



La [#dermatitisseborreica](#) es una afección cutánea muy común. “Se calcula que un 3-4% de la población la padece, siendo especialmente frecuente entre los 20 y lo 40 años y más en el sexo masculino y supone entre el 6 y el 7% de los motivos de consulta al dermatólogo”.

Es una enfermedad que presenta tres picos etarios, “uno en lactantes antes de los 3 meses de edad, otro en los adolescentes y otro entre la cuarta y séptima década de la vida, afectando más a hombres que a mujeres”.

Además, “se trata de una de las manifestaciones cutáneas más frecuentes en pacientes [#VIH](#) positivos y en aquellos con trastornos neurológicos tipo Parkinson o Alzheimer”.

La buena noticia en relación a la dermatitis seborreica es que es una enfermedad benigna, sin embargo, lamentablemente, se trata de un problema que no tiene cura, algo que puede suponer un problema para muchos pacientes ya que los síntomas suelen ser muy visibles y molestos.

La [#Dermatitis](#) seborreica “curso con lesiones en forma de placas rojas inflamatorias recubiertas de escamas grasientas blancas o amarillentas localizadas preferentemente en una o varias áreas del cuerpo con mayor cantidad de glándulas sebáceas”, informa Chahboun. Afecta en el 95% de los casos “al cuero cabelludo, en 2/3 de los casos afecta a la cara y en un 1/3 de los casos afecta al tronco”.

“El eritema y la descamación en áreas corporales típicas”, apunta Barabash Neila, “es fundamental para identificar esta patología, así como la presencia de picor o escozor, que también es muy habitual, aunque variable en grado”.

Por este motivo, son muchos los pacientes que buscan soluciones para mitigar o disimular las lesiones que provocan en la piel la dermatitis seborreica.

Tratamientos y cuidados

Como se ha mencionado antes, no hay ningún tratamiento que haga desaparecer la dermatitis seborreica de forma definitiva, aunque, como apunta Barabash Neila, “existen muchas opciones útiles”. El objetivo principal es, por tanto, “controlar los brotes y prevenir la aparición de nuevos para que afecte lo menos posible a la calidad de vida y se esté el máximo tiempo libre de la enfermedad”.

En cuanto a los tratamientos, es importante saber que “como la levadura *Malassezia* está

Dermatitis seborreica: qué hacer para evitar los brotes.

Última actualización: Martes, 06 Abril 2021 19:28

Visto: 757

implicada en su desarrollo, se pueden utilizar algunos tratamientos antifúngicos como el ketoconazol y derivados o la ciclopirox olamina”, informa. Aunque la palabra "antifúngicos" puede parecer muy agresiva, la realidad es que “son medicamentos seguros que pueden prescribirse en todas las áreas de la piel, tanto en piel sensible como en niños”, señala. Estos pueden usarse “solos o combinados y tienen la capacidad de reducir la proliferación de Malassezia y de su respuesta inflamatoria”.

Por otra parte, también se pueden utilizar “fármacos que directamente sean antiinflamatorios como los corticoides tópicos o los inhibidores de calcineurina”.

En casos severos “se puede utilizar la isotretinoína oral o la fototerapia”.



Como apunta Chahboun, es importante tener en cuenta que estos tratamientos difieren en función del tipo de dermatitis.

En el caso de la dermatitis del lactante (costra láctea) “en la mayoría de los casos, al ser transitorio y benigno, no requiere un tratamiento específico”. En estos casos aconseja:

Lavar la cabeza del bebé con un champú suave adecuado todas las noches.

Dermatitis seborreica: qué hacer para evitar los brotes.

Última actualización: Martes, 06 Abril 2021 19:28

Visto: 757

Aplicar vaselina dos horas antes del champú o algún producto cosmético adaptado para suavizar las costras y facilitar su eliminación, cuando la costra láctea es muy espesa.

Después del champú, cepillar el cuero cabelludo con un pequeño cepillo de cerdas para eliminar suavemente las costras.

En el caso de una dermatitis seborreica del cuero cabelludo hay que tener en cuenta si es una forma leve o severa:

En las formas leves “se pueden usar activos con diferentes actividades de utilidad para tratar la fase de exacerbación en forma de champú antifúngico aplicado cada 2/3 días”.

En las formas moderadas-graves se puede usar cualquiera de los siguientes productos solos o combinándolos con alguno de los tratamientos de las formas leves: corticoides tópicos en loción o solución, 1-2 aplicaciones diarias; queratolíticos (ácido salicílico, ácido glicólico, ácido láctico, derivados de la urea y alquitranes).

En la dermatitis seborreica facial también hay que distinguir entre formas leves y moderadas o graves:

Las formas leves se pueden tratar con lavados con un champú o gel antifúngico a diario, o aplicar lociones, emulsiones, geles o cremas no engrasantes de alfa-hidroxiácidos, breas liposomadas, ictiol, keluamida, piroctona, olamina o urea.

Las formas moderadas-graves, además de los tratamientos incluidos en las formas leves, pueden utilizarse cremas o lociones de corticoides adecuados para esta localización (potencia intermedia-baja).

En las dermatitis seborreica en otras localizaciones:

En general se emplearán los mismos tratamientos que en la región facial.

En las zonas de pliegues y en los genitales existen problemas de tolerancia, por lo que se emplearán de preferencia corticoides tópicos de baja potencia o antifúngicos (imidazólicos o ciclopirox olamina), que se aplicarán una o dos veces al día.

En el conducto auditivo externo se puede aplicar un corticoide tópico otológico y en las cejas se puede aplicar una crema antifúngica dos veces al día.

Además de estos tratamientos, es importante seguir una serie de rutinas de limpieza a diario para mejorar el estado de la piel. Según el dermatólogo “es muy importante que en la higiene habitual se utilicen jabones tipo syndet, agua tibia y evitar agentes irritantes”. “También es recomendable eliminar el empleo de cosméticos con alcohol, ya que son irritantes, y aquellos que sean muy grasos u ocluyentes, ya que cierran los poros de la piel”.

Es recomendable “ ducharse a diario, en lugar del baño, y evitar esponjas o manoplas”.

Según apunta el farmacéutico, “la higiene diaria se recomienda sobre todo para eliminar el exceso de sebo, para ayudar a respetar el pH de la piel y la flora cutánea, para no irritar ni desecar la piel y para regular en la medida de lo posible la proliferación de *Malassezia spp*”.

En caso de afectación del cuerpo por la dermatitis “se recomienda una ducha al día evitando los baños demasiado calientes y el uso de paños dermatológicos y geles específicos para pieles sensibles”. Es importante “enjuagar con abundante agua y secarse sin frotar”.

Para la dermatitis seborreica del cuero cabelludo, el farmacéutico aconseja alternar “champú terapéuticos con otros suaves”. Otros consejos son “evitar el uso de coloraciones del cabello y de todo producto irritante o potencialmente alérgeno”.

Activos que pueden ayudar

Existen diversas plantas y aceites esenciales que pueden tener un efecto positivo sobre la dermatitis seborreica y que “entran en la composición de diferentes cosméticos adaptados a dicha patología”.

Entre ellos se encuentran:

Aloe Vera (*Aloe barbadensis*): con acción antiinflamatoria.

Extracto de regaliz: con una importante actividad antifúngica.

Árbol de té: con actividad antiinflamatoria y fungicida contra *Malassezia*.

Bisabolol: con actividad antiinflamatoria.

Bardana (*Arctium lappa* L.): con actividad sebo reguladora. Cortesía:

<https://cuidateplus.marca.com/belleza-y.../cuidados-cuerpo/>

[#CubaEduca](#)