

Recomendaciones para el control de la Dermatitis Atópica

Tu salud 
bajo control
conoce. **identifica.** **actúa.**

TOMANDO EL CONTROL DE MI SALUD

NOMBRE _____

FECHA DE ATENCIÓN _____

Medicamento	Indicación	Fecha		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
		M	T																																		
		M	T																																		
		N	T																																		
		M	T																																		
		N	T																																		
		M	T																																		
		N	T																																		
		M	T																																		
		N	T																																		
		M	T																																		
		N	T																																		

M: Mañana T: Tarde N: Noche

OBSERVACIONES GENERALES

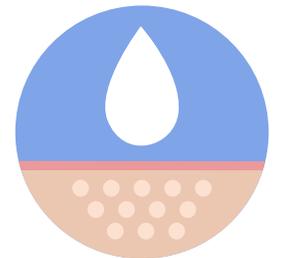
Descarga este formato en: www.tusaludbajocontrol.com sección Dermatitis Atópica

RECOMENDACIONES PARA CUIDAR TU PIEL CON Dermatitis Atópica

1

HUMECTACIÓN

- Humecta la piel con la mayor frecuencia posible, al menos 2 - 3 veces al día y en episodios severos entre 6 - 8 veces diarias.
- Usa humectante que NO tenga perfume o aromas fuertes o brillantes
- Al aplicar el humectante evita introducir los dedos en el frasco, ya que puede contaminarse. Usa una cuchara o espátula.



ASEO

- Realiza baños cortos y con agua tibia.
- No uses estropajo (esponja)
- No uses jabones antibacteriales porque pueden irritar la piel o resecarla.
- Para bañarte o asearte las manos utiliza un sustituto del jabón y evita el jabón común.
- Aplica el sustituto del jabón en áreas donde se requiere mayor aseo: axilas, genitales, manos y piel.

2

3

IRRITANTES

- Evita aplicar productos perfumados (jabones, cremas, colonias) directamente sobre tu piel.
- Después de nadar, enjuaga bien tu piel con agua y aplica abundante humectante después de secarte



ROPA

- Lava la ropa con jabones suaves, en barra o líquidos, y enjuágala 2 veces para eliminar los residuos de detergente
- Evita el uso de suavisantes de ropa, productos perfumados o con aroma
- Usa ropa hecha de materiales como algodón y evita usar prendas de lana o material sintético.

4

CONOCE MAS EN: WWW.TUSALUDBAJOCONTROL.COM

Conoce mas en:

WWW.TUSALUDBAJOCONTROL.COM



LA INFORMACIÓN PRESENTADA EN ESTE MATERIAL ESTA BASADA EN LAS

SIGUIENTES FUENTES DE REFERENCIA: EXTRAÍDO DE: CHAPARRO D, HERNANDEZ N, SANCLEMENTE G. LA DERMATITIS ATÓPICA: CARTILLA EDUCATIVA PARA PACIENTES. ASOCOLDERMA, PRIMERA EDICIÓN, ISBN: 978-958-56814-5-3. * DERMNET NZ WHAT IS ATOPIC DERMATITIS? [HTTPS://DERMNETNZ.ORG/TOPICS/ATOPIC-DERMATITIS](https://dermnetnz.org/topics/atopic-dermatitis) (ACCESO: 8 AGOSTO 2019) * RING, JOHANNES & PRZYBILLA, BERNHARD & RUZICKA, THOMAS (2006)

HANDBOOK OF ATOPIC ECZEMA. 10.1007/3-540-29846-8 * BRITISH ASSOCIATION OF DERMATOLOGIST. PATIENT INFORMATION LEAFLET. ATOPIC ECZEMA. DISPONIBLE EN: [HTTPS://WWW.BAD.ORG.UK/SHARED/GET-FILE.ASHX?](https://www.bad.org.uk/shared/get-file.ashx?)

ID=69&ITEMTYPE=DOCUMENT (ACCESO: AGOSTO 2019) * ALLERGY SOCIETY OF SOUTH AFRICA. PATIENT INFORMATION ROCHRE: ATOPIC ECZEMA/DERMATITIS.DISPONIBLE EN:

[HTTPS://WWW.MM3ADMIN.CO.ZA/DOCUMENTS/DOCMANAGER/8E7BE0A4-2B8D-453F-875E-CD1E5132B829/00035814.PDF](https://www.mm3admin.co.za/documents/docmanager/8e7be0a4-2b8d-453f-875e-cd1e5132b829/00035814.pdf) (ACCESO: 25 JULIO 2019). MATERIAL DISEÑADO POR SANOFI AVENTIS S.A. CON FINES EDUCATIVOS Y CONTIENE RECOMENDACIONES GENERALES QUE EN NINGÚN CASO PRETENDEN REEMPLAZAR LA CONSULTA MÉDICA. ESTAS RECOMENDACIONES DEBEN SER DISCUTIDAS Y ACORDADAS CON SU MÉDICO TRATANTE MAT-CO-2302482 09/2023 V1