

Eczema atópico

*Estes artigos estão publicados no sítio do Consultório de
Pediatria do Dr. Paulo Coutinho.*

<http://www.paulocoutinhopediatra.pt>



Consultório de Pediatria do Dr. Paulo Coutinho.

Telef. 229 271 761
Tlm. 918 301 830

Rua Albino Moreira, nº 1400
4485-767 Vilar – Vila do Conde

<http://www.paulocoutinhopediatra.pt>
paulocoutinho@paulocoutinhopediatra.pt

O eczema atópico (ou dermatite atópica) é uma doença inflamatória da pele cada vez mais frequente nas crianças e adolescentes.

Pode causar grande incómodo às crianças e famílias atingidas, sobretudo pela persistência da sintomatologia e necessidade de aplicação continuada de medicamentos.

Surge habitualmente nos primeiros anos de vida, com uma gravidade ligeira a moderada.

É mais frequente em crianças com história familiar de asma e rinite alérgicas, podendo representar o início de uma “marcha” que começando na pele atingirá mais tarde o aparelho respiratório.

Quanto mais cedo aparecer e mais grave se apresentar o eczema atópico, maior será a probabilidade de associação com asma no futuro.

Embora com enormes diferenças regionais, a sua frequência quase triplicou em países desenvolvidos nas últimas décadas, incluindo o nosso país.

Presume-se que na sua origem esteja uma combinação de factores, entre os quais realçamos defeitos na estrutura da pele, como a falta de proteínas (filagrinas) ou a carência de gorduras (ceramidas), que condicionam uma barreira cutânea deficiente, facilitadora da penetração de substâncias e microrganismos externos. Estas alterações conjugam-se com uma desregulação do sistema imunitário, em que este responde desproporcionadamente a uma diversidade de estímulos, promovendo o desencadear de reacções inflamatórias na pele e culminar no aparecimento das manifestações clínicas típicas.

Clinicamente, caracteriza-se por manchas avermelhadas e/ou com crostas em localizações corporais típicas. Estas localizações, que variam com a idade, ocorrem em pele sempre muito seca e pruriginosa (com comichão).

Consultório de Pediatria do Dr. Paulo Coutinho.

Enquanto nas crianças mais pequenas estas atingem sobretudo a face, nomeadamente as bochechas e a frente (poucando a pele em redor do nariz) e também as superfícies extensoras (viradas para fora) dos membros, mais tarde vão fixar-se sobretudo nas pregas, incluindo as dobras dos cotovelos, atrás dos joelhos, nos tornozelos e pescoço. Curiosamente, raramente atinge a pele que é coberta pelas fraldas.

Estão claramente identificados alguns factores de agravamento do eczema atópico, dos quais salientamos genericamente:

- - Roupa constituída por lã e as etiquetas (fibras) do vestuário;
- - Os irritantes como detergentes «fortes»;
- - Exposição ao frio (agravamento no Inverno e no tempo seco) ou calor excessivo (que condicione sudação);
- - Infecções bacterianas da pele;
- - Picos de tensão emocional;
- - Alguns alimentos (leite, frutos secos, ovo, marisco, etc.);
- - Alergénios respiratórios (gramíneas, ácaros do pó da casa, etc.).

Atendendo às causas implicadas no agravamento desta patologia poderá estar indicada a realização de exames a alguns alérgenos (produto suscetível da causar alergia) para esclarecimento em situações de não melhoria com o tratamento habitual.

O eczema atópico não é contagioso, nem tem cura (no sentido puro da palavra), no momento actual da medicina, devendo ser encarado como uma doença imprevisível que evolui por surtos ao longo de muito tempo. Contudo, habitualmente é controlável com a implementação sistemática de medidas preventivas e de cuidados com a pele, necessitando às vezes de tratamentos específicos sob orientação do seu médico assistente.

A manutenção de uma pele saudável, lubrificada e isenta de escoriações, bem como a identificação e eliminação dos factores de agravamento individuais devem constituir um objectivo permanente a atingir.

Consultório de Pediatria do Dr. Paulo Coutinho.

Assim, das medidas preventivas destacamos em particular o uso de roupa interior que não aperte, fabricada exclusivamente em algodão, a eliminação das etiquetas do vestuário e o enxaguamento suplementar da roupa na máquina de lavar.

O ambiente no quarto de dormir deve ser arejado e a uma temperatura que impeça a transpiração excessiva.

O banho pode ser diário, o que ajuda à eliminação de impurezas e agentes irritantes, deve ser rápido (5 minutos) e com água tépida, evitando-se «esfregar» a pele demasiadamente, e ser sucedido de um enxaguamento, e secagem meticulosa das pregas (sem esfregar).

Privilegiamos o uso de géis de banho que não contenham sabão como aqueles actualmente designados por «syndets», pois não retiram a «gordura boa» da pele.

A frequência de piscinas não está interdita, mas deve sempre garantir-se um duche de água corrente após saída e aplicação imediata de um creme hidratante cutâneo.

A hidratação cutânea das crianças com eczema atópico é uma necessidade absoluta, na medida em que se restaura a integridade da pele evitando a secura excessiva. Com esta medida diminuimos a comichão e a possibilidade de se desencadear a inflamação.

Assim, aplicar generosamente hidratantes na pele após o banho e reaplicar em áreas críticas ao longo do dia, são medidas que ajudam a diminuir as crises e a manter as crianças confortáveis.

As crianças geralmente não apreciam a aplicação de cremes no corpo, pelo que recomendamos aos pais que primeiro aqueçam os cremes nas palmas das suas mãos. Para uma melhor aceitação, brinquem aos jogos de pinturas de Carnaval.

Consultório de Pediatria do Dr. Paulo Coutinho.

No entanto, sempre que ocorram crises de inflamação, que signifiquem a falência das medidas anteriores, fale com o seu pediatra assistente, pois este provavelmente terá de prescrever medicamentos para aplicação na pele, nomeadamente corticóides tópicos eventualmente associados a anti-histamínicos orais, indispensáveis e insubstituíveis no controle da inflamação.

Em conclusão, é uma doença do «vai e do vem» em que as famílias devem estar preparadas para uma evolução de melhorias e agravamentos ao longo do tempo que o seu pediatra poderá ajudar a controlar e manter as crianças livres de sintomas importantes o maior tempo possível.

Paulo Coutinho - Pediatra

Emídio Carreiro - Pediatra

Revisto em 31/12/14

