

Covid-19 y dermatitis por contacto



La dermatitis por contacto irritativa es una reacción inflamatoria inespecífica a sustancias que entran en contacto con la piel sin medición de mecanismos inmunológicos. Se manifiesta como piel enrojecida, seca, agrietada o escamosa, dolorosa después del contacto directo y repetido con la sustancia o fricción irritante.

La dermatitis por contacto puede afectar a cualquier persona, pero la sensibilidad varía según la edad y la constitución atópica. Cuanto más pequeños mayor sensibilidad; a mayor atopia, mayor predisposición.

Pueden ser agudas, cuando se producen por un contacto poco duradero; crónicas o acumulativas, cuando el contacto es prolongado, normalmente con sustancias poco irritantes. Y a veces puede manifestarse como una quemadura química cuando se trata de una dermatitis por contacto muy aguda e intensa.

El incremento de la higiene de manos con jabón y/o de gel hidroalcohol, así como el uso de mascarillas como prevención de la covid-19 se encuentran entre las causas del aumento de dermatitis por contacto en las caritas y manos de los niños.

Dado que no podemos evitar totalmente el contacto con las sustancias o productos que producen la irritación de la piel, os proponemos estos

consejos:

HIGIENE de LAS MANOS:

En los más pequeños, debemos evitar las soluciones y geles con hidroalcohol para la higiene de manos. En caso de tener que utilizarlo, emplearemos el gel

o solución con la proporción más baja de alcohol (70%) y que contenga otro tipo de protectores como aloe vera. Nunca los utilizaremos en pieles que ya están con grietas o descamación.

Mejor utilizar jabones para pieles sensibles que respeten el manto ácido de la piel, es decir, con un pH ácido (5-6). Si se trata de lactantes, mejor con pH neutro.

Las manos las debemos lavar con frecuencia, siempre que estén sucias, antes y después de comer, después de ir al baño, al entrar en casa. Y en estos tiempos de covid-19, cada vez que realizo la higiene respiratoria y manipulo la mascarilla (por eso hemos incrementado tanto el uso de las soluciones hidroalcohólicas).

También recordamos que tan importante como el lavado de las manos es secarlas bien, especialmente en la zona interdigital. Fuera de casa, siempre con papel desechable.

HIGIENE DE LA CARA Y DE LA MASCARILLA:

Lavaremos la cara con agua templada y jabón suave para pieles sensibles como hemos dicho anteriormente, siempre que esté sucia. Los pequeños suelen ensuciarse mucho cuando comen, habría que retirar los restos de comida, salsas, etc. con un papel húmedo desechable antes de ponerse la mascarilla nuevamente.

Recomendamos utilizar una mascarilla higiénica cuyo interior sea **de algodón** si es de tela o de un material hipoalergénico o algodón si es desechable y siempre cumpliendo la especificación UNE 0064 o UNE 0065. Así mismo, debe ser una mascarilla que se ajuste al tamaño de la cara del niño para que realmente cumpla con la función de barrera y de prevención que tiene.

La mascarilla higiénica debe cambiarse cada 4 horas, para evitar la concentración de humedad dentro de la misma e incrementar la irritación de la piel. Además, las mascarillas higiénicas reutilizables se deben lavar todos los días con un detergente neutro y siguiendo exactamente las indicaciones del fabricante.

HIDRATACIÓN DE LA PIEL Y BARRERAS PROTECTORAS:

HIDRATACIÓN DE LAS MANOS:

Es importante mantener una adecuada hidratación de la piel de la manos con cremas emolientes. Debemos tener cuidado al elegirla, porque a veces entre sus componentes puede haber alérgenos que desencadenen una reacción alérgica en niños muy pequeños o niños con alergias ya diagnosticadas, como los aceites de ácidos grasos procedentes de la almendra, el sésamo, etc. Si nuestro hijo tiene alergias o es un lactante consultaremos siempre a su pediatra.

Hidratar las manos al menos dos veces al día y después de utilizar el gel hidroalcohol, que reseca mucho, puede ayudarnos a cuidar las manitas de los peques.

HIDRATACIÓN DE LA CARA:

La crema hidratante para la cara debe ser siempre poco grasa para no obstruir los poros de la propia piel y que pueda transpirar libremente.

En el caso de los adolescentes, el uso de maquillaje con la mascarilla se debe evitar y si se usan, deben ser sin aceites "oil free".

Tampoco debemos olvidar que el uso de la mascarilla puede empeorar otros problemas dermatológicos como el acné de nuestros adolescentes, la dermatitis atópica, la dermatitis seborréica, etc. Deberemos consultar al médico para poner solución a estos problemas.

Dos momentos estupendos para hacer esta hidratación, no solo de la cara, son por la mañana y después del baño o antes de acostarse. En caso de una gran irritación varias veces al día.

Es conveniente también, ahora que llega el invierno, proteger las manos del frío con unos bonitos guantes (al colegio deben venir correctamente identificados con el nombre completo del niño y la clase) pues la dermatitis se puede exacerbar con el frío.

Si las lesiones de la piel no mejoran o se sobreinfectan debemos acudir al médico de familia y /o pediatra para un diagnóstico y tratamiento adecuado.

Fonseca Capdevila E. Dermatitis por contacto [internet][consultado el 22 de octubre de 2020] Disponible en:

https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/dermatitis_contacto.pdf

Imagen diseñada por freepik y modificada. www.freepik.es