

## – Dicionário –

### Eczema

Do grego “ferver”, é um termo global usado para condições de vermelhidão, comichão e manchas na pele. Dado o melhor conhecimento, prefere-se a designação:

### Dermatite

Termo médico que designa irritação e inflamação da pele. Tem vindo a substituir termos como *assadura* ou *rash* na linguagem corrente.

### Atopia

Tendência familiar/genética para maior reatividade a alérgenos ambientais, tais como póis e pólen, que se podem manifestar em asma, rinite e dermatite atópica.



### Dermatite de contacto

Apesar de semelhante, desenvolve um quadro agudo e que desaparece assim que para o contacto.

Os desencadeantes são específicos, tais como certos metais e tipos exclusivos de irritantes

## Dermatite atópica

Condição de pele caracterizada por

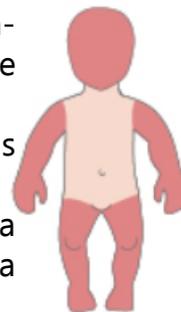
- Pele seca;
- Queratinização excessiva
  - espessamento em placas;
- Lesões inflamatórias.

O seu diagnóstico é clínico e feito geralmente em idades precoces, sendo típicos o **prurido** (comichão) e a **recorrência** do quadro, que tende a desaparecer com a idade — mas pode ser crónico. A associação familiar com condições tipicamente atópicas é uma pista diagnóstica importante mas não é obrigatória.



### Distribuição típica:

Na criança, as lesões agrupam-se no pescoço, face (bochechas), braços e pernas. Geralmente poupa as pregas virilha e as regiões axilares. No adulto, há preferência pela face e mãos, pela exposição a desencadeantes.



## Desencadeantes comuns:

Os seguintes podem ser responsáveis por períodos de maior secura e incómodo:

- Lavagem excessiva da pele
- Sabões e detergentes agressivos
- Solventes e abrasivos
- Ambientes secos
- Alguns cremes e perfumes
- Roupas ásperas (tipo lã)
- Suor e fricção
- Luvas de borracha ou plástico
- Manipulação de alimentos – pela humidade dos próprios e pela lavagem das mãos a que obriga.
- Exposição a pó, pólen, poluição e fumo de tabaco.



Embora as alergias alimentares possam estar implicadas, a restrição alimentar **não é** recomendada.

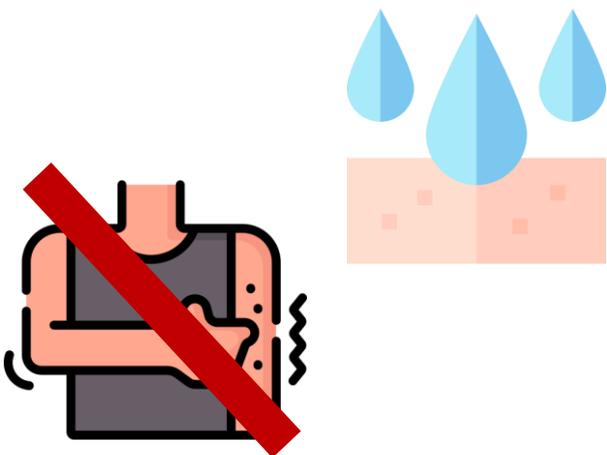


## Prevenção e tratamento:

- **Evitar** possíveis alérgenos, bem como alterações constantes da humidade da pele. Regra geral: se parece que faz mal, evitar.
- Uso de **hidratantes** de base simples, sem perfume.

## Quando já há lesões:

- **Não coçar!**
- Manter a **hidratação** da pele.
- Fazer higiene com **água tépida** e sabão neutro.
- Uso de **emolientes**.
- Cremes e loções à **base de esteroides** prescritos pelo seu médico assistente. São de uso seguro, tem muito pouca absorção para lá da pele; reduzem a comichão, impedem o alastramento, espessamento da pele e cicatrizes.



## Vive com dermatite atópica?

Os cuidados a ter são fáceis e práticos de por em prática. A hidratação da pele especialmente das mãos são hábitos enraizados.

Alguns casos serão mais complexos de gerir, mas há tratamentos específicos e adaptados a cada situação específica.



### USF CelaSaúde

Alameda Dr. Armando Gonçalves, 40  
3000-059 Coimbra  
(Antigo Hospital Pediátrico)

### Contactos:

910 711 725  
960 183 414  
239 488 639

[usf.celasaude@arscentro.min-saude.pt](mailto:usf.celasaude@arscentro.min-saude.pt)

Elaborado por Dr Luís Pimenta (IFE 1º Ano MGF-USF CelaSaúde)	Revisto por Dr Luís Pinto
PO.03-PROC.03-MOD.12	julho 2022

# Eczema atópico ou Dermatite atópica

