

Recomendaciones para el cuidado de la dermatitis atópica

Cuidar de la piel en casa ayuda a reducir la necesidad de usar medicamentos.¹
A su vez, para cada situación se debe tener en cuenta:



1 Para la picazón

Evitar rascarse: no se debe rascar la zona inflamada o irritada.¹

Aliviar la picazón: con el uso de humectantes, esteroides tópicos u otras cremas recetadas por un profesional de la salud.¹

Mantener las uñas cortas: se puede contemplar la posibilidad de usar guantes suaves si el rascado nocturno es un problema.¹

Al bañarse

Bañarse con menos frecuencia: además de mantener un contacto con el agua lo más corto posible.¹

Utilizar productos especiales para el cuidado de la piel: en lugar de jabones tradicionales.¹

Evitar secar con demasiada fuerza: no se debe frotar la piel con fuerza ni por mucho tiempo.¹

Aplicar cremas sobre la piel luego del baño: pueden ser lociones o ungüentos lubricantes. Se recomienda que se realice sobre la piel húmeda.¹



3 Cuidado diario de la piel

Mantener la piel lubricada o humectada: se puede usar una loción, crema o ungüento (como vaselina) entre 2 a 3 veces al día.¹

Utilizar humectantes libres de alcohol: así como de esencias, colorantes, fragancias u otros químicos.¹

Aplicar humectantes y emolientes sobre la piel húmeda: estos funcionan mejor de esa manera.¹

Secar la piel dando palmaditas: después de baño y aplicando enseguida crema humectante.¹

Evitar factores que activan los síntomas

Contacto con lana u otros tejidos que causan comezón: tratar de usar prendas de vestir y ropa de cama de textura suave, como el algodón.¹

Reducir la sudoración: evitar el uso de demasiada ropa en climas con altas temperaturas.¹

Evitar el uso de jabones o detergentes fuertes: así como de productos químicos y disolventes.¹



Referencia:

1. Medlineplus. Cuidados personales - la dermatitis atópica. (Ultima revisión 6/7/2023)., [Consultado el 03 de octubre del 2023]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000418.htm>

Somos Mi Salud Me Mueve, un espacio donde encontrarás información que puede ser útil o de interés para mantener un estilo de vida saludable y conocer sobre diferentes temas de salud en pro del cuidado y el bienestar tuyo y de tu familia. Porque tu salud nos mueve.



Esta es una campaña educativa de Pfizer S.A.S. La información aquí presentada es desarrollada con un fin educativo y no se debe utilizar para realizar diagnósticos o tratamientos de ninguna condición médica, ni sustituye la consulta médica. ©Pfizer S.A.S. Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción total o parcial sin autorización del titular. PP-UNP-COL-1031