



# La dermatitis seborreica

*La dermatitis seborreica (DS) es una alteración de la piel, que aparece en las zonas más grasas. Afecta a personas con una cierta predisposición. Dura años, puede aparecer a temporadas, tiene tendencia a mejorar con el tiempo y nunca es contagiosa.*

## ¿Dónde afecta?

En la piel se observan placas rosadas con descamación (trozos de piel seca encima). A veces producen picor.

Las zonas afectadas generalmente son:

- ▶ En niños:
  - Piel de la cabeza
  - Orejas
  - Pliegues: cuello, axilas, ombligo y, sobre todo, el área del pañal.
- ▶ En adultos:
  - Piel de la cabeza
  - Cara
  - Zona central del pecho y espalda
  - Brazos y piernas
  - Pliegues: axilas, debajo de las mamas o en las ingles.

## ¿Qué cosas mejoran la dermatitis seborreica?

- ▶ El sol
- ▶ El agua y jabón en procesos leves
- ▶ Los limpiadores cutáneos sin detergente y con pH neutro o ácido.

## ¿Qué cosas empeoran la dermatitis seborreica?

- ▶ Disgustos, preocupaciones, nervios, estrés.
- ▶ Otoño-invierno: empeoran las lesiones de la cara y cuero cabelludo
- ▶ Verano: empeoran las lesiones de los pliegues
- ▶ Cosméticos
  - con alcohol
  - con mucha grasa
- ▶ Bebidas alcohólicas
- ▶ Alimentos picantes o con muchas especias

## ¿Cuál es el tratamiento?

El El tratamiento de la dermatitis seborreica sirve para controlar las lesiones pero no es curativo.

Según la localización de las lesiones y la edad del paciente, el médico indicará un tratamiento u otro:

- ▶ Niños:
  - Piel de la cabeza: parafina líquida, aceite de oliva
  - Resto de localizaciones: corticoides tópicos muy suaves
- ▶ Adultos:
  - Piel de la cabeza: champús antifúngicos 2-3 veces a la semana
  - Cara y resto del cuerpo: antifúngicos y/o agentes queratolíticos

