

## Tratamento

A limpeza da pele e o uso de cremes hidratantes são a base do tratamento e devem ser diários.

- A pele deve ser cuidadosamente limpa antes do banho para remover mecanicamente eventuais crostas e bactérias (no caso de infecção).
- Os banhos devem ser com água morna, de curta duração (3-5min) e com óleo de banho (no final), para evitar desidratação.
- Após o banho deve-se secar suavemente a pele e aplicar imediatamente um creme hidratante.
- Os cremes hidratantes devem ser usados, pelo menos, 2 vezes por dia.
- A quantidade colocada na ponta do dedo é suficiente para cobrir uma área equivalente a duas palmas da mão.



### Sabia que...

- É comum que as crianças com dermatite atópica desenvolvam rinite alérgica ou asma.
- Todas as crianças com dermatite atópica podem e devem ser vacinadas de acordo com o Plano Nacional de Vacinação.
- A alimentação da materna durante a gravidez e amamentação deve ser variada.
- Óleos puros, sem parte aquosa, não devem ser utilizados porque levam à desidratação da pele.
- Na maioria dos casos, a exposição solar durante o Verão melhora os sintomas.
- Deve usar sempre protecção solar

**Elaborado por:** André Melícia (IGF)

Atualizado por:(IFG)

Unidade de Saúde Familiar Arandis  
Rua Fernando Barros Ferreira Leal - Urb. Conquinha  
2560-253 Torres Vedras  
Tel: 261336373  
Email: arandis.usf@gmail.com  
Website: www.arandisusf.wix.com/usfarandis



## Dermatite Atópica (Eczema Atópico)



**USF Arandis**

Torres Vedras

2022

## O que é?

A dermatite atópica é uma doença inflamatória crónica da pele.

É causada por uma interação entre factores genéticos, imunológicos e ambientais.

Há um mau funcionamento da barreira cutânea (da pele) e do sistema imunitário, que aumentam a sensibilidade a certos agentes externos.

## Quais são os sintomas?

Na dermatite atópica a pele é habitualmente mais seca e aparecem manchas vermelhas e outras alterações, como por exemplo: pele a descamar ou mais espessa, crostas ou pequenas bolhas.

Estas alterações são sempre acompanhadas de comichão e surgem em zonas específicas:

- **Pregas cutâneas** (atrás dos joelhos, à frente dos cotovelos ou dos tornozelos, no pescoço, em torno dos olhos ou orelhas).
- Nas crianças pode também afetar a **testa e bochechas**, assim como as **pernas e os antebraços**.

A comichão pode interferir com o sono e causar irritabilidade e cansaço.

A doença ocorre por fases de agravamento alternadas com fases de melhoria dos sintomas.



Pescoço

Pregas atrás dos joelhos

Tornozelo

## Como é feito o diagnóstico?

A dermatite atópica é mais frequente em crianças, sendo a maioria diagnosticadas até aos 5 anos.

Existe influência hereditária e é comum haver história pessoal ou familiar de rinite alérgica ou de asma.

Actualmente não existe nenhum exame que seja específico para Dermatite Atópica. No entanto, há alguns testes que o seu médico poderá pedir que ajudam a descartar outras doenças.



## O que causa as crises?

Os precipitantes da dermatite atópica podem ser:

- **Mecânicos:** Tecidos ásperos, como a lã e fibra, ou que causem calor.
- **Químicos:** Produtos irritativos e que seque a pele (ácidos, produtos de limpeza, solventes), fumo do tabaco ou de combustão de combustíveis fósseis, certos componentes de produtos cosméticos e cremes de pele.
- **Biológicos:** pó da casa (ácaros), pólenes, pelos de gato, alimentos simples (ovo de galinha, leite de vaca, frutos secos, soja, peixe), infecções da pele (frequentemente bactérias chamadas Staphylococcus ou vírus)



Ovo de galinha



Amendoim



Leite de vaca



Ácaros



Pólenes

## Como se trata?

A dermatite atópica é controlável com medidas preventivas.

Cerca de 60% das crianças fica sem sintomas durante a adolescência. Contudo, as recorrências são frequentes na idade adulta, sendo necessário manter as estratégias preventivas.

## Como prevenir as crises?

É fundamental conhecer e informar o médico sobre potenciais fatores precipitantes para um eficaz controlo da doença.

- Exposição a fumo do tabaco é desaconselhada.
- O contacto com pólenes durante a época de floração deve ser evitado.
- Medidas de controlo de ácaros são recomendadas quando há alergia comprovada
- Devem ser evitados produtos que causam alergia de contacto ou irritação da pele (por vezes até componentes de creme hidratantes).
- Se houver alergia comprovada a algum animal, o contacto deve ser evitado.
- Devem usar-se roupas suaves e frescas
- Recomenda-se aleitamento materno exclusivo até aos 4 meses.
- Dietas restritivas em geral são desaconselhadas, mas devem evitar-se alimentos a que a criança é comprovadamente alérgica.
- Devem evitar-se trabalhos que impliquem contacto com substâncias irritativas.