

**Autor:** Luisa Silva, Luciana Costa, Raquel Pinheiro

**Última atualização:** 2019/09/23

**Palavras-chave:** Dermatite seborreica, Pele, Eczema, Inflamação

## Resumo

A **dermatite seborreica** é uma doença da pele que se desenvolve-se em qualquer idade, mas é mais comum em adultos entre os 30 e 60 anos e em crianças (?crosta láctea?) com menos de 3 meses de idade. É mais frequente nos homens e em pessoas com um tipo de pele mais oleosa. É uma doença não contagiosa nem alérgica. Pode ser agravada por alguns fatores como o stress ou o clima seco e frio. O diagnóstico baseia-se na observação da pele. É uma doença crónica cuja gravidade pode ser diminuída pelo controlo dos fatores de risco e que pode ser melhorada com tratamento.

## Dermatite seborreica

A **dermatite seborreica** é uma doença da pele que aparece em locais com muitas glândulas produtoras de gordura (glândulas sebáceas), como a parte superior das costas, nariz e couro cabeludo. A causa exata é desconhecida, mas pensa-se que fatores genéticos, fatores hormonais e os microrganismos que vivem na nossa pele possam ter um papel importante na sua origem.

Desenvolve-se em **qualquer idade**, mas é mais comum em adultos entre os 30 e 60 anos e em crianças com menos de 3 meses de idade (?crosta láctea?). Em geral é um pouco **mais frequente nos homens** e em pessoas com um tipo de **pele mais oleosa**.

Costuma surgir de forma espontânea, mas pode ser potenciada por vários fatores:

- Stress;
- Cansaço físico;
- Alterações hormonais ou doenças;
- Detergentes agressivos, solventes, químicos ou sabonetes;
- Clima frio e seco: agrava no inverno e início da primavera, melhora durante o verão;
- Medicamentos (exemplo: interferão, metildopa, haloperidol).

Pessoas com algumas doenças do sistema imunitário (infecção HIV/SIDA, psoríase) e do sistema nervoso (doença de Parkinson) estão também em maior risco de desenvolver dermatite seborreica.

A **dermatite seborreica**:

- **Não é contagiosa;**
- **Não é causada por má higiene pessoal;**

- **Não é uma alergia.**

## Como se apresenta?

---

No **adolescente** e no **adulto** a dermatite seborreica surge em zonas abundantes em glândulas sebáceas, como é o caso da cabeça e da parte superior do tronco. É muito comum surgir no couro cabeludo, provocando uma descamação habitualmente chamada de "caspa". Além do couro cabeludo, envolve também outras partes do corpo ricas em pelo (sobrancelhas, bigode, barba), bem como regiões de pregas (na face em redor do nariz ou orelhas, axilas, virilhas, sulco internadegueiro).

Sintomas comuns da dermatite seborreica incluem:

- Manchas descamativas na pele;
- A pele abaixo dessas manchas é avermelhada;
- Apesar de descamativas, as manchas geralmente parecem oleosas e húmidas;
- Pele oleosa e edemaciada;
- As escamas podem sair e tendem a ser brancas ou amareladas;
- Comichão (especialmente no canal auditivo e couro cabeludo) e ardor.

No **recém-nascido** manifesta-se pela chamada "crosta láctea", uma acumulação de escamas oleosas aderentes ao couro cabeludo. Nas formas mais extensas afeta também as pregas da face, pescoço, axilas e as pregas na região da fralda. É uma condição geralmente inofensiva e comum em bebés. Geralmente causa pouca comichão e desaparece por volta dos 6 a 12 meses de idade.

A dermatite seborreica pode muitas vezes ser semelhante a outras alterações de pele ou aparecer juntamente com elas. Uma observação cuidada é suficiente para fazer o diagnóstico.

## Qual é o tratamento?

---

### Crianças

Se a **dermatite seborreica** for leve, um creme antifúngico ou um champô medicamentoso podem ser suficientes para controlar os sintomas. Não há problema em deixar uma dermatite seborreica leve sem tratamento, caso o bebé não esteja desconfortável. Em casos mais graves, podem ser prescritos medicamentos para controlar a inflamação, como os corticosteroides tópicos.

Para melhorar a crosta láctea dos bebés, pode lavar o cabelo regularmente com champô de bebé, e assim que as escamas começam a amolecer, escovar suavemente. Em alguns casos, pode ser útil a aplicação de um emoliente suave não perfumado antes da lavagem com o champô de bebé.

**Não se deve** utilizar sabão, champô para adultos, ou arrancar as escamas (pelo risco de infeção).

Deve **consultar o médico** no caso de:

- A crosta láctea se apresentar em todo o corpo do seu bebê;
- As crostas vazarem fluido ou sangrarem;
- As áreas afetadas parecem inchadas;
- Não existir melhoria após algumas semanas de tratamento.

### Adultos

O **tratamento não cura** a dermatite seborreica, mas ajuda a soltar e remover a descamação, prevenir uma infecção da pele e reduzir a comichão e o edema. Pode incluir cremes antifúngicos, champôs anticaspa, cremes reparadores da barreira da pele, cremes com corticoide, antifungicos orais ou outros medicamentos específicos. Interessa seguir as instruções de prescrição: usar um tratamento mais tempo ou com mais frequência do que o prescrito pode causar efeitos secundários.

Esta é uma área em que a ausência de um tratamento eficaz leva à proliferação de alternativas com eficácia duvidosa e muitas vezes extremamente onerosas. Consultar o médico assistente ou um profissional de saúde especializado pode ajudar a distinguir as melhores opções.

### Conclusão

---

A **dermatite seborreica** é uma doença crónica da pele, cuja gravidade pode ser diminuída pelo controlo dos fatores de risco e que pode ser melhorada com tratamento.

### Referências recomendadas

---

- [Sociedade Portuguesa de Dermatologia e Venereologia. Doenças da pele](#)
- [National Eczema Association. Seborrheic Dermatitis \(adults\)](#)
- [National Eczema Association. Seborrheic Dermatitis \(children\)](#)
- [American Academy of Dermatology Seborrheic Dermatitis](#)
- [NHS. Cradle cap](#)

**[Voltar à página inicial](#)** **[Tem alguma dúvida? Fale conosco](#)** \*\*\*\*\*

[Luísa Silva](#) • [Luciana Costa](#) • [Raquel Pinheiro](#)