



O que você precisa saber sobre a **DERMATITE ATÓPICA**



INTRODUÇÃO

A dermatite atópica (DA) é uma doença com inflamação crônica da pele, multifatorial e determinada por tendência familiar, que se manifesta em ciclos de lesões com vermelhidão, coceira e descamação.

Ela não é contagiosa, mas faz com que a pessoa alterne períodos de controle e crises da doença por longos anos. Essas lesões são mais comuns em crianças, com uma certa tendência a desaparecer durante a adolescência. Pode haver outras manifestações de atopia associadas, como alergia alimentar, asma e rinite, no mesmo momento de vida ou ainda em substituição ao longo do tempo, ao que se define de marcha atópica.

No entanto, existem pessoas que desenvolvem ou mesmo mantêm as complicações da dermatite atópica ao longo de toda a vida. Ainda não existe cura para a doença, mas a partir do tratamento adequado e do acompanhamento médico, ela pode ser controlada, reduzindo o impacto na qualidade de vida do paciente e de sua família.

SINTOMAS DE DERMATITE ATÓPICA

As lesões da DA se manifestam de diferentes formas a depender da idade, mas que podem se associar em qualquer fase. Por exemplo, bebês tendem a apresentar lesões nas bochechas e dobras do corpo, como as do pescoço e da área de fraldas. Desenvolvem-se áreas vermelhas, crostosas e, às vezes, pequenas bolhas, com umidade maior das lesões. Em crianças mais velhas, surgem as lesões das regiões de dobras dos braços e pernas e nas áreas dos glúteos e posteriores das coxas. Em adultos, observa-se o acometimento da face, pescoço e região superior do tronco, com pele mais espessa.

Uma característica sempre presente é a coceira é geralmente intensa e que ocorre mesmo quando a pessoa está dormindo. O ressecamento também é marcante, podendo acometer praticamente toda a pele. Os ciclos de piora das lesões podem estar relacionados ao aumento das bactérias da pele, em qualquer uma das fases da doença, trazendo secreção, dor e fissuras.



CUIDADOS GERAIS

Conforme mencionado anteriormente, contar com o acompanhamento médico durante o tratamento da dermatite atópica é essencial, uma vez que, após avaliação do especialista, será feita a prescrição de medicamentos e orientações gerais para controlar o processo inflamatório e as demais características da doença.

Além disso, esteja sempre atento aos sinais de gravidade, relacionados aos ciclos de piora da doença. Compareça sempre às consultas de revisão, mesmo que esteja bem, e não deixe de procurar seu dermatologista quando:

- **O desconforto causado pelas lesões tirar o seu sono e prejudicar as suas atividades diárias**
- **Ao sentir dores na pele**
- **Quando houver mudança do padrão das lesões, surgimento de novas ou rápido acometimento de grandes áreas da pele**
- **Quando houver suspeita de infecção na pele**

O tratamento global da dermatite atópica engloba a abordagem comportamental, o uso de hidratantes e o uso de medicamentos tópicos e sistêmicos.





Orientações importantes como tempo e temperatura da água do banho, uso de sabonetes não-adstringentes e higiene na medida das roupas e ambientes fazem parte da abordagem ao paciente. Anti-histamínicos também conhecidos como antialérgicos são tradicionalmente indicados, apesar da resposta pequena no quadro. Corticoesteróides e imunomoduladores são medicamentos tópicos sempre prescritos, tanto para controle das crises quanto para a manutenção nos casos leves.

Algumas medidas são fundamentais! Confira a seguir alguns exemplos:

Mantenha a sua pele sempre hidratada

com cremes ou óleos hidratantes, que não devem conter corantes, perfumes ou outras substâncias irritantes. Manter um umidificador em casa também pode ajudar, a depender da sua região;

Mantenha as unhas das crianças sempre curtas.

Dê preferência a loções de limpeza (syndets)

Para reduzir a coceira grave, faça o uso de compressas frias e reforce seu esquema de medicamentos com seu dermatologista;

Procure evitar agentes que agravam os seus sintomas, como:

Tecidos irritantes, como lã, diretamente sobre a pele; remova etiquetas
Estresse e alterações súbitas na temperatura corporal.





Ao tomar banho:

Evite esfregar ou secar a pele por muito tempo ou com muita força. Jamais faça o uso de esfoliantes e buchas vegetais;

Após o banho, é de extrema importância fazer a aplicação de loções, cremes ou pomadas hidratantes na pele enquanto ela ainda estiver úmida. Isso ajuda a reter a umidade na pele.

Hidratação

Para quem sofre de dermatite atópica, um ponto muito importante a ser levado em consideração é a hidratação, uma vez que esta condição tem a pele seca como um dos fatores de causa. Por isso, faça a hidratação constante da pele, de preferência, com um creme hidratante adequado para o seu caso.

A hand with the index finger pointing towards the text.

MEDICAMENTOS TÓPICOS

A maioria das causas do eczema atópico são tratadas com o uso de medicamentos tópicos, que são aplicados diretamente sobre a pele do paciente.

Geralmente é receitado um creme ou uma pomada de corticóide, de imunomodulador ou ainda uma associação deles, sempre adequando as necessidades de cada caso. Se estes não surtirem efeito, será necessário o uso de medicações sistêmicas, como antibióticos, imunossupressores, imunobiológicos e pequenas moléculas, além de fototerapia.



MEDICAÇÕES SISTÊMICAS

Devido à sua cronicidade, viver com dermatite atópica pode ser um grande fardo. Prurido e lesões cutâneas podem causar distúrbios do sono, depressão, ansiedade e baixa autoestima, o que acaba comprometendo a qualidade de vida dos pacientes e familiares.

Os tratamentos imunossupressores tradicionalmente mais utilizados até o momento para dermatite atópica são a ciclosporina e o metotrexato, além da azatioprina e do micofenolato de mofetila, cada um com suas características, contraindicações e seguimento.

Das opções mais recentes, há o dupilumabe, um anticorpo monoclonal de uso injetável e os inibidores de janus-quinase orais, como o baricitinibe e o upadacitinibe. Estes vieram para mudar a abordagem de pacientes com dermatite atópica moderada a grave, com padrões de resposta e de perfil adverso muito favoráveis, demonstrando melhora rápida e significativa das lesões na pele e redução da coceira.

Com isso, o paciente retoma as suas atividades diárias com maior tranquilidade e, conseqüentemente, tem uma melhora significativa na qualidade de vida.

A close-up photograph of a person's neck and shoulders, showing various skin conditions such as eczema or psoriasis. The skin is dark and has several patches of redness, dryness, and scaling. The background is a plain, light color.

A FOTOTERAPIA COMO TRATAMENTO ALTERNATIVO

O tratamento da dermatite atópica inclui evitar os fatores que são considerados desencadeantes, com o intuito de compensar os defeitos da barreira cutânea e manter a terapia anti-inflamatória escolhida para cada caso, independente se ser sistêmica, tópica ou ainda associada. Neste cenário, a fototerapia também tem se mostrado muito útil no controle do quadro, sendo as modalidades mais utilizadas UVB NB, UVA1, PUVA e excimer laser/lâmpada.

Em geral, a Fototerapia é bastante utilizada no tratamento de uma grande variedade de dermatoses. O procedimento utiliza a radiação ultravioleta A e B, a mesma que é emitida pelo sol. A principal diferença entre fazê-la ou ir a um parque em um dia ensolarado, é que você tem um controle maior da intensidade dessa radiação, de acordo com a doença apresentada e o tipo de pele.

Assim como os demais tipos de tratamento, a fototerapia também apresenta algumas limitações, como a adesão do paciente, necessidade de equipamentos específicos e a dose cumulativa de irradiação UV. É de extrema importância que a fototerapia seja conduzida com seguimento criterioso para a obtenção de uma resposta efetiva com poucos efeitos colaterais.

BUSQUE AJUDA MÉDICA



O tratamento da dermatite atópica é recomendado após a avaliação criteriosa do dermatologista especialista e, geralmente, inclui a prescrição de medicamentos para o controle do processo inflamatório. Há diversas opções hoje - com um excelente perfil de resposta!

Nesse ponto vale a pena salientar a importância de ficar sempre atento aos sintomas, mesmo que a doença seja de longa data. Não adie seu tratamento!