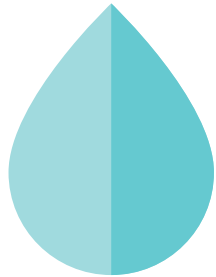


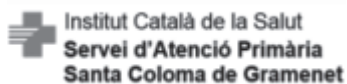
LA DERMATITIS ATÓPICA

lo más importante es
hidratar, hidratar e hidratar



Llicència Creative Commons

nos preocupamos
por la piel de nuestros hijos



Projecte d'Intervenció Comunitària Intercultural
INTERCULTURALITAT I COHESIÓ SOCIAL

La dermatitis atópica es una **enfermedad crónica y recurrente** de la piel. Provoca **brotos repetidos de eczemas** (zonas de la piel que se ponen **ásperas, enrojecidas y que pican**).

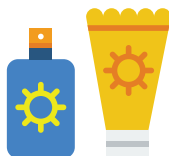
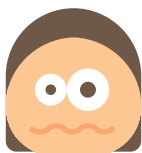
Aunque no se puede curar, **se pueden prevenir o espaciar los brotes** con un cuidado adecuado de la piel.

Sólo si el brote perdura en el tiempo y no desaparece se recomienda ir a pediatría. Si es conveniente recetarán un tratamiento.



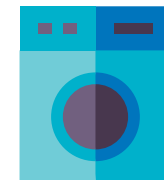
el cuidado de la piel

- Lo más importante en el cuidado de la piel es **hidratarla con aceite corporal o crema hidratante**.
- El mejor momento para hidratar la piel del niño o la niña es **después del baño**. Cuando la piel está húmeda aplicar aceite o crema hidratante realizando un leve masaje
- Cuando aparezcan los picores, **procurar que el niño o niña se relaje porque rascarse puede dañar la piel**. Una piel dañada pica y **el rascado puede empeorarla** y provocar otros problemas como infecciones.
- Mantener sus **uñas bien cortas** para que no se haga daño si se rasca.
- Bañarse o ducharse con **agua poco caliente o tibia y poco rato**.
- **Usar jabones suaves**, para pieles sensibles o especiales para la piel atópica, "sydnets" o aceites de baño.
- Después del baño secar el cuerpo suavemente, con **toallas de algodón y sin frotar**.
- **Proteger la piel del sol**.



la ropa que usamos

- Usar **tejidos de algodón**. Si se usa lana, no tiene que estar en contacto con la piel del niño o niña. Las fibras y **los productos sintéticos pueden irritar**.
- **La ropa debe ir holgada** (que no está ajustada).
- **No abrigar a la niña o niño en exceso**. Demasiada ropa hará que el cuerpo sude por el exceso de calor y el sudor puede acentuar el eczema.
- **Lavar la ropa con muy poco jabón y sin suavizante**, y aclararla bien.
- **Quitar las etiquetas** de la ropa que estén en contacto con la piel para que no la irriten.
- **Aplicar estos consejos a toda la ropa que entre en contacto con el niño o la niña con dermatitis** (las colchas de la cuna o de la cama y la ropa de la persona que cuida y abraza a la niña o niño).



las condiciones de la vivienda

- **Evitar ambientes muy caldeados**, manteniendo una temperatura ambiente equilibrada.
- **Airear las habitaciones** cada día.
- Mantener las superficies -suelo, sofás y colchones- **sin polvo**.

