

Dermatitis seborreica

La dermatitis seborreica es una alteración frecuente. Aparece en las zonas más grasas de la piel. No es contagiosa ni su causa es una higiene deficiente. Afecta a personas con una cierta predisposición. Dura años. Puede aparecer por temporadas, en forma de brotes

¿Qué zonas del cuerpo afecta?

En algunas zonas de la piel se observan placas rojas con descamación (trozos de piel seca por encima). Puede provocar picor.

En niñas y niños, las zonas más afectadas son:

- El cuero cabelludo y, en lactantes, la «costra láctea».
- Las orejas.
- Los pliegues: cuello, axilas, ombligo y, sobre todo, la zona del pañal.

Y en las personas adultas:

- El cuero cabelludo: caspa.
- La cara (los lados de la nariz, el pliegue nasobucal y las cejas y párpados). Los bordes se ponen rojos y aparece una descamación entre las pestañas.
- Zona central del pecho y espalda.
- Pliegues: aparecen lesiones en las axilas, debajo de las mamas o en las ingles.

¿Qué puede mejorar la dermatitis seborreica?

- El sol, tomado con una fotoprotección adecuada.
- La limpieza diaria con jabón y champú suaves.
- Los limpiadores cutáneos sin detergente y con pH neutro o ácido.

¿Y qué la puede agravar?

- • Disgustos, preocupaciones, nervios, estrés.
- Cambios hormonales, dietas deficientes.
- Bebidas alcohólicas.
- Alimentos picantes o con muchas especias.
- Cosméticos con alcohol o muy grasos.

En otoño e invierno empeoran las lesiones de la cara y el cuero cabelludo; por el contrario, en verano empeoran las lesiones de los pliegues.

La dermatitis seborreica también puede asociarse con procesos neurológicos y con alteraciones del funcionamiento del sistema inmunitario

¿Cuál es el tratamiento?

La dermatitis seborreica no se cura, pero se pueden controlar las lesiones. Su médica/o le indicará el tratamiento según la localización de las lesiones y su edad.

En niñas y niños:

- Piel de la cabeza: se pone parafina líquida o aceite de oliva y luego se peina de forma profunda sobre la costra de la lesión.
- Resto de localizaciones: cremas antifúngicas o corticoides tópicos muy suaves.

En las personas adultas:

- Piel de la cabeza: Utilice dos o tres veces por semana champú antifúngicos, o bien con brea de alquitrán de hulla o coaltar (manchan y huelen mal), o bien con piritiona de cinc, ictamol o sulfuro de selenio. Deje actuar el champú con el cabello mojado durante unos 5 minutos.
- Cara y resto del cuerpo: antifúngicos o agentes queratolíticos; si el brote es intenso, utilice una crema con corticoides muy suaves durante unos pocos días.

Para prevenir nuevos brotes

deben evitarse los desencadenantes. Si la dermatitis es muy importante, para prevenirla debe cuidarse la piel sana diariamente con cremas con ciclopirox olamina, piroctona olamina, ictamol, enebro o keluamida.

