



# Dermatite atópica

À FLOR DA PELE

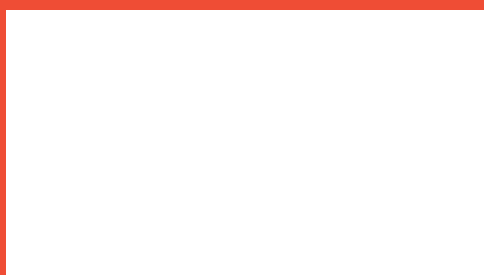


Farmácias Portuguesas

# iSaúde

## COM A AJUDA DESTA FARMÁCIA

Esta farmácia está preparada para o ajudar a lidar com a dermatite atópica, com informação sobre a doença e produtos, e orientação sobre os cuidados mais adequados à sua pele e ao alívio dos sintomas.



copyright © Maio de 2009  
da Associação Nacional das Farmácias



# Dermatite atópica

À FLOR DA PELE

## Dermatite atópica

À FLOR DA PELE



### Uma barreira frágil

**Quem tem dermatite atópica possui uma pele muito sensível e reactiva, a exigir cuidados específicos.**

É quase sempre durante o primeiro ano de vida que a dermatite atópica se declara.

Embora a sua causa exacta não seja conhecida, está muitas vezes associada a antecedentes familiares de alergia: é sinal de que, mais tarde, pode aparecer rinite e asma.

Pele seca, com comichão, vermelhidão e a descamar são os sintomas desta inflamação que, apesar de ser crónica, não é contagiosa.

Nas crianças, é no rosto, sobretudo nas bochechas mas também junto às orelhas, e nas zonas de flexão – dobra dos cotovelos e dos joelhos - que as lesões se localizam. Nos adultos, localizam-se, sobretudo, nas zonas de flexão.

A tendência é para coçar: mas, quanto mais se coça, mais se acentua a irritação e mais comichão se sente. E a pele fica mais vulnerável a agentes infecciosos como as bactérias.

Característico na dermatite atópica é evoluir por ciclos, com períodos de acalmia a alternarem com outros de maior intensidade, podendo o stresse, a exposição a factores ambientais como temperaturas extremas, alimentos ou produtos irritantes, desencadear os sintomas.



### Gestos de suavidade

Existem medicamentos que ajudam a controlar a inflamação e medidas que aliviam os sintomas.

Importante também é evitar os factores que sensibilizam a pele:

**Procure identificar as substâncias** que desencadeiam sintomas e evite-as;

**Evite** banhos quentes e prolongados;

**Use produtos suaves** na sua higiene corporal;

**Seque a pele** com uma toalha macia, limpando-se com gestos suaves, sem esfregar;

**Aplique um hidratante** logo após o banho e, se necessário, repita a aplicação ao longo do dia;

**Use roupas de algodão**, para deixar a pele respirar;

**Evite** ambientes muito aquecidos e secos;

**Limite as actividades** que o façam suar muito;

**Procure não coçar as lesões**, no entanto mantenha as unhas curtas e limadas;

**Tente gerir** as situações causadoras de stresse;

**Cumpra o tratamento** conforme as indicações do seu médico ou farmacêutico;

**Cuide sempre da pele** mesmo depois de as lesões desaparecerem.

#### Muitos nomes, uma só doença

Dermatite atópica, eczema atópico ou dermite atópica. São apenas sinónimos, nomes diferentes para uma mesma doença.

