

Taller para niños con dermatitis atópica

AUTORAS: González Delgado, Sonia*; García Fanjul, Elisa*; Díaz García, María Consuelo*.
* D.U.E. Servicio de Dermatología. Hospital de Cabueñes. Gijón (Asturias).

INTRODUCCIÓN: La Dermatitis Atópica (DA) es una enfermedad recidivante caracterizada por sequedad de piel y prurito¹. Afecta a un 7-15% de la población y aparece mayoritariamente en el primer año de vida. Sus manifestaciones suelen declinar con el tiempo, siendo raras a partir de los 40-50 años². Debido a su alta prevalencia en niños (15% según los estudios) y a su naturaleza multifactorial, es fundamental la participación activa y la educación del niño y sus padres para un óptimo abordaje de la enfermedad³. Para despertar su interés, motivarles y que puedan desarrollar unos cuidados de calidad, hemos desarrollado este Taller en nuestro Servicio de Dermatología.

OBJETIVOS:

- Informar sobre los cuidados básicos para el control de la DA.
- Fomentar el auto cuidado en los niños.
- Lograr mediante la participación activa, una mayor implicación en el tratamiento y un mejor cumplimiento.
- Conocer técnicas alternativas al rascado, para afrontar el picor.

MÉTODO: Reunimos un grupo de 10 niños de entre 6 y 10 años, acompañados de uno de sus padres como observador. Con preguntas dirigidas, ejercicios prácticos y juegos. En talleres de 30-40 minutos, enseñamos cómo cuidar la piel con DA y técnicas alternativas al rascado. Se trata de conseguir la implicación y participación de todos ellos.

RESULTADO:



Práctica

Para calmar el picor, podemos emplear piedras frías.

Usar ropa holgada, de algodón o lino (no lana ni acrílicos).

Hidratarse a diario, calentando la crema en las manos y luego aplicándola al cuerpo “a lunares” EXCEPTO en zonas con eccema.

Baño diario, breve (puedes poner una canción de 5 min.) agua templada y producto apropiado. Sin esponjas. Secarse a toques, sin frotar.

La DA es una enfermedad caracterizada por picor y sequedad de piel. Se trata de evitar el círculo vicioso: picor ▶ rascado ▶ erupción ▶ picor.

Tocar a palmadas, donde pica, alivia.

En el eccema hay que aplicar la crema que nos dio el médico.

¡¡NOS LO SABEMOS TODO!!

El agua fría en spray también calma el picor. Si es tibia, sobre unas compresas alivia los eccemas.

Con DA puedo ir a la piscina, correr o hacer lo que me guste (salvo si tengo mucho eccema).

Nombre Apellido Apellido
He participado y practicado con mis padres en el Taller del Cuidado y el Abandono del rascado de
“EXPERTO EN CUIDARME”
Gijón, 28-11-2014

CONCLUSIONES: Los programas educativos en pacientes y cuidadores, describiendo el papel de la barrera cutánea así como el aprendizaje de técnicas de control del ciclo prurito-rascado, están vinculadas con una mejora del cumplimiento. La actitud del paciente (en este caso los niños) y su motivación son de capital importancia para el control de la enfermedad. Este tipo de talleres cumplen ambas premisas, por lo que sería recomendable un mayor desarrollo de los mismos.

BIBLIOGRAFÍA:

1. Fitzpatrick. “Atlas en color y sinopsis de Dermatología Clínica” 5ª Ed. Madrid: MacGraw-Hill. Interamericana; 2005.
2. Carlos Ferrándiz. “Dermatología Clínica”. 1ª Ed. Madrid: Mosby; 1996.
3. Ortiz de Frutos, FJ et al. :”Dermatitis atópica desde la perspectiva del paciente” Actas Dermo-Sifiliográficas 2014; 105(5) 487-496