

DEFINICION E INCIDENCIA

La dermatitis o eccema de manos agrupa toda una serie de afecciones inflamatorias de las manos cuyas causas pueden ser tan variadas como complejas (genética, medio ambiente, alergias, estrés...). Es relativamente frecuente, afectando a un 2-7% de la población. Las ocupaciones asociadas mayoritariamente son amas de casa, albañiles, peluqueros, personal de la salud y trabajadores de la industria metalúrgica (trabajo manual en medio húmedo). En los niños aumenta con la edad y suele deberse al contacto con metales y derivados de mercuriales.

EL ASPECTO DE LAS MANOS AFECTADAS

La piel de las manos con eccema suele estar enrojecida, áspera, seca, descamada y con tendencia a la formación de grietas. El paciente, frecuentemente mujer, se queja de tirantez, sequedad y dolor.

Las palmas son la localización más frecuente, seguida por los dedos y el dorso.

TIPOS DE DERMATITIS

El eccema de manos puede ser originado por factores irritativos, alérgicos y endógenos (psoriasis, atopia).

La dermatitis de contacto irritativa es una reacción cutánea localizada, no inmunológica, secundaria a la exposición de la piel a sustancias irritantes (agente que a determinadas concentraciones y durante un tiempo determinado provoca lesiones celulares en todos los individuos). Los irritantes más frecuentes son los *detergentes* y el *agua* en el caso de la mujer y los aceites y disolventes en el caso del hombre. Influye en su aparición la temperatura, humedad, oclusión, roce, traumas, higiene etc. El 80% de los eccemas son de este tipo siendo el principal *la dermatitis del ama de casa*.

La dermatitis de contacto alérgica se debe a una sensibilización previa frente a una sustancia. Requiere un intervalo de tiempo entre el contacto y el desarrollo de las lesiones. Se puede

extender a otra zonas y la alergia persiste durante años o de por vida. Es útil la prueba del *parche* para su diagnóstico.

GUÍA PARA PACIENTES CON ECCEMA DE MANOS.

El tratamiento de sus manos depende de usted. No es mágico ni rápido. El eccema no es contagioso.

Protección-guantes

1. Mantenga las uñas cortas y arregladas.
2. Use guantes de plástico o polietileno para evitar el contacto con sustancias agresivas. No use de goma. Es preferible utilizar guantes de algodón dentro de los de plástico. En caso de entrar agua debe quitárselo de inmediato. No use nunca guantes demasiado pequeños. Evite el agua muy caliente ya que la falta de transpiración irrita la piel.
3. Utilice guantes de cuero para trabajos rudos de fricción o presión.
4. En la temporada de frío están indicados los guantes de lana con forro de hilo interior.

5. Puede aplicarse como protección cremas hidratantes, vaselina o guantes invisibles.

El lavado de manos.

1. No se lave con mucha frecuencia.
2. Lave y aclare sus manos con agua templada. No hace falta utilizar jabón y si lo hace no debe contener fragancias. Retire previamente anillos, pulsera o reloj. Suelen retener los irritantes.

Evite el contacto directo con productos:

Uso domestico: jabones, detergentes, líquidos limpiadores, disolventes, abrillantadores, cremas de zapatos, limpia-cristales, ceras, estropajos, bayetas, plantas, animales etc.

Cosméticos-Aseo: champú, lociones, tintes, perfumes, etc.

Cocina: alimentos crudos, patatas, cebollas, ajo, tomate, condimentos, verduras, pescados, etc.

Trabajo-Varios: trementina, pinturas, solventes de pintura, gasolina, grasas, aceites, petróleo, pegamentos, cemento, colorantes.

Medicamentos: no use medicamentos que no sean de prescripción médica.

§ Solicite ayuda para realizar trabajos que le perjudiquen.

§ Se recomienda el uso de electrodomésticos y descalcificadores si el agua es demasiado dura.

§ Use escobillas mejor que trapos.

Una vez curadas sus lesiones, sus manos no son como antes. Generalmente son más sensibles a los productos de uso cotidiano.

TRATAMIENTO:

1. Evitar el alergeno o irritante culpable.
2. La elección del tratamiento medicamentoso depende del estadio de la dermatitis y debe ser prescrito por el especialista.
3. En la mayoría de los casos el tratamiento aliviará las molestias y alargará los periodos de mejoría, pero no podrá impedir de modo definitivo la aparición de nuevos brotes de lesiones.



Hospital Universitario
"Marqués de Valdecilla"

SERVICIO DE DERMATOLOGÍA

DERMATITIS O ECCEMA DE MANOS



Información para el paciente