**Autor:** Joana Teixeira

**Última atualização:** 2016/07/03

**Palavras-chave:** Dermatite atópica, Eczema, Pele, Alergia, Inflamação

## Resumo

A Dermatite Atópica é uma doença da pele muito frequente em Portugal que afeta crianças e adultos. Causa lesões na pele que provocam comichão intensa e são diferentes de pessoa para pessoa, podendo ter aparência, localização e gravidade variáveis. Para além do desconforto causado pelas lesões, aumenta também o risco de infeções na pele e afeta negativamente o bem-estar psicológico e social dos doentes e das suas famílias. Por isso, é importante o seu reconhecimento e tratamento adequados. Este último passa sobretudo por medidas de hidratação da pele, que são suficientes para os casos mais ligeiros, mas que, nos casos mais difíceis, podem passar também pelo uso de medicação.

# Dermatite Atópica

A dermatite atópica (também conhecida como eczema atópico) é uma doença inflamatória crónica da pele, não contagiosa.
É causada por uma combinação de agressões à barreira da pele, desregulação do sistema de defesas do corpo e reação alérgica a substâncias do ambiente.

## Quem pode ser afetado?

Pode afetar pessoas de todas as idades. É mais frequente na infância (afeta 25% das crianças e 3% dos adultos). Na grande maioria dos casos (90%) manifesta-se nos primeiros cinco anos de vida, sobretudo no primeiro ano (60%). Mas também pode aparecer pela primeira vez na vida adulta.
É muito comum (70% das situações) existirem casos de doenças alérgicas na família, como asma, rinite ou alergias alimentares ou ambientais.

## Quais são os sintomas?

A pele é seca e sensível e existem lesões avermelhadas que causam comichão, cuja distribuição pelo corpo varia com a idade. Por vezes estas lesões apresentam líquido transparente e crostas e, numa fase mais avançada, podem-se tornar espessas, rígidas e escuras.
A Dermatite Atópica pode ser contínua ou evoluir por crises inflamatórias, com intervalos de tempo em que não existem lesões.
Geralmente estão presentes outros problemas alérgicos, nomeadamente a asma, e a rinite alérgica.

## Quais são as complicações?

Devido à comichão, a dermatite atópica pode causar problemas de sono e diminuir a concentração na escola ou no trabalho. Está também associada a níveis mais elevados de ansiedade e depressão nos adolescentes e adultos. Além disso, é um fator de risco para o desenvolvimento de infeções da pele.

## Como se diagnostica?

O diagnóstico da Dermatite Atópica pode ser feito após observação do doente pelo médico, não sendo, na maior parte das vezes, necessários outros exames.

## Qual é o tratamento?

O tratamento tem como objetivo controlar os sintomas das lesões ativas e prevenir o aparecimento de outras lesões no futuro:

1. **Medidas gerais que protegem e reparam a pele**: Os casos mais ligeiros de Dermatite Atópica podem ser controlados somente com estas medidas:
    1. **Hidratantes**: É recomendada a aplicação frequente de cremes hidratantes, sobretudo após o banho enquanto a pele está húmida, evitando os que têm fragrância ou cor. Nos casos mais graves, a ???técnica do curativo húmido??? pode ajudar. Consiste na aplicação de um creme hidratante, seguida de uma primeira camada de gaze ou algodão húmidos e de uma segunda camada seca do mesmo material. Estes curativos podem ser usados durante várias horas por dia, mas deve consultar previamente o seu médico.
    2. **Banho**: um por dia, curto (5-10 minutos), em água morna, com o uso de um gel ou creme de limpeza com pH neutro ou baixo, sem sabão, fragrância ou cor. Em casos mais graves, poder-se-á adicionar ao banho ???lixívia ??? do tipo normal (hipoclorito de sódio máximo de 6%, nunca usar a lixívia concentrada) na proporção de 1mL de lixívia por cada litro de água usada no banho, duas vezes por semana. Porém, deve consultar o seu médico antes de adotar esta medida.
2. **Diminuir a inflamação**, geralmente através da aplicação de creme contendo cortisona nas regiões com lesões ativas. Estes cremes são muito eficazes e, quando usados de forma adequada, praticamente não acarretam riscos. Existem em várias potências e formulações no mercado e só devem ser usados após indicação médica.
3. **Controlar a comichão**, através do uso de anti-histamínicos em xarope ou comprimido. O uso destes medicamentos em forma de creme ou pomada não está recomendado pois não é eficaz e pode mesmo causar sensação de ardor.
4. **Evitar fatores que possam desencadear lesões**:
    1. **Roupa**: Deve ser larga e composta por material suave e não-irritante, como o algodão. Na sua lavagem devem evitar-se detergentes e amaciadores com fragrâncias.
    2. **Ambiente**: A exposição a extremos de temperatura ou de humidade deve ser evitada ou reduzida através do uso de ar condicionado ou desumidificadores.
    3. **Alergénios**: Na Dermatite Atópica há maior tendência para haver alergias ao pólen, ácaros, pelos de animais ou alimentos. A redução do contacto com estas substâncias deve ser realizada se existir uma noção de agravamento das lesões após exposição. A alergia também pode ser confirmada através de um teste de alergias, caso seja considerado necessário pelo médico.

**Qual é a evolução?**

Geralmente desaparece com o crescimento da criança, mas em 10-30% dos casos prolonga-se até à vida adulta.

## Conclusão

A Dermatite Atópica, para além das lesões e complicações que acarreta, diminui a qualidade de vida dos doentes. Na maioria das vezes a doença pode ser mantida sob controlo através de cuidados de higiene e de hidratação da pele realizados em casa. A medicação está reservada para os casos mais graves, devendo ser sempre realizada sob supervisão médica.

## Referências recomendadas


- American Academy of Dermatology. Atopic Dermatitis
- Eichenfield LF, Boguniewicz M, Simpson EL. Translating Atopic Dermatitis Management Guidelines Into Practice for Primary Care Providers. Pediatrics. 2015 Sep;136(3):554-65.
- Fundação para a Dermatite Atópica
- Gupta D. Atopic Dermatitis: A Common Pediatric Condition and Its Evolution in Adulthood. Med Clin North Am. 2015 Nov;99(6):1269-85.
- National Eczema Association
- Weidinger S, Novak N. Atopic dermatitis. Lancet. 2016 Mar 12;387(10023):1109-22.


**Voltar à página inicial** **Tem alguma dúvida? Fale connosco**