

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Jan 30, 2023

Eczema

O eczema pode deixar a pele com coceira, vermelha e dolorida. Pode ocorrer em qualquer idade, mas é mais comum em crianças. Pode ser angustiante para você ver seu filho desconfortável. Mas há tratamentos que podem ajudar a aliviar os sintomas.

Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico e decidir quais tratamentos são adequados para você ou seu filho.

O que é eczema?

O eczema é uma doença que faz com que as manchas da pele fiquem secas, vermelhas e com coceira. Coçar a pele pode fazer com que ela sangre e se torne espessa e escamosa.

Há vários tipos de eczema. O mais comum é o eczema atópico, às vezes também chamado de **dermatite atópica**. As informações aqui são sobre eczema atópico, mas nós o chamamos apenas de "eczema".

Se algo é atópico, significa que está ligado a uma alergia. Se você tem uma alergia, seu sistema imunológico (as partes do corpo que combatem infecções) reage de forma exagerada a certos elementos que normalmente não deveriam causar problemas.

Coisas comuns que desencadeiam reações alérgicas em pessoas com eczema são pólen, pele e pelos de animais, penas, alguns sabões e detergentes, estresse e o próprio suor. Mas talvez você nunca saiba o que causa os seus sintomas ou os do seu filho.

Quais são os sintomas?

O eczema pode causar problemas na pele:

- coceira
- rosa ou vermelho
- seco e escamoso
- quebrado e sangrando
- grosso e resistente.

Eczema

Quando os sintomas do eczema pioram repentinamente, o médico pode chamar isso de **exacerbação**.

Nas crianças, as partes do corpo onde o eczema aparece podem mudar à medida que elas crescem. Os bebês geralmente têm eczema nas bochechas e no queixo. As crianças tendem a contrair a doença na parte interna dos cotovelos, atrás dos joelhos e nos pulsos, tornozelos e mãos.

O eczema pode causar infecção na pele. Se isso acontecer, pode causar:

- inchaços cheios de pus
- bolhas amarelas com crostas
- áreas úmidas e escorrendo da pele onde as bolhas se romperam.

Se você acha que sua pele (ou a pele de seu filho) está infectada, consulte seu médico. As infecções geralmente precisam ser tratadas com antibióticos. Os antibióticos são medicamentos que matam as bactérias que causam a infecção e impedem sua propagação.

Quais tratamentos estão disponíveis?

Os médicos recomendarão tratamentos dependendo da gravidade dos sintomas. Talvez você precise experimentar vários tratamentos até encontrar o que funciona melhor.

É importante lembrar que o eczema é o que os médicos chamam de doença "crônica". Isso significa que ele provavelmente durará muito tempo. Portanto, você precisa continuar com a sua rotina regular de cuidados com a pele (ou a do seu filho), mesmo durante os períodos em que o eczema parece ter desaparecido.

Você também deve evitar coisas que desencadeiam surtos, como coisas que irritam a pele ou certos alimentos que causam problemas.

Se você tem um filho com eczema, pode achar útil seguir um conjunto de instruções por escrito sobre cuidados com a pele, rotinas de banho e outras coisas que ajudam.

Primeiras coisas a experimentar

Uma das melhores coisas que você pode fazer é usar bastante **hidratante** todos os dias. Esse tratamento é recomendado para todas as pessoas com eczema, independentemente de outros tratamentos que possam ser necessários.

Os hidratantes vêm na forma de loções, pomadas, cremes e óleos de banho. Os médicos podem chamá-los de **emolientes**. Eles funcionam de duas maneiras:

- Primeiro, eles formam uma barreira entre a pele e o que está causando a reação alérgica.
- Em segundo lugar, eles ajudam a manter a pele úmida, o que ajuda a reduzir a dor e a coceira.

Você pode usar a quantidade de hidratante que desejar e repetir conforme necessário.

Eczema

Talvez seja útil aplicar um hidratante após o banho ou a ducha, pois ele ajuda a "prender" a água na pele. Usar óleo de banho na banheira ou no chuveiro antes pode ajudar nesse processo. As pomadas são geralmente usadas em peles muito secas.

Algumas pessoas acham que os hidratantes são o único tratamento de que precisam. Mas a maioria das pessoas precisará usá-los juntamente com outro tratamento.

Os cremes e loções com corticosteroides são frequentemente usados junto com hidratantes para ajudar a tratar o eczema e impedir que ele se agrave. Os corticosteroides (geralmente chamados apenas de esteroides) são anti-inflamatórios potentes que ajudam a reduzir a inflamação (inchaço) e seus efeitos.

Os cremes esteroides são úteis durante um surto de sintomas. Eles podem ajudar a reduzir a inflamação e a coceira quando isso acontece. No entanto, algumas pessoas precisam continuar usando um creme esteroide de baixa dosagem regularmente para ajudar a evitar surtos.

Os cremes esteroides têm diferentes dosagens. O médico deverá prescrever o esteroide de menor intensidade que funcione para você ou seu filho, pois eles podem causar efeitos colaterais.

Portanto, dependendo da gravidade dos sintomas, você provavelmente começará com um creme de baixa concentração e, se necessário, passará para um mais forte.

Aplica-se uma fina camada do creme ou loção esteroide na pele afetada. Aplique o creme ou a loção da maneira indicada pelo médico.

Os esteroides podem arder ou irritar sua pele no início. Algumas pessoas temem que os esteroides possam tornar a pele mais fina. Mas isso só tende a ser um problema com cremes esteroides de alta dosagem quando usados por um longo período.

No caso de sintomas graves, o médico pode recomendar um creme que contenha medicamentos chamados **inibidores da calcineurina**, isoladamente ou junto com um creme esteroide. Os inibidores da calcineurina funcionam impedindo que o sistema imunológico reaja de forma exagerada a substâncias que causam uma reação alérgica.

Esses medicamentos não devem ser usados em crianças com menos de 2 anos de idade.

Se a pele for infectada, o médico prescreverá **antibióticos**, provavelmente em forma de creme.

Se os primeiros tratamentos não funcionarem

Se os sintomas não melhorarem com corticosteroides ou inibidores de calcineurina, há outros tratamentos que seu médico pode recomendar.

- **Terapia ultravioleta (UV).** Algumas pessoas notam que seu eczema melhora após a exposição à luz solar (que contém luz UV). O UV também pode ser fornecido por uma caixa de luz especial.

É importante não usar a caixa de luz mais do que o indicado pelo médico, pois a exposição excessiva aos raios UV pode causar queimaduras solares e, às vezes, câncer

Eczema

de pele. Às vezes, esse tratamento é usado em combinação com um medicamento chamado psoraleno, que torna a pele mais sensível aos raios UV.

- **Os medicamentos imunossupressores** reduzem a reação do sistema imunológico aos elementos que causam alergias. Há vários tipos, incluindo as formas de comprimidos dos inibidores de calcineurina discutidos acima.

Alguns desses medicamentos são adequados tanto para crianças quanto para adultos. Mas os médicos geralmente só os prescrevem para pessoas com os sintomas mais graves, pois eles podem causar efeitos colaterais.

Tratamentos separados para a coceira

Se você perceber que a coceira causada pelo eczema o incomoda muito, mesmo com tratamentos que reduzem os outros sintomas, converse com seu médico sobre tratamentos que possam ajudar.

Por exemplo, seu médico pode recomendar emolientes que contenham substâncias chamadas **ceramidas**. Eles podem ser melhores do que os hidratantes comuns no controle da coceira.

Às vezes, **os anti-histamínicos** são usados para tratar o eczema. Mas geralmente **não** são recomendados, pois não há boas evidências de que funcionem. Foi sugerido que eles ajudam a reduzir a coceira à noite, para que as pessoas durmam melhor. Mas qualquer efeito é provavelmente devido ao fato de que alguns anti-histamínicos podem causar sonolência.

O que vai acontecer?

Cerca de 6 em cada 10 crianças superam o eczema ou apresentam sintomas mais leves à medida que crescem. Mas, às vezes, o eczema pode voltar quando você já é adulto, geralmente nas mãos.

Onde obter mais ajuda

O eczema muito grave pode ser angustiante, especialmente para crianças. Seu médico pode colocá-lo em contato com grupos de apoio na sua região. Ou você pode procurá-los on-line.

Por exemplo, no Reino Unido, a National Eczema Society (eczema.org) talvez possa colocá-lo em contato com outros pais da sua região, para saber como eles lidam com isso. Ele também fornece atualizações regulares das pesquisas mais recentes sobre eczema.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

