

Una Vida Saludable con Dermatitis Atópica

Brotos Durante el Invierno

La dermatitis atópica (AD, por sus siglas en inglés) puede empeorar en el invierno. Las temperaturas frías, el viento y una menor humedad en el aire pueden hacer que la piel esté más seca. A su vez, esto puede causar un brote de la dermatitis atópica. Los siguientes son algunos consejos para que reduzca la posibilidad de que la enfermedad empeore.

Use agua tibia. El agua caliente puede empeorar la dermatitis atópica. Use agua tibia cuando se lave las manos o tome un baño.

Protéjase la piel. Use guantes y bufandas mientras esté afuera para cubrirse la piel del viento invernal.

Intente usar un humidificador. La calefacción en su hogar puede secar el aire. Un humidificador devuelve la humedad en el aire.



Control y Tratamiento

El control de la dermatitis atópica durante el invierno puede requerir el uso de diferentes productos y realizar rutinas distintas.

- **Protéjase.** Los brotes de la dermatitis atópica podrían hacer que usted se rasque más. Intente evitar rascarse, pues se le puede romper la piel y esto puede originar una infección.
- **Huméctese más.** Es posible que tenga que humectarse más seguido durante el invierno y usar un producto más fuerte, como un ungüento.
- **Hable con su médico.** Si está teniendo dificultades para controlar su dermatitis atópica, su médico puede recetarle un tratamiento más fuerte.



Preguntas Que le Puede Hacer a Su Médico

1. ¿De qué forma puedo aplicarme humectantes y cremas correctamente?
2. ¿Necesito un tratamiento diferente para la dermatitis atópica durante el invierno?
3. ¿De qué forma trato la piel que se rompe o que sangra después de rascarme?
4. ¿Cómo puedo protegerme de una infección de la piel?

