



## Fondation Dermatite Atopique

NUESTROS GRUPOS DE FORMACIÓN **SE INCLUYEN EN EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN TERAPÉUTICA** QUE SE INCLUYE EN LA RED EUROPEA DE ESCUELAS DE ATOPIA ASÍ COMO EN LA FUNDACIÓN EUROPEA DE DERMATITIS ATÓPICA

Los Talleres de Formación para Padres en Dermatitis Atópica de nuestra clínica forman parte del programa de escuelas de atopia de la Fondation Dermatite Atopique. Según la fundación, las escuelas de atopia son un lugar de escucha, un lugar de intercambios, tanto para los padres como para los niños: "Los padres necesitan expresarse sobre su enfermedad, su día a día, sus temores.

Todo esto requiere tiempo, atención, consejos, profesionales con los que hablar y dispuestos a ayudarlos".

Grupo de Dermatología ha sido escogido para este programa por su larga experiencia en el tratamiento de niños, que ha culminado con la creación de una unidad específica para atender a los más pequeños.



Grupo de DERMATOLOGÍA  
Pedro Jaén  
UNIDAD de DERMATOLOGÍA INFANTIL

Grupo de DERMATOLOGÍA  
Pedro Jaén  
UNIDAD de DERMATOLOGÍA INFANTIL

# El Niño con DERMATITIS **ATÓPICA** y la *Piscina* CONSEJOS de **FOTOPROTECCIÓN**



### Antes de la piscina

- Aplicar una crema barrera antes de introducirse en la piscina.
- Si hay placas de eccema, la crema barrera no se aplicará sobre ellas. En estos casos recomendamos dejar pasar algunos días antes de reanudar las clases de natación.

### Después de la piscina

- Aclarar bien y utilizar un gel de higiene syndet adaptado a las pieles atópicas. Secarse la piel con una toalla de algodón aplicando suaves toquitos. Nunca frotar.
- Las cremas barrera son cremas formuladas con sustancias que repelen el agua creando una película aislante que impiden el contacto del agua (o cualquier líquido acuoso (orina, sudor, etc)) con la piel.
- Existe la creencia de que es el cloro el principal causante de la irritación de la piel, cuando también es el propio agua la responsable de una mayor sequedad e irritación de la piel sensible.
- Las irritaciones debidas al agua también se dan en piscinas que utilizan sales en lugar de cloro o incluso en el mar

### Después de la higiene posterior a la piscina

- Hidratar muy bien la piel con una crema adaptada a pieles atópicas

### Evitar los baños en piscina durante los brotes

- Cuando existen placas de eccema o el paciente sufre un brote, se recomienda no usar la piscina.
- Si aun así el paciente necesita los baños por actividad profesional o porque le satisfacen, le relajan, le suponen bienestar emocional o mejoran su calidad de vida

general, la duración de los baños deberá ser lo más corta posible.

### Usar fotoprotección

- Si la actividad es al aire libre, es necesario el uso de una crema fotoprotectora.
- Cuando se use conjuntamente con la crema barrera, deberá aplicarse primero la crema barrera y encima, se aplicará el fotoprotector.

### ¿Qué son las cremas barrera?

Las "cremas barrera" son cremas que por su composición repelen el agua de manera que forman una verdadera barrera entre ésta y la piel.

Al aislar a la piel del contacto directo con el agua, no se produce sequedad y además, las sustancias como el cloro o los compuestos salinos disueltos en el agua, tampoco llegan a entrar en contacto con la superficie cutánea.

De la misma forma que sirven para proteger la piel del efecto directo del agua, también son útiles en otras situaciones en los que líquidos acuosos (saliva, orina, sudor) pueden irritar ciertas zonas de la piel (zona peribucal, región del pañal, axilas, etc).



En Grupo de Dermatología Pedro Jaén,  
más de 30 profesionales de la dermatología emplean  
las técnicas más avanzadas en salud de la piel

En aquellos pacientes con dermatitis atópica en los que al practicar un deporte el sudor puede irritar la piel y dar origen a un intenso picor, las cremas barrera también son muy útiles.

No existen muchas "cremas barrera" o que cumplan las características de una "barrera", pero las que existen sólo se encuentran en Farmacia.

Tu médico te puede orientar sobre ellas e indicarte la más adecuada.

### Fotoprotección. Consejos básicos

- No exponer la piel al sol en las horas de mayor intensidad solar.
- Aplicar un fotoprotector seguro: índice máximo (p.ej. 50 +).
- Los fotoprotectores con pantalla física no se degradan con el sol y, por lo tanto, no pierden eficacia. Actúan reflejando la luz solar (como un espejo) y por eso brillan y son menos cosméticos (dejan la piel de color blanco).
- Los fotoprotectores físicos están compuestos por partículas que no interaccionan con la piel y tienen una mejor tolerancia. Son los fotoprotectores idóneos para la piel de los niños y de los pacientes con dermatitis atópica.
- Los fotoprotectores con filtros químicos están compuestos por sustancias que absorben la radiación solar. A medida que absorben más radiación se degradan y pierden eficacia. Son más cosméticos (no suelen dejar restos blancos en la piel) pero tienen que ser repuestos con más frecuencia.
- Los filtros químicos, a veces, pueden interaccionar con la piel y producir reacciones alérgicas o dermatitis. Otras veces, son las sustancias que resultan de

la degradación de los filtros químicos las responsables de las reacciones en la piel.

- Existe un tipo de sustancias fotoprotectoras que son filtros químicos pero que actúan como pantallas o partículas minerales (por ejemplo el TINOSORB S y el TINOSORB M). Son mixtos y actúan reflejando y absorbiendo la radiación solar. Son muy cosméticos (no dejan la piel de color blanco), son muy estables (no se degradan por efecto del sol) y son muy seguros (no dan lugar a reacciones).
- Por regla general, un fotoprotector debe ser renovado cada dos horas. Mucho más si existen baños.
- El fotoprotector ideal ha de ser resistente al agua.
- A pesar de ser resistente al agua, un fotoprotector debe ser aplicado 10 minutos antes del primer baño.

**La Escuela de la Dermatitis Atópica del Grupo de Dermatología Pedro Jaén tiene como objetivo desarrollar la Educación Terapéutica de pacientes afectados por la Dermatitis Atópica y de sus familiares, mejorando su calidad de vida y favoreciendo el éxito de las medidas de cuidado y de tratamiento de la enfermedad.**

**La Fundación para la Dermatitis Atópica, entidad sin ánimo de lucro creada en el seno de los Laboratorios Pierre Fabre, trabaja en la investigación en el campo de la Dermatitis Atópica y en el desarrollo de la Educación Terapéutica en esta enfermedad, colaborando en la difusión de las Escuelas de la Dermatitis Atópica en diversos países como España.**

**[www.fondation-dermatite-atopique.org](http://www.fondation-dermatite-atopique.org)**