



¿Qué es la dermatitis seborreica?

La dermatitis seborreica causa una piel seca y descamativa. Habitualmente, afecta a la piel cubierta de vello, más frecuentemente a la cara, las orejas y el cuero cabelludo. También puede conducir a la formación de áreas gruesas de piel seca. Los síntomas oscilan desde leves a intensos y la enfermedad se puede encontrar en lactantes, niños y adultos. La dermatitis seborreica del lactante se suele conocer como "costra láctea".

No conocemos la causa de la dermatitis seborreica. Sin embargo, puede estar provocada por la falta de cantidades suficientes de vitaminas del grupo B o de cinc en la dieta. Esta enfermedad también puede tener carácter hereditario. El trastorno no causa daños serios ni pérdida de pelo. En los adultos, la dermatitis puede ser intermitente durante varios años, con reagudizaciones al principio del invierno. La dermatitis seborreica se suele tratar con un champú o crema medicada.

¿Cuáles son los síntomas de la dermatitis seborreica?

La dermatitis seborreica puede afectar a casi cualquier zona del cuerpo, pero es más común en el cuero cabelludo, las pestañas, las cejas y los lados de la nariz. Los síntomas incluyen:

- Caspa
- Dermatitis del pañal
- Piel seca
- Descamación cutánea
- Escamas grasientas
- Picor leve
- Enrojecimiento de la piel, sobre todo cerca de la nariz y en el centro de la frente
- Exantema
- Piel cética, especialmente detrás de las orejas



¿Qué pruebas se necesitan?

Después de preguntarle sobre su historia médica, el médico le explorará cuidadosamente la cara y el cuero cabelludo. A veces se hacen análisis de sangre y se toma una muestra de piel, en un intento de aclarar la causa del problema.

¿Qué tratamiento se necesita?

El tratamiento depende de la localización de la dermatitis y de la intensidad de los síntomas. Se suele usar un champú para la dermatitis del cuero cabelludo, tanto en los lactantes como en los adultos. A veces se emplea una crema medicada, sobre todo en los casos graves. Si los síntomas son leves, el médico quizás le mande una crema no medicada, para mantener la piel húmeda. En ocasiones, los pacientes con dermatitis seborreica son enviados al dermatólogo, un médico especializado en las enfermedades de la piel. El dermatólogo puede tomar una pequeña muestra de piel para examinarla al microscopio. Si padece una afectación intensa de la piel alrededor de los ojos, es posible que sea enviado al oftalmólogo, un especialista en las enfermedades oculares. Probablemente, deberá acudir a la consulta del médico periódicamente para evaluar el resultado del tratamiento.



Que hacer

- Siga las instrucciones del médico
- Informe al médico de cualquier otro problema de salud que tenga
- Informe al médico de los medicamentos que esté tomando, tanto recetados como de venta libre
- Si es mujer, informe al médico si se queda embarazada
- Vuelva a consultar con el médico si los síntomas no mejoran o empeoran
- Use una crema cutánea para mantener la piel húmeda
- Lávese el pelo con champú diariamente o de acuerdo con las instrucciones del médico
- Procure salir al aire libre todos los días; la luz solar suele mejorar los síntomas
- Pregunte al médico cuánto tiempo debe tomar el sol cada día
- Mientras tome medicación para la dermatitis, es conveniente que un oftalmólogo le examine los ojos por lo menos una vez al año
- Póngase en contacto con su médico si tiene fiebre o nota la formación de exudado en la zona de dermatitis



No hacer

- No interrumpa el tratamiento ni modifique la dosis cuando se sienta mejor, a menos que el médico le indique que lo haga
- No coloque vendas ni apósitos sobre la crema medicada
- No utilice ningún medicamento contra el acné sin permiso del médico; estos fármacos puede hacer que empeore la dermatitis



Tiempo de recuperación

En los lactantes, el trastorno puede durar varios meses, pero los síntomas suelen mejorar en cuestión de días. En los adultos, la dermatitis seborreica puede persistir durante años, con épocas de mejoría y empeoramiento.

La mayoría de los adultos se siente mejor al cabo de una o dos semanas con tratamiento. Muchos pacientes adultos necesitan tratamiento durante varios meses o años.



¿Qué se puede hacer para que no vuelva a ocurrir?

- Procure relajarse. El estrés puede empeorar la dermatitis seborreica
- No se bañe o duche más de una vez al día; la sequedad de la piel puede empeorar la dermatitis
- Utilice una crema para mantener húmeda la piel
- Duerma lo suficiente y no trabaje demasiado. El estrés físico puede empeorar la dermatitis