

# Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Jan 30, 2023

## Eczema

**El eccema puede causar picazón, enrojecimiento y dolor en la piel. Puede ocurrir a cualquier edad, pero es más común en los niños. Puede ser angustiante para usted ver a su hijo incómodo. Sin embargo, existen tratamientos que pueden ayudar a aliviar los síntomas.**

**Puede usar nuestra información para hablar con su médico y decidir qué tratamientos son adecuados para usted o su hijo.**

### Qué es el eccema?

El eccema es una afección que hace que las zonas de la piel se sequen, se enrojezcan y piquen. Rascarse la piel puede hacer que sangre y se vuelva gruesa y escamosa.

Hay varios tipos de eccema. El más común es el eccema atópico, también llamado **a veces dermatitis atópica**. La información aquí es sobre el eccema atópico, pero lo llamamos simplemente 'eccema'.

Si algo es atópico, significa que está relacionado con una alergia. Si tienes una alergia, tu sistema inmunitario (las partes del cuerpo que combaten las infecciones) reacciona de forma exagerada a ciertas cosas que normalmente no deberían causarte problemas.

Las cosas comunes que desencadenan reacciones alérgicas en las personas con eccema son el polen, la piel y el pelaje de los animales, las plumas, algunos jabones y detergentes, el estrés y su propio sudor. Sin embargo, es posible que nunca sepas cuál es la causa de tus síntomas o los de tu hijo.

### Cuáles son los síntomas?

El eccema puede hacer que la piel:

- pruriginoso
- rosa o rojo
- seco y escamoso
- roto y sangrante

## Eczema

- grueso y resistente.

Cuando los síntomas del eccema empeoran repentinamente, su médico puede llamar a esto un **brote**.

En los niños, las partes del cuerpo donde contraen el eccema pueden cambiar a medida que crecen. Los bebés a menudo tienen eccema en las mejillas y la barbilla. Los niños tienden a contraerla en la parte interna de los codos, detrás de las rodillas y en las muñecas, los tobillos y las manos.

El eccema puede hacer que la piel se infecte. Si esto sucede, puede causar:

- protuberancias llenas de pus
- ampollas amarillas con costras
- Áreas húmedas y supurantes de la piel donde las ampollas han reventado.

Si cree que su piel (o la piel de su hijo) está infectada, consulte a su médico. Por lo general, las infecciones deben tratarse con antibióticos. Los antibióticos son medicamentos que matan las bacterias que causan la infección y evitan que se propague.

## Qué tratamientos existen?

Los médicos recomendarán tratamientos en función de la gravedad de los síntomas. Es posible que tengas que probar varios tratamientos hasta que encuentres el que funcione mejor.

Es importante recordar que el eccema es lo que los médicos llaman una afección "crónica". Esto significa que es probable que dure mucho tiempo. Por lo tanto, debe continuar con su rutina regular de cuidado de la piel (o la de su hijo) incluso durante los períodos en los que el eccema parece haber desaparecido.

También debe evitar las cosas que desencadenan brotes, como las cosas que irritan la piel o ciertos alimentos que causan problemas.

Si tiene un hijo con eccema, puede resultarle útil seguir una serie de instrucciones escritas sobre el cuidado de la piel, las rutinas a la hora del baño y otras cosas que le ayuden.

## Lo primero que hay que probar

Una de las mejores cosas que puedes hacer es usar mucha **crema hidratante** todos los días. Este tratamiento se recomienda para todas las personas con eccema, independientemente de los otros tratamientos que puedan necesitar.

Las cremas hidratantes se presentan en forma de lociones, ungüentos, cremas y aceites de baño. Los médicos podrían llamarlos **emolientes**. Funcionan de dos maneras:

- En primer lugar, forman una barrera entre la piel y lo que sea que esté causando una reacción alérgica.

## Eczema

- En segundo lugar, ayudan a mantener la piel húmeda, lo que ayuda a reducir el dolor y la picazón.

Puedes usar la cantidad de crema hidratante que quieras y repetir según sea necesario.

Es posible que te resulte útil aplicar una crema hidratante después del baño o la ducha porque ayuda a "retener" el agua en la piel. Usar aceite de baño en el baño o la ducha de antemano puede ayudar en este proceso. Los ungüentos se suelen utilizar en pieles muy secas.

Algunas personas descubren que las cremas hidratantes son el único tratamiento que necesitan. Pero la mayoría de las personas necesitarán usarlos junto con otro tratamiento.

**Las cremas y lociones con corticosteroides** se utilizan a menudo junto con las cremas hidratantes para ayudar a tratar el eccema y evitar que se exacerbe. Los corticosteroides (generalmente llamados esteroides) son poderosos antiinflamatorios que ayudan a reducir la inflamación (hinchazón) y sus efectos.

Las cremas con esteroides son útiles durante un brote de los síntomas. Pueden ayudar a reducir la inflamación y la picazón cuando esto sucede. Pero algunas personas necesitan seguir usando una crema de esteroides de dosis baja con regularidad para ayudar a prevenir los brotes.

Las cremas con esteroides vienen en diferentes concentraciones. Su médico querrá recetarle el esteroide de menor concentración que funcione para usted o su hijo, ya que pueden causar efectos secundarios.

Por lo tanto, dependiendo de la gravedad de los síntomas, es probable que comience con una crema de baja concentración y pase a una más fuerte si es necesario.

Se aplica una capa delgada de la crema o loción con esteroides en la piel afectada. Aplíquese la crema o loción de la manera que su médico le indique.

Los esteroides pueden picar o irritar la piel al principio. A algunas personas les preocupa que los esteroides puedan hacer que la piel sea más delgada. Pero esto solo tiende a ser un problema con las cremas con esteroides de alta dosis cuando se usan durante mucho tiempo.

Para los síntomas graves, el médico puede recomendar una crema que contenga medicamentos llamados **inhibidores de la calcineurina**, ya sea sola o junto con una crema con esteroides. Los inhibidores de la calcineurina actúan impidiendo que el sistema inmunitario reaccione de forma exagerada a las cosas que causan una reacción alérgica.

Estos medicamentos no deben administrarse a niños menores de 2 años.

Si la piel se infecta, su médico le recetará **antibióticos**, probablemente en forma de crema.

### Si los primeros tratamientos no funcionan

Si los síntomas no mejoran con corticosteroides o inhibidores de la calcineurina, existen otros tratamientos que el médico podría recomendar.

## Eczema

- **Terapia ultravioleta (UV).** Algunas personas notan que su eccema mejora después de la exposición a la luz solar (que contiene luz ultravioleta). Los rayos UV también pueden ser proporcionados por una caja de luz especial.

Es importante no usar la caja de luz más de lo que le recete su médico, porque demasiada exposición a los rayos UV puede causar quemaduras solares y, a veces, cáncer de piel. Este tratamiento a veces se usa en combinación con un medicamento llamado psoraleno, que hace que la piel sea más sensible a los rayos UV.

- **Los medicamentos inmunosupresores** reducen la reacción del sistema inmunitario a las cosas que causan alergias. Hay varios tipos, incluidas las formas en tabletas de los inhibidores de calcineurina mencionados anteriormente.

Algunos de estos medicamentos son adecuados tanto para niños como para adultos. Pero los médicos generalmente solo los recetan a las personas con los síntomas más graves, ya que pueden causar efectos secundarios.

## Tratamientos separados para la picazón

Si descubres que la picazón que causa el eccema te molesta mucho, incluso con tratamientos que reducen los otros síntomas, habla con tu médico sobre los tratamientos que podrían ayudarte.

Por ejemplo, el médico puede recomendar emolientes que contienen sustancias llamadas **ceramidas**. Pueden ser mejores que las cremas hidratantes estándar para controlar el picor.

A veces se han utilizado **antihistamínicos** para tratar el eccema. Pero, por lo general, **no se recomiendan**, ya que no hay pruebas fehacientes de que funcionen. Se ha sugerido que ayudan a reducir el picor por la noche, para que duerman mejor. Pero es probable que cualquier efecto se deba a que algunos antihistamínicos pueden causar somnolencia.

## Qué sucederá?

Aproximadamente 6 de cada 10 niños superan el eccema con el paso del tiempo o tienen síntomas más leves a medida que crecen. Pero a veces el eccema puede reaparecer cuando eres adulto, a menudo en las manos.

## Dónde obtener más ayuda

Un eccema muy grave puede ser angustiante, especialmente para los niños. Es posible que tu médico pueda ponerte en contacto con grupos de apoyo en tu área. O puede buscarlos en línea.

Por ejemplo, en el Reino Unido, la Sociedad Nacional de Eczema ([eczema.org](http://eczema.org)) Es posible que pueda ponerte en contacto con otros padres en tu área para averiguar cómo se las arreglan. También proporciona actualizaciones periódicas de las últimas investigaciones sobre el eccema.

## Eczema

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](https://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](https://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.

