

L'eczema o dermatitis atòpica

Aquesta malaltia de la pell sol aparèixer en els cinc primers anys de vida

L'eczema o dermatitis atòpica és una malaltia de la pell que provoca sequedat i sensibilitat, de manera que fàcilment es posa vermella o irritada i cou. En el 60% dels casos s'inicia durant el primer any de vida i, en el 85%, als 5 anys.

La dermatitis atòpica és una de les manifestacions de l'atòpia, però no l'única: l'asma, la rinitis al·lèrgica, les crisis d'esternut i la conjuntivitis al·lèrgica són altres manifestacions habituals. Els nens amb dermatitis atòpica tenen alterada, de manera congènita, la capa més superficial de la pell, l'epidermis, per la qual cosa no pot exercir la seva funció de defensa davant de les agressions externes i davant de la deshidratació. A més, el pacient atòpic té també alterat el sistema immunològic de la pell, de manera que davant d'aquestes agressions menors, es produeixen una inflamació exagerada. És comú, per exemple, que tinguin una reacció exagerada a les picades i una més gran disposició a infeccions cutànies com impetigen, berrugues, *molluscum* i peu d'atleta.

¿El meu fill té dermatitis atòpica?

La dermatitis atòpica sol aparèixer durant els primers cinc anys de vida. Es manifesta en forma de brots de *vermellors* que couen i que es localitzen generalment en els plecs de la pell. La coïssor es un símptoma que sempre està present en el nen atòpic. Això fa que els nadons estiguin irritables, que no dormin bé a la nit i que intentin gratar-se amb el llençol. En els nens més grans aquesta acció de gratar-se és encara més evident, fins al punt de fer-se ferides amb sang.

La localització de la dermatitis també ajuda a fer el diagnòstic. En els nadons sol començar per la cara i es va estenent a qualsevol part del cos, tot i



Algunes manifestacions de dermatitis atòpica.

que la zona coberta pel bolquer, com que està sempre humida i hidratada no hi està afectada. També pot aparèixer a les mans, quan el nen comença a manipular objectes.

En nens més grans és típic que els afecti el plegament del colze, darrere dels genolls, canells i turmells. També és freqüent darrere de l'orella o en el foral de les arracades. Per diagnosticar-lo no cal fer ni anàlisis de sang ni proves d'al·lèrgia.

Causes

La dermatitis atòpica no té una causa única. Hi ha diversos factors que hi influeixen i que fan que aparegui. És una malaltia hereditària però que no depèn d'un únic gen sinó que -en el fet que aparegui la malaltia- hi estan implicats múltiples gens. Precisament, s'ha descobert no fa gaire que el gen de filagrina, en els nens atòpics, està mutat en un 20-40%.

La filagrina és un proteïna essencial per mantenir la integritat estructural de l'epidèrmic i per mantenir el factor hidratant natural de la nostra pell. Això explica que els nens atòpics tinguin sempre la pell seca. Hi ha altres gens implicats com ara els gens de les defensines i catelicidines que ens protegeixen de les infeccions

bacterianes. Com també s'ha dit, els nens atòpics tenen alterat el patró de resposta a les agressions. Sobre aquest component genètic sabem que hi ha diversos factors que poden desencadenar un brot de dermatitis atòpica.

Diferència entre ser al·lèrgic i tenir dermatitis atòpica

Al·lèrgia i atòpia no son sinònims, tot i que els nens atòpics tenen més tendència a patir alguna mena d'al·lèrgia.

Hi ha nens atòpics que no són al·lèrgics a res; tanmateix, és possible que, als dels nens amb dermatitis atòpica, que a més siguin al·lèrgics a alguna substància, se'ls empitjori la dermatitis en entrar en contacte amb al·lèrgen

Consells pràctics per a les pells atòpiques

A) Higiene i cura corporal: ■ Mantenir la pell ben hidratada. ■ Per a la higiene diària el millor és utilitzar només aigua i evitar el sabó. On calgui fer-ne servir (genitals, peus i zones de fregadís) és millor que sigui sense detergent i especial per a pells atòpiques i sempre fer-ne servir poca quantitat.

■ Evitar productes perfumats.

■ No utilitzar esponja ni manyopla. ■ El bany pot ser millor que la dutxa, especialment si, a l'aigua, s'hi afegeix un oli de bany. D'aquesta manera el bany suavitza i dona flexibilitat a la pell, calma la irritació i rebaixa la sequedat cutània. ■ Assecar curosament la pell després del bany, sense fregar i sense arribar a assecar-la del tot, i immediatament després s'ha d'aplicar, sobre la pell una mica humida una crema hidratant i sobregreixant que millori l'estat de la pell i el confort del nen. Les locions o llets corporals no solen ser prou grasses.

En casos d'irritació o d'extrema sequedat són aconsellables dues aplicacions al dia. En cas que s'indiqui un tractament amb una crema o pomada medicada, cal

aplicar-la sempre abans de la crema hidratant. ■ Tallar i netejar les ungles per evitar possibles infeccions bacterianes a causa de les lesions de les mateixes ungles en gratar-se.

B) Vestimenta: ■ Elegir roba de cotó i evitar tot el que sigui aspre, com ara la llana o els teixits sintètics. ■ La roba es pot rentar a màquina, però s'ha d'aclarir molt bé. No posar-hi mai un quantitat excessives de sabó o de suavitzant.

C) Alimentació: ■ Per regla general, no hi ha cap règim especialment indicat; això no obstant sí que se sospita d'algun aliment. Els que més sovint produeixen al·lèrgies son els ous, la llet, els fruits secs, la soja, el blat i el marisc.

D) Diversos: ■ Evitar temperatures ambientals superiors als 20°C i ambients excessivament secs. ■ Tenir present que la dermatitis atòpica sol millorar a l'estiu amb el sol i l'augment de la humitat ambiental. En canvi, empitjora a l'hivern. ■ Sobrehidratar la pell abans i després del bany, al mar o a la piscina. ■ Evitar la presència d'animals domèstics. ■ Evitar la roba de llit amb plomes. ■ Treure la pols, ja que conté àcars i aquest poden agreujar l'èczema. L'exposició solar no es perjudicial per als nens amb dermatitis atòpica sinó tot el contrari.

Tractament

¿Com es tracten els brots d'èczema?

■ 1. Cremes amb cortisona: Juntament amb la hidratació correcta de la pell, les cremes amb cortisona constitueixen el pilar del tractament dels brots d'èczema. Sovint hi ha una reticència a les cremes amb cortisona a causa dels coneguts efectes negatius de la cortisona administrada per via oral. Aquesta por és injustificada ja que la cortisona aplicada de forma tòpica en zones limitades de pell no s'absorbeix, és a dir que no passa a l'interior del nostre cos, sinó que exerceix la seva acció localment a la pell.

El que sí és cert és que l'ús de la cortisona sempre s'ha de fer sota la supervisió mèdica, ja que podria aprimar i atrofiar la pell i fer-hi sortir venetes i estries. Per evitar aquests efectes secundaris és important no aplicar corticoides de forma molt prolongada o bé massa potents. En general és preferible utilitzar pomades o unguents, ja que són més grassos que les cremes, no fan coïssor en aplicar-lo i són més efectius. En observar una millora de l'èczema és important no aturar les aplicacions de cop ja que l'èczema podria reparèixer. És recomanable passar de dues aplicacions a una al dia i, quan l'èczema estigui curat, continuar aplicant la crema un parell de dies més. En casos d'èczemes molt rebels i persistents es pot recomanar un tractament intermitent de dos dies a la setmana i deixar cinc dies de descans perquè la pell es recuperi i no s'acostumi a l'ús de corticoides.

La dermatitis atòpica és una malaltia hereditària, que no té una causa única i que no depèn d'un sol gen

■ 2. Compreses humides: L'aplicació de compreses humides és una manera molt eficaç d'hidratar la pell, netejar-la i donar confort al nen.

■ 3. Inhibidors de la calcineurina (*pimecrolimus* i *tacrolimus*): Aquestes cremes constitueixen una família d'immunosupressors diferent dels corticoides. En general són menys efectives que els corticoides en els brots greus de dermatitis atòpica però no atrofien la pell, per la qual cosa es poden utilitzar en zones més delicades de la pell i durant períodes més prolongats. Sovint s'usen en combinació amb els corticoides, quan ha disminuït la intensitat del

Factors desencadenants dels brots de dermatitis atòpica

- Falta d'hidratació i pell seca
- Estrès
- Irritants (sabons, roba aspra, pols)
- Infeccions
- Suor

brot o bé en les fases més inicials. També s'utilitzen com a tractament de manteniment de la dermatitis atòpica per evitar l'aparició d'un brot nou.

■ 4. Antibiòtics: La administració de tantes d'antibiòtics és molt útil per atacar la sobreinfecció bacteriana que sovint es desencadena en els brots.

■ 5. Antihistamítics: Els antihistamítics poden millorar la coïssor en alguns nens i ajudar-los a dormir millor.

■ 6. Altres tractaments: En casos de dermatitis atòpica més greu o de difícil control es poden utilitzar tractaments orals com ara corticoides, ciclosporina, azatioprina i altres.

Pronòstic

¿Quin és el pronòstic de la dermatitis atòpica? La majoria dels nens amb dermatitis atòpica millora abans de l'adolescència, en però n'hi ha un petit percentatge que segueixen tenint èczema a l'edat adulta.

El que sol persistir és la tendència a la pell seca i després de períodes de remissió es pot presentar algun brot desencadenat per irritants. Per això és important orientar els nens amb èczemes cap a professions en què no estiguin exposats a irritants o obligats a rentar-se contínuament les mans. 📄

La Mútua ofereix

- Total llibertat d'elecció de centre i d'especialista.
- La Mútua compensa, des del 60% de les proves, tractaments i intervencions.
- Els mutualistes es poden beneficiar de descomptes en els nostres centres i especialistes concertats, la llista dels quals està actualitzada permanentment en la web www.mutuaassociacio.com.

Per a més informació, cal posar-se en contacte amb la Mútua a través de:

mutua@mutuaassociacio.com
Telèfon 93 418 81 70
www.mutuaassociacio.com