



Aprendiendo sobre la Dermatitis Atópica (DA)

Recomendaciones para el cuidado de la piel en pacientes con DA



HUMECTACIÓN

- Humecta la piel con la mayor frecuencia posible, al menos 2-3 veces al día y en episodios severos entre 6-8 veces diarias.
- Usa un humectante que **NO** tenga perfume e hidrate adecuadamente la piel.
- Al aplicar el humectante evita introducir los dedos en el frasco, ya que este puede contaminarse. Usa una cuchara o espátula para tomar la cantidad a aplicar.



ASEO

- Para bañarte o asearte las manos utiliza un sustituto del jabón y evita el jabón común, baños de burbujas, geles de ducha y detergentes. Aplica el sustituto del jabón en áreas donde se requiere más aseo como axilas, genitales, manos y pies.
- Realiza baños cortos con agua tibia.
- No uses estropajo (esponja corporal).
- No uses jabones antibacteriales porque pueden irritar la piel o la pueden resecar.



ROPA

- Lava la ropa con jabones suaves, en barra o líquidos, y enjuágala 2 veces para eliminar los residuos de detergente.
- Evita el uso de suavizantes de ropa, productos perfumados o con aroma.
- Usa ropa hecha de materiales como el algodón y evita usar prendas de lana o material sintético.



IRRITANTES

- Evita aplicar productos perfumados (jabones, cremas, colonias) directamente sobre tu piel.
- Enjuaga bien tu piel con agua no clorada después de nadar y aplica abundante humectante después de secarte.
- En caso de requerirlo, utiliza guantes que no sean de látex y evita el contacto con irritantes.

Si crees tener Dermatitis Atópica (DA), consulta a tu médico especialista.

Para más información, visita www.tusaludbajocontrol.com

Material diseñado con fines educativos. La información presentada en este material fue elaborada por Saanofi Aventis de Colombia S.A. y contiene recomendaciones generales que en ningún caso pretenden reemplazar la consulta médica. Estas recomendaciones deben ser discutidas y acordadas con su médico tratante. La información presentada en este material esta basada en las siguientes fuentes de referencia: Extraído de: Chaparro D, Hernandez N, Sanclemente G. La dermatitis atópica: Cartilla educativa para pacientes. Asocolderma, primera edición, ISVN: 978-958-56814-5-3. * Dermnet NZ What is atopic dermatitis? <https://dermnetnz.org/topics/atopic-dermatitis> (acceso: 8 agosto 2019) * Ring, Johannes & Przybilla, Bernhard & Ruzicka, Thomas (2006) Handbook of Atopic Eczema. 10.1007/3-540-29846-8 * Brithish Association of Dermatologist. Patient information leaflet. Atopic Eczema. Disponible en: <https://www.bad.org.uk/shared/get-file.ashx?id=69&itemtype=document> (acceso: agosto 2019) * Alergy society of South Africa. Patient Information rochhre: Atopic eczema/dermatitis. Disponible en: <https://www.mm3admin.co.za/documents/docmanager/8e7beOa4-2b8d-453f-875e-cd1e5132b829/00035814.pdf> (acceso):25Julio2019).