

Plan terapéutico para la dermatitis atópica

Guía para el paciente

El siguiente es el plan de tratamiento recomendado por su médico.

Tratamiento para el cuidado de la piel durante todo el año

✓ Si corresponde	Pautas para el cuidado de la piel	Periodicidad	Duración	Observaciones
	 Baño de inmersión de 15 minutos con agua corriente y jabón neutro	Todos los días	Siempre	
	 Con la piel todavía húmeda, aplicar un emoliente en cara y cuerpo	Una vez al día después del baño	Siempre	
	 Aplicar pimecrolimus en las zonas con dermatitis atópica (DA)	Dos veces al día	Hasta que sanen	
	 Utilizar hidroxicina	Antes de dormir	Cuando se necesite	Para la picazón

El cuidado de la piel durante los brotes de DA

✓ Si corresponde	Pautas para el cuidado de la piel	Periodicidad	Duración	Observaciones
	 Añadir media taza de lejía al agua del baño	Todos los días	2 semanas	
	 Usar los medicamentos de acuerdo a lo indicado	Dos veces al día	2 semanas	Si el eccema no mejora (menor enrojecimiento y picor), consulte a su médico.
	 Aplicar un emoliente en las zonas afectadas de rostro y cuerpo	Después del baño y varias veces más al día	Siempre	El emoliente siempre se debe aplicar después de los medicamentos.
	 Terapia con vendajes húmedos	De 2 a 24 horas, si se tolera bien	Varios días o según lo indicado	
	 Aplicar pomada de hidrocortisona al 2,5 % en las zonas con DA	Dos veces al día	14 días	No aplicar en el rostro
	 Aplicar pomada de triamcinolona al 0,1 % en las zonas con DA	Dos veces al día	14 días	No aplicar en el rostro
	 Utilizar hidroxicina	Antes de dormir	Cuando se necesite	Para la picazón

Terapia de vendajes húmedos para la dermatitis atópica

Guía para el paciente



Aplicar un agente tópico en la zona a tratar.



Cubrir con una primera capa húmeda de vendajes tubulares, gasa o algodón. Para áreas extensas, cubrir con una capa húmeda de pijamas, calcetines o ropa libre de irritantes.



Añadir una segunda capa seca. Para áreas extensas, cubrir con una segunda capa seca de pijamas, calcetines o ropa libre de irritantes.



Usar el vendaje el mayor tiempo posible, hasta 24 horas seguidas si se tolera bien.



Utilizar durante varios días o según las indicaciones de su médico.

La terapia con vendajes húmedos mejora la penetración de los productos tópicos en la piel, retiene la humedad cutánea y evita que el paciente se rasque.

Estrategias conductuales

Para niños y adultos



Para reducir el rascado:

- Coloque una bolsa refrigerante o una compresa fría en las zonas que pican
- Distráese y relajarse con imágenes guiadas

Para niños

- Piense qué puede hacer el niño cuando tenga picazón para que sienta que lo puede controlar
- Desvíe su atención con actividades prácticas como dibujar, jugar con bloques o usar dispositivos electrónicos
- En momentos desencadenantes, como en la hora del cuento, en preescolar, puede usar una pelota antiestrés para mantener las manos ocupadas
- No le diga "no te rasques" a cada rato, para no aumentar su estrés

Para niños y adultos



Para inducir el sueño:

- Vuelva a aplicar el emoliente antes de acostarse
- No utilice aparatos electrónicos (TV, tableta) antes de dormir
- Siga siempre la misma rutina (bañarse, cuidar la piel, leer, escuchar música o relajarse)

Para niños

- Una vez que la piel mejora, seguir el plan de conductas necesario para que el niño duerma bien sin despertarse durante la noche

Para niños



Para que participen en el tratamiento:

- Juegos con el tratamiento (hacer dibujos en el cuerpo con el emoliente, aplicarlo primero a los padres, «semáforo rojo, semáforo verde», tratar de «batir tu propio récord»)

- Escuchar un audio-libro en la bañera para distraerse
- Que el niño se aplique el emoliente para aumentar su control
- Felicite al niño por participar

Estrategias vinculadas al ambiente



Para mantener el ambiente libre de irritantes:

- En lo posible, no use alfombras
- Si su casa tiene alfombras, use una aspiradora con filtro HEPA una vez por semana
- La humedad debe ser inferior al 50 %
- Use cobertores de cama y fundas de almohadas antiácaros

- Lave la ropa de cama y los peluches con agua muy caliente, y seque a alta temperatura
- Reduzca la cantidad de peluches y el desorden en el dormitorio
- No utilice productos de limpieza, jabón para ropa, velas o ambientadores que tengan perfume

Póngase en contacto con nosotros: