

Identificación del picor

Durante los meses más fríos del año, la piel puede presentar sequedad, picores y enrojecimientos. Puede que estos síntomas no se deban sólo al clima. Una piel que presenta enrojecimientos, elevaciones, descamaciones y picores puede ser síntoma de su condición alérgica.

El eccema y la urticaria (habones) son dos condiciones alérgicas de la piel comunes. Conocer en qué consisten y cómo identificarlas es importante para el tratamiento de cualquier condición de la piel.

¿Qué es el eccema?

El eccema es una condición alérgica de la piel. Es hereditario y se asocia a menudo a las alergias a alimentos, al asma y/o a la rinitis alérgica. Todos los grupos de edad pueden verse afectados por eccemas, y casi siempre afecta a la cara, muñecas, a la zona interior de los codos y a la parte posterior de las rodillas.

¿Qué signos debo tener en cuenta para identificarlo?

- Rojeces y picores en la piel.
- Sequedad cutánea.
- Erupciones que aparecen y desaparecen un tiempo antes de brotar de nuevo.

¿Cuál es el tratamiento más eficaz contra el eccema?

- Hidratación frecuente.
- Control de la inflamación con corticoides o cremas de uso tópico.
- Tratamiento de infecciones cutáneas.
- Evitar los factores medioambientales que provocan las alergias (p.ej. pólenes, mohos, ácaros del polvo y escamas cutáneas de origen animal).
- Evitar los cambios drásticos de temperatura o humedad.
- Evitar sudar o la calefacción excesiva.
- Evitar las sustancias irritantes (humo del tabaco, contaminación).
- Reducir el estrés.
- Evitar los materiales ásperos (p.ej. la lana u otros materiales irritantes).
- Evitar los jabones, detergentes y disolventes fuertes.
- Ser consciente de los alimentos que pueden provocar un brote y evitarlos.
- Un elemento clave del tratamiento es la colaboración del paciente, sus familiares y el médico.

¿Qué es la urticaria?

La urticaria (habones) consiste en zonas enrojecidas y elevadas de la piel que producen picores cuya forma y tamaño varía. Los habones resultan de la histamina y otros componentes que liberan los mastocitos y tienden a confluir unos con otros. Estos grupos de habones normalmente son evanescentes y desaparecen en un tiempo que varía entre las 2 y las 48 horas al tiempo que aparecen nuevos grupos en otras zonas de la piel.

¿Qué signos debo tener en cuenta para identificarla?

- Pequeños bultos rojos en el cuerpo parecidos a las picaduras de mosquito.
- Picor.
- Manchas que brotan y desaparecen en menos de un día.

¿Cuál es el tratamiento más eficaz contra la urticaria?

- Evitar los alérgenos que usted sepa que causan su alergia.
- Antihistamínicos.
- Baños de avena.
- Inyección de epinefrina o adrenalina—en caso de inflamación de las vías respiratorias.
- Corticoides – en los casos más graves.

Muchas personas padecen condiciones alérgicas de la piel a lo largo de todo el año, pero si se aplica el tratamiento adecuado se puede ayudar a reducir o prevenir nuevos brotes.

Si aparece en su cuerpo una erupción cutánea inusual, asegúrese de que consulta a un alergólogo o inmunólogo que le ayude a determinar su causa, bien sea ésta una alergia, una sustancia irritante o cualquier otro factor desencadenante.

Si desea recibir información adicional sobre las condiciones de la piel o localizar a un alergólogo o inmunólogo en su zona, consulte la página web de la AAAAI, www.aaaai.org, o llame al Servicio de Información y Remisión de Pacientes (Physician Referral and Information Line) de la AAAAI al número (800) 822- 2762.