

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Apr 24, 2025

Dermatitis seborreica (caspa y costra láctea)

La dermatitis seborreica es una afección de la piel que puede causar descamación e irritación en el cuero cabelludo. En adultos y niños, esto se llama **caspa**. En los bebés, también puede causar costras amarillentas, lo que se denomina **costra láctea**. Diferentes productos pueden ayudar a manejar esto.

Puede usar esta información para hablar con su médico o farmacéutico y decidir qué tratamientos son los mejores para usted o su hijo.

Qué es la dermatitis seborreica?

La dermatitis seborreica es una afección de la piel que causa piel escamosa o inflamada. Los médicos no están exactamente seguros de qué causa la dermatitis seborreica, pero parece estar relacionada con las levaduras que viven naturalmente en la piel de todos. Las levaduras son un tipo de **hongo**. Normalmente esta levadura es inofensiva. Pero si crece demasiado, puede causar irritación, especialmente en áreas grasas como el cuero cabelludo o alrededor de la nariz.

Cuando la dermatitis seborreica afecta al cuero cabelludo, puede causar grandes escamas de piel. En adultos y niños, esto se llama **caspa**. En los bebés y niños pequeños, esto se llama **costra láctea**.

Un poco de caspa es normal, porque la capa superior de la piel se desprende naturalmente con el tiempo. Pero la dermatitis seborreica causa mucha caspa y puede necesitar tratamiento.

Cúales son los síntomas de la caspa y la costra láctea?

Las escamas de caspa causadas por la dermatitis seborreica tienden a ser aceitosas y pueden ser de color blanco o amarillento. También puede tener picazón o inflamación en la piel que se parece un poco a una quemadura solar.

En los bebés, la costra láctea aparece como costras grasosas y amarillentas en el cuero cabelludo.

Cuáles son las opciones de tratamiento para la caspa en niños y adultos?

Hay muchos productos disponibles para ayudar con la caspa, incluidos **champús y lociones anticasca**. El simple hecho de lavarse el cabello normalmente ayudará a eliminar las escamas, pero los productos anticasca también contienen productos químicos para controlar las levaduras o reducir la inflamación en el cuero cabelludo.

La mayoría de estos tratamientos son de venta libre. Sin embargo, algunas opciones más fuertes pueden requerir una receta de su médico.

Trata de evitar que los champús anticasca entren en contacto con los ojos y, si lo haces, enjuágalos bien con agua.

Productos de venta libre

Las marcas conocidas de champú anticasca muestran claramente los nombres de los ingredientes activos en las etiquetas, por lo que es fácil comprobar si contienen los tratamientos que se enumeran a continuación.

La mayoría de las personas comienzan probando un champú anticasca comúnmente disponible, como uno que contiene **piritionato de zinc**.

Otros productos anticasca comunes contienen **alquitrán de hulla**. A algunas personas no les gusta el olor de los champús o lociones de alquitrán, pero muchos productos están perfumados para ayudar a enmascararlo. El alquitrán de hulla puede ayudar a reducir la picazón, el engrosamiento de la piel y los gérmenes en el cuero cabelludo, pero a veces puede causar irritación.

También puedes probar un champú que contenga **ácido salicílico**. El ácido salicílico es una sustancia química que ayuda a descomponer la piel dura o escamosa.

Para la caspa más severa, puedes probar un champú que contenga **ketoconazol o miconazol**. Estos son tratamientos **antifúngicos** que pueden matar las levaduras.

Algunas personas descubren que el ketoconazol irrita el cuero cabelludo. Esto es más probable si recientemente has usado un tratamiento con **corticosteroides** en la piel (ver más abajo).

Otros tratamientos para la caspa incluyen champús que contienen **ciclopirox o sulfuro de selenio**.

Los efectos secundarios son raros con los champús de selenio, pero algunas personas pueden irritar la piel. Algunas personas descubren que el champú decolora ligeramente su cabello o hace que su cuero cabelludo adquiera un color naranja.

Tratamientos que puede obtener de un médico

Si tú o tu hijo tienen caspa grave causada por la dermatitis seborreica y otros tratamientos no han ayudado, el médico puede sugerir el uso de un **champú o una loción con**

Dermatitis seborreica (caspa y costra láctea)

corticosteroides. Los corticosteroides pueden ayudar a reducir el enrojecimiento y la picazón. Las opciones comunes incluyen lociones de **fluocinolona** o **hidrocortisona**. Estos solo se utilizan en niños mayores de 2 años.

El uso de lociones con corticosteroides fuertes durante mucho tiempo puede causar adelgazamiento de la piel, estrías, piel más clara y vasos sanguíneos visibles. Para evitar estos efectos secundarios, su médico solo los recomendará durante un corto período de tiempo.

Cuáles son las opciones de tratamiento para la costra láctea?

La costra láctea en los bebés generalmente se puede controlar con humectantes suaves como el **aceite de oliva**. Aplicar una pequeña cantidad en el cuero cabelludo de su hijo una o dos veces al día puede ayudar a ablandar las costras. En la mayoría de los casos, este es todo el tratamiento que su hijo necesitará.

Si su hijo tiene costra láctea grave que dura más de 3 meses, su médico puede recomendar una loción con corticosteroides, como **la hidrocortisona**.

Qué pasa después?

El tratamiento suele ser suficiente para controlar la caspa y la costra láctea. En el caso de la caspa, es posible que debas usar tratamientos anticaspa con regularidad o solo durante los brotes. Los brotes pueden ocurrir cuando estás más estresado. Por lo general, la costra láctea desaparece a medida que el niño crece.

Es importante seguir los consejos de su médico sobre la frecuencia con la que debe usar el tratamiento para cualquiera de las afecciones.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

