

DERMATITIS ATÓPICA: CUIDADO EN LOS NIÑOS

Qué pasa cuando su niño sufre de Dermatitis Atópica?

• La Dermatitis Atópica es muy común entre los niños más pequeños. El 10% de los niños menores de 5 años la tienen. En muchos niños la Dermatitis Atópica desaparece cuando crecen, pero mientras tanto se necesita atención especial para ese niño. No se le puede decir al niño que no se rasque cuando tiene picazón! A continuación unos consejos que le pueden ayudar:

- Humectar, humectar, humectar
- Bañe a su niño en agua tibia, por solo 5 minutos usando un jabón suave
- Después del baño seque la piel pero no completamente y dentro de 3 minutos después del baño, aplique crema humectante.
- Solo use lociones y jabones que hayan sido recomendados por su médico. Trate de usar productos sin fragancia o perfume.
- Mantenga corta las unas de su niño para evitar que se rasque y que se parta la piel. La Dermatitis Atópica hace que la piel se vuelva sensible a los gérmenes, los cuales pueden ingresar fácilmente en heridas.
- Se debe usar ropa que sea 100% algodón y que no sea pegada al cuerpo, ya que esto evita el sudor que puede ser un irritante. Si la ropa es nueva, es mejor lavarla antes de usarla, ya que de esta manera se vuelve más suave. Retire etiquetas de la ropa de sus niños para que no se irrite la piel.
- Evite la lana u otra ropa que sea dura. Si es posible retire las alfombras de lana. Si usted utiliza algo de lana, ponga un panel de algodón mientras carga a su niño.
- Asegurese de que la habitación de su niño no sea muy caliente.
- En climas secos o fríos es mejor utilizar un humidificador de ambiente para mantener el aire húmedo.
- Si su hijo es alérgico al polvo, utilice forros protectores para las almohadas, colchones, y lave frecuentemente la sobrecama en agua caliente.
- Mantenga a los animales afuera de las casas, o no permita que se suban en camas u otros muebles.
- Si la picazón es muy frecuente en la noche, usted puede utilizar una toalla remojada en agua fría y pasarla sobre el niño y enseguida aplicar crema humectante y darle un sedante antihistamínico (solo si el pediatra lo recomienda).

Calmando el estrés emocional

- Los niños también sufren de estrés y esto puede empeorar la Dermatitis Atópica... El control del estrés no solo hace que el niño este más calmado sino que también le ayuda a usted a recordar el

horario de bañar/humectar/medicar. Es importante que la persona que cuida a su hijo también siga la misma rutina.

- Hable con su hijo de la Dermatitis Atópica. Enséñeles cuales son las cosas que le causan brotes y lo más importante que es que la piel se humedezca y que se utilice su medicina. Su niño también va a necesitar ayuda en como manejar los comentarios de otros niños y adultos. Si su niño ya es grande, ayúdele a encontrar métodos de explicación para decir que la Dermatitis Atópica no es contagiosa.
- También dígame a su hijo que existe la posibilidad de que la Dermatitis Atópica se haga mas fácil de tratar mientras vaya creciendo y que hay una posibilidad de que se cure completamente.