

Consejos para los niños con dermatitis atópica durante la pandemia

El Grupo de Trabajo de Dermatitis Atópica y Alergia Cutánea de la SEICAP ha elaborado el siguiente listado de consejos para el cuidado de los niños con dermatitis atópica durante la pandemia de COVID-19:

- **Uso de mascarilla:** es aconsejable que utilicen mascarillas 100% algodón homologadas reutilizables si se observa que las mascarillas quirúrgicas, higiénicas desechables o FFP2 ocasionan síntomas. Sin embargo, no podrán utilizarse en entornos sanitarios donde es más elevado el riesgo de contagio. No reutilización de las mismas e incluso cambio de estas si la actividad es prolongada y se observa deterioro.
- **Lavado de la mascarilla:** es importante seguir los consejos de lavado proporcionados por el fabricante para conservar sus propiedades. Al igual que el resto de la ropa de un niño con dermatitis atópica, deben lavarse con jabón y aclararse muy bien tras el lavado para eliminar residuos de detergentes. No usar lejía ni suavizantes.
- **Temperaturas:** evitar los cambios bruscos de temperatura, y las temperaturas extremas, tanto frío como calor. Se recomienda una temperatura ambiente entre 20-22. Ahora más que nunca, se deben ventilar las habitaciones a diario.
- **Baños y lavado de manos:** priorizar el uso de agua y jabón para higienizar las manos frente al uso de gel hidroalcohólico y evitar que el agua esté muy fría. En cuanto al baño, este debe ser de corta duración con agua templada. En cualquiera de los casos se recomienda usar jabón suave especial para pieles atópicas (preferentemente productos Syndet, sin detergente), o aplicar aceite en el baño que proporciona hidratación y protege la piel.
- **Secar de forma suave:** secar, tanto las manos tras lavarlas como el cuerpo tras el baño, sin frotar, sólo por contacto. Inmediatamente después, con la piel algo húmeda, aplicar crema hidratante.

- **Crema hidratante:** es muy importante mantener la piel hidratada, aplicando crema hidratante (emoliente) varias veces al día si fuera necesario, sobre todo en las manos y en la cara, ahora que están más expuestas.
- **Picor:** para evitar los picores utilizar crema hidratante abundante, y en algunos ocasiones podría administrarse antihistamínico que le haya recomendado el especialista. Por la noche puede ser útil el uso de manoplas.
- **Uñas:** las uñas deben estar siempre cortas, y muy limpias, para evitar heridas por el rascado.