

La dermatitis es molesta, pero se puede controlar con cuidados adecuados y constancia. No define su salud general. Con paciencia y seguimiento médico, su piel puede mejorar significativamente.

¿Cómo manejar la dermatitis?

Atópica, seborreica y no especificada

información para usted y su familia

¿Qué es la dermatitis?

Es una inflamación de la piel que produce enrojecimiento, picazón y, a veces, descamación o lesiones.

No es contagiosa, pero puede empeorar si no se cuida la piel adecuadamente.

Existen varios tipos; los más comunes son tres:



Atópica (eccema)



Crónica, relacionada con alergias y piel seca. Afecta los pliegues de brazos, rodillas, cuello y manos. Picazón intensa, peor en la noche. Lesiones rojas que pueden supurar o engrosarse por el rascado.

Seborreica



Afecta zonas con más grasa: cara, cuero cabelludo, pecho. Placas rojas con escamas blancas o amarillentas. Caspa persistente. Puede dar picazón y enrojecimiento detrás de las orejas o en los lados de la nariz.

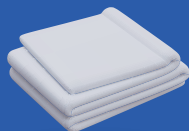
No especificada



Cuando la causa exacta no se ha definido, pero hay irritación e inflamación. Piel enrojecida con picazón o ardor. Puede aparecer en cualquier parte del cuerpo.

¿Qué puede hacer en casa?

- Cuidado diario de la piel.
- Use jabones suaves, neutros o de tipo syndet (sin detergentes agresivos).
- Báñese con agua tibia, nunca caliente.
- Seque la piel con suavidad, sin frotar.
- Aplique cremas o emolientes sin perfume inmediatamente después del baño, mientras la piel aún está húmeda.



Evite lo que empeora la piel

- **No se rasque, En niños:** mantenga las uñas cortas y use guantes de algodón si es necesario.
- Evite perfumes, detergentes fuertes y ropa sintética o áspera.
- El estrés, el calor excesivo y los cambios bruscos de clima también pueden agravar los síntomas.

Tratamientos específicos: consulte con su médico, si es necesario lo derivará a la consulta con el dermatólogo, NO se automedique.

Consulte al médico si...



Las lesiones empeoran o no mejoran con los cuidados básicos.



Aparecen costras amarillentas, pus o fiebre (puede indicar una infección).



La picazón es tan intensa que afecta su sueño o sus actividades diarias.



La afectación se extiende a áreas grandes del cuerpo.



Su hijo es pequeño y tiene episodios frecuentes.

Recomendaciones finales

- Sea constante con la hidratación diaria de su piel: es la base del control.
- Siga las indicaciones médicas y no se automedique.
- Aprenda a identificar qué empeora su piel: alimentos, clima, estrés o productos de higiene.
- En niños: explíqueles que no deben rascarse y ayúdeles con medidas de alivio como aplicar crema fría o mantener las uñas cortas.

