

DERMATITE ATÓPICA

A identificação e tratamento precoce da dermatite atópica são importantes para reduzir as lesões e os sintomas, prevenir as recorrências e para modificar o curso natural da doença. O conhecimento de alguns conselhos práticos pode ajudar a reduzir a sua frequência.

O que é a dermatite atópica?

A dermatite atópica, também designada por eczema atópico, é uma inflamação crónica da pele, que tipicamente ocorre na infância.

É a doença crónica da pele mais comum na criança e caracteristicamente possui uma evolução cíclica com períodos de remissão e exacerbação. Nas últimas décadas tem-se registado um aumento da incidência da dermatite atópica provavelmente relacionada com o aumento da poluição e dos alérgenos, bem como à maior acessibilidade aos cuidados médicos.

Quem sofre desta doença?

Em 90% dos casos a dermatite atópica ocorre antes dos 5 anos de idade, com 60% dos casos a surgirem no primeiro ano de vida. A dermatite atópica tem uma distribuição universal e ambos os sexos são igualmente atingidos.

Etiologia da dermatite atópica

A causa da dermatite atópica é desconhecida mas a hereditariedade parece ser o factor mais importante, já que se um dos pais tem dermatite atópica os filhos têm aproximadamente 30% de probabilidades de desenvolver a doença. A probabilidade aumenta para os 70% se ambos os pais são afectados. A dermatite atópica geralmente ocorre em crianças que têm doenças alérgicas, como asma e rinite alérgica ou em crianças que têm uma história de alergias na família.

Sintomas da dermatite atópica

Existem vários sinais e sintomas relacionados com a dermatite atópica, sendo os sintomas principais desta doença as manifestações cutâneas e o prurido (comichão).

A distribuição das lesões cutâneas varia com a idade, existindo assim três formas clínicas. A dermatite atópica do lactente ou da primeira infância ocorre dos 3-6 meses de idade até aos 2 anos. As lesões localizam-se caracteristicamente no couro cabeludo, face (sobretudo nas bochechas) e superfícies

extensoras dos membros. Na dermatite atópica nesta idade a área envolvida é geralmente maior, podendo nos casos mais graves afectar a quase totalidade da pele mas normalmente a zona das fraldas é poupada.

A dermatite atópica da criança ou da segunda infância ocorre em crianças entre os 2 anos de idade até aos 12 anos. As zonas caracteristicamente envolvidas são as superfícies flexoras dos membros, os punhos e os tornozelos

Na dermatite atópica do adolescente e do adulto as mãos, os pés e a face (sobretudo à volta dos olhos) são as zonas mais vezes atingidas.

Diagnóstico da dermatite atópica

Não existem testes laboratoriais específicos para a dermatite atópica, sendo o diagnóstico clínico baseado em características típicas desta doença, nomeadamente: idade de ocorrência antes dos 5 anos, lesões cutâneas com morfologia e topografia características, prurido, história pessoal ou familiar de atopia (doenças alérgicas) e curso crónico ou recorrente.

Tratamento da dermatite atópica

A dermatite atópica não tem cura, no entanto os sintomas podem ser controlados através da combinação de medidas gerais e recurso a terapêuticas medicamentosas.

A identificação e tratamento precoce da dermatite atópica são importantes para reduzir as lesões e os sintomas, prevenir as recorrências e para modificar o curso natural da doença.

O conhecimento de alguns conselhos práticos pode ajudar a reduzir a frequência das exacerbações, melhorando assim a qualidade de vidas destas crianças e seus pais.

Aqui ficam algumas recomendações gerais:

O banho deve ser diário, rápido e com água tépida (morna). A secagem deve ser feita sem esfregar e deve ser imediatamente aplicado um creme emoliente para favorecer a hidratação da pele e manter a função barreira da mesma.

Não se esqueça que uma pele seca é mais propensa ao prurido, agravando o ciclo da dermatite atópica!

As unhas devem estar sempre bem cortadas e limpas para evitar as infecções microbianas secundárias ao acto de coçar. O uso de luvas de algodão à noite pode estar recomendado.

O suor é um factor de agravamento bem conhecido, por esta razão é recomendável tomar banho após a prática de desporto.

As roupas que contactam directamente com a pele, incluindo os lençóis, devem ser de fibras naturais (algodão). É recomendável que as roupas lavadas sejam bem enxaguadas de modo a remover restos de detergente, que frequentemente agravam a doença.

O calçado deve ser de couro e as meias de algodão (evitando o nylon ou a licra) de modo a permitir um bom arejamento.

O excesso de calor e as mudanças bruscas de temperatura podem ser factores de agravamento na dermatite atópica e devem ser evitadas. Por isso os quartos devem ser bem arejados e os aquecedores evitados. Deve-se evitar o uso excessivo de cobertores na cama para evitar a transpiração.

Os ácaros (pó) são também factores de agravamento da dermatite atópica, por isso é recomendável remover tapetes, alcatifas, cortinas, peluches e tudo aquilo que pode levar à retenção de ácaros nos quartos.

Infelizmente mesmo adoptando as medidas gerais anteriormente descritas, as exacerbações na dermatite atópica são um facto. Nos surtos são necessários anti-inflamatórios tópicos (para uso externo).

Conclusão

Se tem um filho com dermatite atópica saiba que a adopção de estilos de vida adequados e a aplicação de emolientes diários, logo após o banho, são eficazes no tratamento e na redução das crises. Mas não se esqueça que cada criança com dermatite atópica é um caso e que os tratamentos devem ser individualizados e orientados pelo seu médico assistente.

Nicole da Silva

Serviço de Pediatria do Hospital de São Marcos de Braga