliegue del codo, la parte posterior de la rodilla, la muñeca y el tobillo.

Es contagioso?

No. El eczema no es infeccioso o contagioso y por lo tanto no se puede transmitir de una persona a otra.

Que causa el eczema?

Se desconoce la causa exacta del eczema. No obstante, los científicos creen que es un trastorno genético que involucra al sistema inmunológico y esta influenciado por factores ambientales. Es más probable que una persona desarrolle la condición si uno o ambos padres tienen eczema o una condición alérgica, tal como es asma o fiebre del heno.

Cuanto dura el eczema?

Los síntomas normalmente mejoran a medida que avanza la niñez. No obstante, algunas personas experimentan brotes de eczema durante toda su vida. Los afectados pueden tener periodos de mejoría, llamados remisiones, cuando el sarpullido desaparece y periodos en que empeora, llamadas exacerbaciones o brotes. Algunas personas pueden entrar en una remisión permanente, pero aun así son susceptibles a tener una piel seca y con picazón, que se irrita fácilmente. Incluso si el eczema desaparece, algunos pacientes desarrollan mas adelante en sus vidas una condición alérgica tal como el asma o la fiebre del heno.

Que factores pueden desencadenar un brote de eczema?

Hay numerosos factores que pueden empeorar el sarpullido del eczema. Es importante identificar y reducir la exposición a tantos factores desencadenantes como sea posible a fin de ayudar a aliviar el eczema.

- **Piel reseca.**- La piel normal actúa como barrera protectora contra los gérmenes y la suciedad. Cuando la piel se reseca, se cuartea, pierde humedad y es más susceptible a la infección.
- **Irritantes.**- cualquiera de las siguientes sustancias puede causar enrojecimiento, picazón, quemaduras o sequedad de la piel: solventes, pinturas, detergentes, telas de lana y fragancias.
- **Alergenos.**- Los alimentos, el polen, la caspa de mascotas y los ácaros del polvo pueden desencadenar un brote en un paciente que sea alérgico a ellos.
- **Tensión.**- La angustia, el miedo, la frustración y el desconcierto pueden causar rubor y picazón de la piel.
- **Calor y sudor.**- Los extremos de temperatura, humedad elevada y baja, así como el ejercicio, pueden producir síntomas de pinchazos y picazón.
- **Infecciones.**- Las infecciones bacterianas, virales y fungicidas pueden desencadenar un brote.

Las alergias a los alimentos pueden desencadenar el eczema?

Si. La ingestión de ciertos alimentos puede causar un brote de eczema, especialmente en los niños menores de 2 años. Los alimentos que se asocian más comúnmente con los brotes son la leche, los huevos, los cacahuates, la soya, el trigo y los mariscos. La eliminación de alimentos de la dieta personal se realizara bajo la supervisión de su medico que esta capacitado para recomendar sustitutos apropiados.

Como se deberían evitar los factores desencadenantes?

- Aplique crema humectante a la piel húmeda inmediatamente después del baño. Evite lociones y aceites de baño, porque a menudo contienen alcohol y pueden reseca aun más la piel.
- El baño debe de ser con agua tibia. Evite las duchas prolongadas y calientes.
- Evite el frotamiento excesivo.
- Use un jabón o espuma limpiadora suave para el baño.
- Evite los detergentes y jabones perfumados.
- Mantenga las unas cortas para evitar el rascado.
- Use prendas de algodón sueltas, evite las telas irritantes tales como el nylon y la lana.
- Si descubre que tiene alergia a la caspa de las mascotas, retirelas de la casa.
- Evite los ácaros del polvo usando fundas de colchones y almohadas especiales y retirando las almohadas de plumas y las alfombras si es posible.

Tiene cura el eczema?

Si bien no tiene cura hasta ahora, el eczema se puede controlar con medidas preventivas y tratamientos adecuados cuando se produce un brote.