

Alguns métodos que podem reduzir o estresse podem ser feitos pelo próprio paciente e necessitam de pequena ou nenhuma orientação profissional, como por exemplo: priorizar e organizar o tempo, praticar exercício físico aeróbico, ouvir música, ler e até meditar. Os pais também devem aprender a controlar sua ansiedade, pois é muito comum a criança com dermatite atópica captar o nervosismo dos pais e começar a se coçar mais.

Outros métodos para o controle do estresse podem requerer assistência profissional, como por exemplo, uma consulta com um psicólogo, ou a participação em grupos de apoio para pessoas que sofrem de dermatite atópica.

Para informações sobre grupos de apoio para pacientes com dermatite atópica, entre em contato com a Associação de Apoio à Dermatite Atópica (AADA).

QUAL O TRATAMENTO DA DERMATITE ATÓPICA?

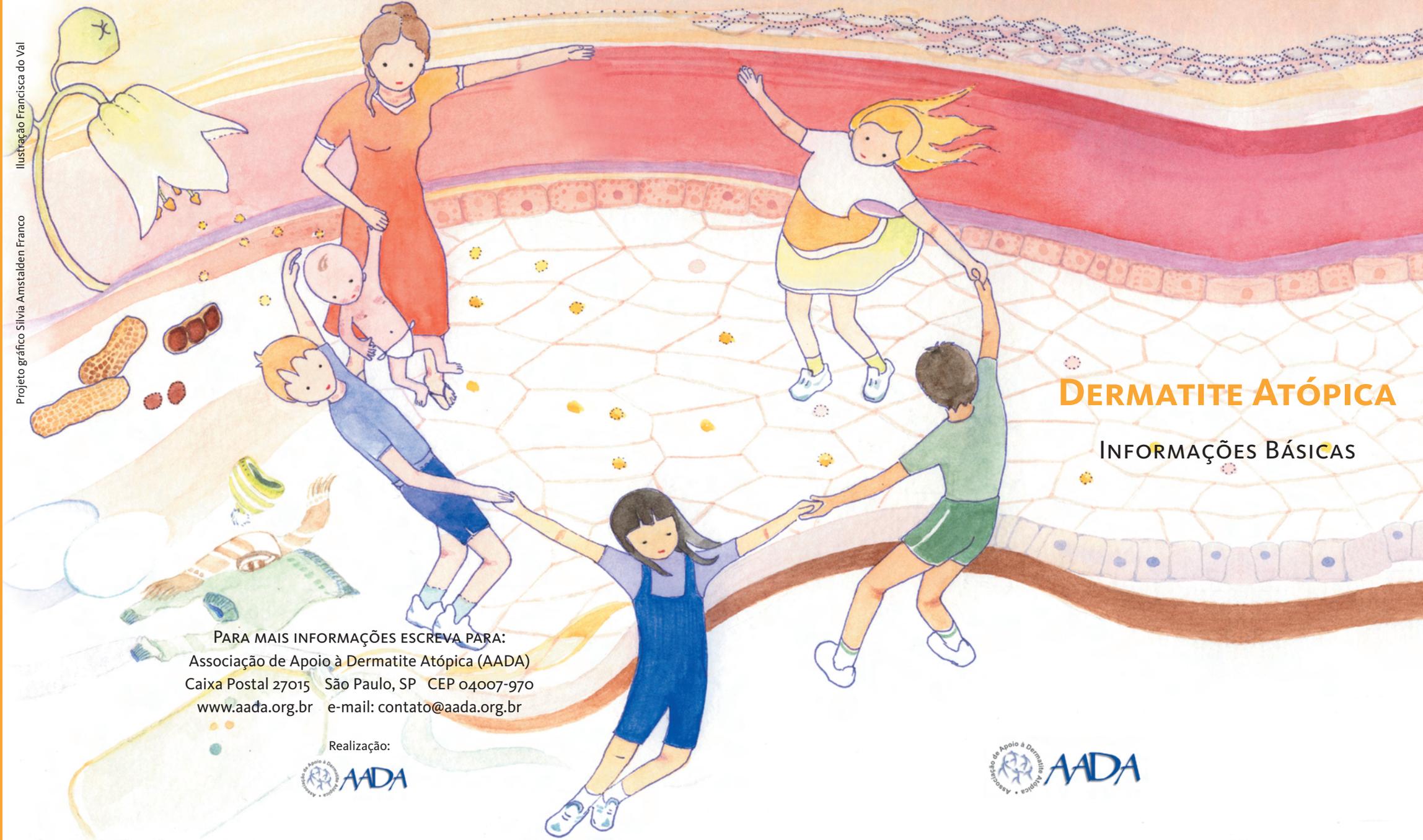
Na maioria dos casos, a dermatite atópica pode ser controlada com as medidas de identificação e controle dos fatores desencadeantes, e o uso de medicação adequada. Existem diversos medicamentos que ajudam no controle da dermatite atópica:

- Emolientes (ou hidratantes) são importantes para se combater a pele seca;
- Cremes e pomadas de cortisona, são eficazes no controle da dermatite atópica; no entanto, devem ser indicados e usados corretamente para se evitar efeitos colaterais a longo prazo. Esses efeitos incluem a atrofia (ou afinamento) da pele e as estrias;
- Medicamentos conhecidos como imunomoduladores tópicos foram introduzidos mais recentemente para substituir ou diminuir o uso da cortisona tópica e se evitar os seus efeitos colaterais;
- Anti-histamínicos (ou antialérgicos) orais são usados para se controlar o prurido, principalmente no período noturno;
- Antibióticos podem ser utilizados em casos de infecção.

IMPORTANTE: Sempre procure o médico para saber qual o melhor tratamento para o seu caso. Uma relação de parceria entre paciente e médico, é a ideal para o melhor tratamento da dermatite atópica.

Ilustração Francisca do Val

Projeto gráfico Sílvia Amstalden Franco



DERMATITE ATÓPICA

INFORMAÇÕES BÁSICAS

PARA MAIS INFORMAÇÕES ESCRVA PARA:
Associação de Apoio à Dermatite Atópica (AADA)
Caixa Postal 27015 São Paulo, SP CEP 04007-970
www.aada.org.br e-mail: contato@aada.org.br

Realização:



O QUE É DERMATITE ATÓPICA?

A dermatite atópica, também conhecida como eczema atópico, é uma doença crônica, que causa inflamação da pele, levando ao aparecimento de lesões na pele e coceira. A dermatite atópica afeta geralmente, indivíduos com história pessoal ou familiar de asma, rinite alérgica ou dermatite atópica. Essas três doenças são conhecidas como as doenças atópicas ou a tríade atópica.

O QUE CAUSA A DERMATITE ATÓPICA?

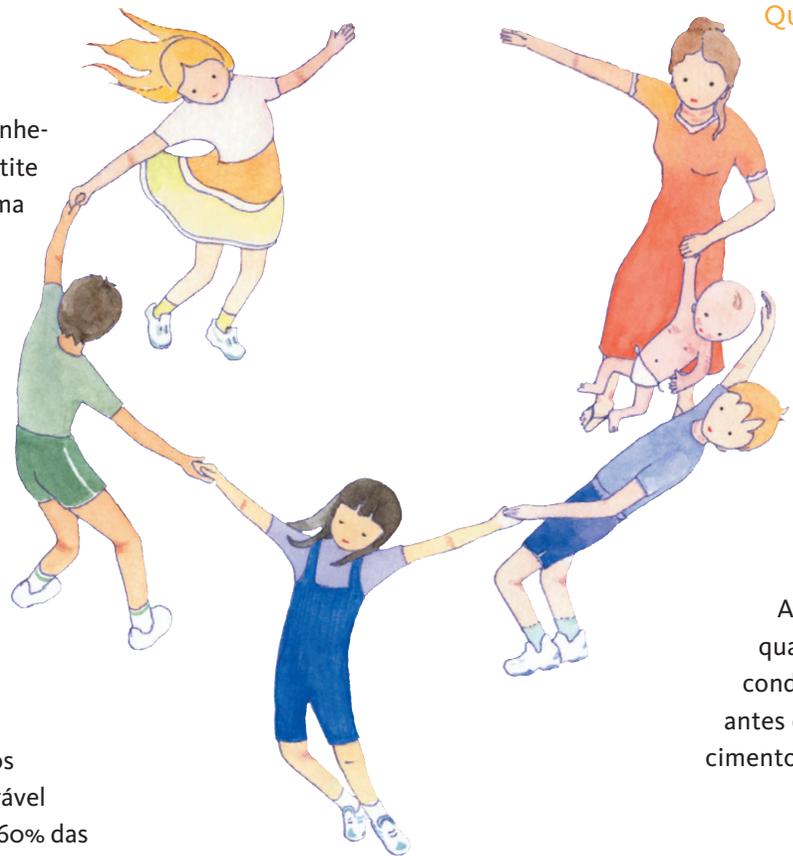
A causa exata da dermatite atópica ainda é desconhecida. No entanto, atualmente se sabe que a dermatite atópica não é uma doença contagiosa, e sim uma doença de origem hereditária.

A DERMATITE ATÓPICA É UMA DOENÇA COMUM?

A dermatite atópica é uma doença muito comum, sendo mais encontrada em áreas urbanas. A incidência da dermatite atópica tem aumentado nas últimas décadas e atualmente afeta de 10 a 15% da população em geral, em alguma época da vida.

QUANDO SE INICIA E QUAL A EVOLUÇÃO DA DERMATITE ATÓPICA?

A dermatite atópica tem início precoce, aparecendo geralmente no primeiro ano de vida. A partir daí, o quadro pode se tornar crônico, com períodos de melhora e piora. A evolução da doença é favorável na maioria dos casos, sendo que aproximadamente 60% das crianças, apresentam diminuição ou desaparecimento completo das lesões antes da adolescência.



COMO SE FAZ O DIAGNÓSTICO DA DERMATITE ATÓPICA?

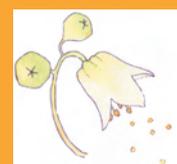
O diagnóstico da dermatite atópica é clínico, isto é, ele é baseado na história e no exame físico do paciente. Os exames laboratoriais, por si só, não conseguem dizer se uma pessoa tem ou não a doença.

QUAIS SÃO AS CARACTERÍSTICAS PRINCIPAIS DA DERMATITE ATÓPICA?

Além da coceira, ou prurido, que está sempre presente, a dermatite atópica caracteriza-se pelo aparecimento de lesões na pele. Na infância, as lesões de pele são avermelhadas, e localizam-se na face, tronco e superfície externas dos membros. Nas crianças maiores e adultos, as lesões se localizam mais nas dobras do corpo, como pescoço, dobras do cotovelo e atrás do joelho, e são mais secas, escuras e espessadas. Em casos mais graves, a dermatite atópica pode acometer boa parte do corpo.

QUAIS OS FATORES DESENCADEANTES DA DERMATITE ATÓPICA?

A dermatite atópica tende a aparecer ou a piorar quando a pessoa é exposta à certas substâncias ou condições. Esses são os chamados fatores desencadeantes da dermatite atópica, porque eles causam o aparecimento, ou a piora da dermatite.



FATORES DESENCADEANTES DA DERMATITE ATÓPICA:

- Pele seca
- Poeira
- Detergentes e produtos de limpeza em geral
- Roupas de lã e tecido sintético
- Certos alimentos
- Baixa umidade, frio intenso
- Calor e transpiração
- Infecções
- Estresse emocional

IMPORTANTE: A chave para controlar a dermatite atópica é evitar ou reduzir a exposição a esses fatores desencadeantes.

QUAL O PAPEL DOS ALIMENTOS NA DERMATITE ATÓPICA?

O papel das alergias alimentares e das dietas é extremamente controverso. Em alguns casos, a ingestão de certos alimentos (ex.: leite, ovos, amendoim, etc...) pode causar uma piora da dermatite; no entanto, apenas um pequeno número de pacientes costuma beneficiar-se de uma dieta de eliminação adequada. Não está justificado tratar crianças com uma dermatite atópica leve, com dietas de restrição, que podem inclusive levar a uma deficiência de nutrientes vitais, além de causar um distúrbio importante na rotina familiar.



COMO O ESTRESSE EMOCIONAL PODE PIORAR A DERMATITE ATÓPICA?

A maioria dos pacientes e pais de pacientes com dermatite atópica, notam que situações estressantes, podem levar ao aumento da vermelhidão e da coçagem, resultando na piora da doença. As pessoas com dermatite atópica devem aprender a reconhecer as situações de estresse e evitá-las na medida do possível.