

## **Eccema**

*Henriette De La Garza, MD, Parul Kathuria, MD y Roopal V. Kundu, MD*

El eccema es un trastorno cutáneo común que se observa en todo el mundo y en los Estados Unidos. Por lo general, se presenta como áreas de piel secas, con picazón, enrojecidas o más oscuras. A veces denominado "la picazón que erupciona", el término eccema se usa indistintamente con dermatitis, que literalmente significa inflamación de la piel. En las personas con piel de color, el eccema a menudo aparece de color "pálido", marrón o grisáceo. El eccema es la segunda enfermedad cutánea más frecuente en los afroamericanos y es uno de los trastornos cutáneos más comunes que se observan en bebés y niños en general.

Existen varios tipos de eccema o dermatitis, algunos de los cuales se analizan a continuación:

### **Dermatitis atópica:**

(también conocido como eccema atópico) es una enfermedad de causa desconocida que a menudo se usa como sinónimo de eccema. Suele comenzar en la infancia y se caracteriza por lesiones escamosas, que causan comezón, xerosis (piel seca) y liquenificación (acentuación de las marcas cutáneas). La dermatitis atópica se asocia comúnmente con otras enfermedades atópicas como el asma o la rinitis alérgica. La frecuencia de la dermatitis atópica parece estar aumentando y parece ser más común entre los negros, asiáticos e isleños del Pacífico. En los bebés, el eccema generalmente se observa en la frente y las mejillas. En los niños, el eccema se observa en las manos, muñecas, tobillos, pies y pliegues de codos y rodillas. En los adultos, el eccema generalmente se observa en la cara, el cuello, la parte superior de los brazos y la espalda, los pliegues de los codos y las rodillas y el dorso y dedos de las manos y pies.

### **Dermatitis numular:**

(también conocido como eccema numular) aparece como áreas de inflamación con picazón en forma de moneda y puede tener costras o escamas.

### **Eccema xerótico (asteatótico):**

(también conocido como eccema asteatótico), en este tipo de eccema, la piel extremadamente seca se inflama y puede requerir un tratamiento más allá de los humectantes.

### **Dermatitis de contacto:**

En esta forma de eccema, se puede producir irritación de la piel por el contacto excesivo con irritantes (por ejemplo, jabón, detergentes, productos químicos agresivos) y alérgenos (por ejemplo, hiedra venenosa, níquel, fragancias, etc.)

El eccema también puede verse diferente en pacientes de piel más oscura. Algunas de las formas únicas de eccema que se observan con más frecuencia en la piel más oscura incluyen el eccema papular (protuberancias) y el eccema con prominencia folicular.

Una de las principales preocupaciones de las personas de color es la decoloración de la piel asociada con el eccema. El eccema o el rascado secundario a la comezón del eccema pueden provocar oscurecimiento (hiperpigmentación) o aclaramiento (hipopigmentación) de la piel. Esta decoloración puede durar meses o años, incluso después de que se trate el eccema. El oscurecimiento de la piel es especialmente visible en niños con piel de color. Sin embargo, si se trata el eccema y la inflamación subyacentes del paciente, se pueden mejorar los cambios en el color de la piel.

## ¿Cuál es la causa del eccema?

Se desconoce la causa de la dermatitis atópica y muchas formas de eccema, pero potencialmente se debe a una disfunción en la filagrina, una proteína que mantiene la membrana de las células de la piel. También se cree que la genética (herencia) y un funcionamiento inadecuado del sistema inmunológico local contribuyen al desarrollo de la dermatitis atópica. Es probable que también influyan los factores ambientales. La dermatitis atópica tiende a ser más común en los países industrializados y las áreas urbanas, y la incidencia parece estar aumentando en los países en desarrollo a medida que se occidentalizan más. El eccema xerótico se debe a la piel muy seca. En la dermatitis de contacto, un irritante o alérgeno causa directamente la erupción. Sin embargo, en muchos casos de dermatitis de contacto alérgica o irritante, no se puede encontrar un desencadenante claro.

## ¿Cómo sé si tengo eccema?

El eccema generalmente se diagnostica clínicamente. El examen físico directo y la obtención de un historial médico permiten a los dermatólogos reconocer con precisión las diferentes formas de eccema. También pueden preguntar sobre antecedentes familiares de eccema y enfermedades asociadas.

## ¿Cómo se trata el eccema?

Hay muchas formas fáciles y útiles de tratar o aliviar el eccema. El primer paso es evitar los irritantes o alérgenos a los que su cuerpo pueda reaccionar. La hidratación es el pilar del tratamiento de la dermatitis atópica y también es muy útil en otras formas de eccema. También se recomienda un cuidado suave de la piel:

- Evite las duchas / baños extremadamente calientes o extremadamente fríos
- Evite las fragancias (perfumes, colonias, limpiadores, detergentes, etc.)
- Evite otros irritantes como la ropa ajustada. Si un paciente con eccema también tiene alergias a los alimentos, evitar esos alimentos puede ayudar a resolver los síntomas del eccema.
- Báñese durante 5-10 minutos con un jabón suave no más de una vez al día y después seque la piel con palmaditas e hidrátela inmediatamente.
- Use emolientes (humectantes) suaves y sin fragancia al menos una vez al día. Los ungüentos y cremas son los mejores. Para los brotes activos de eccema, colocar un paño limpio, húmedo y tibio en el área afectada o sumergirse en agua tibia puede ayudar a aliviar la picazón. Se DEBE aplicar un emoliente inmediatamente después de quitar el paño o salir del baño.
- Tome baños con almidón de arroz agregado al agua del baño o baños de lejía usando un cuarto de taza de lejía para un baño lleno a media tina o media taza de lejía para un baño completo. Aplíquese humectantes inmediatamente después de estos baños.
- Evite el uso de medicinas alternativas como la terapia a base de hierbas, vitaminas, naturopatía, curación tradicional, homeopatía y Ayurveda. Estos tratamientos pueden tener alérgenos e irritantes que pueden desencadenar una reacción de eccema.

Un dermatólogo también puede recetar un corticosteroide tópico. Estos esteroides ayudan con el eccema agudo y crónico y ayudan a reducir la inflamación. El eccema, especialmente la dermatitis atópica, a menudo se infecta de manera secundaria, por lo que su dermatólogo también puede recetarle antibióticos o limpiadores antibacterianos para tratar cualquier infección asociada. En raras ocasiones, en casos graves, el eccema se trata con medicamentos sistémicos que alteran el sistema inmunológico.