

## **DERMATITIS DE LOS PAÑALES. CONSEJOS PRÁCTICOS**

### **¿Qué es la dermatitis de los pañales?**

La dermatitis de los pañales es un grupo de procesos inflamatorios que se observa habitualmente en niños de menos de 2 años en la zona ocupada por los pañales (región genital, ingles, zona baja del abdomen y nalgas).

### **¿Cuál es la causa de la dermatitis de los pañales?**

La dermatitis de los pañales suele iniciarse como una área enrojecida (irritada) en la zona de contacto con los pañales. Es consecuencia de la humedad persistente y de un contacto prolongado y continuo con la orina y las heces. Este ambiente húmedo hace que la piel sea más frágil e irritable. Al existir un fenómeno de oclusión (por ser ésta una zona tapada de forma prácticamente continua) este microambiente húmedo facilita un crecimiento de bacterias y hongos, lo que, a su vez, aumenta la irritación de la piel.

### **¿Cuándo suele observarse? ¿Durante cuánto tiempo?**

Es más frecuente su observación en niños entre el primer y el segundo mes de edad, y suele persistir hasta que el niño deja de llevar pañales. En caso de sobreinfección secundaria, o bien si el niño se vuelve alérgico a alguna de las medicaciones que se aplican en la zona, la dermatitis de los pañales puede cronificarse y no responder a los tratamientos habituales.

### **¿Puede prevenirse?**

Sí, y de hecho, el mejor tratamiento de la dermatitis de los pañales es su prevención. Debe aconsejarse la utilización de pañales absorbentes y de un sólo uso. Estos pañales permiten retener grandes cantidades de orina y reducen el contacto de la orina con la piel. Desde un punto de vista práctico, estos pañales sólo deben cambiarse cuando se encuentran llenos. Se aconseja intentar mantener la zona de los pañales lo más seca posible.

### **¿Qué debe hacerse como prevención y tratamiento?**

Deberían seguirse algunos puntos importantes :

- Cambiar el pañal siempre que esté húmedo por la orina o los excrementos. Evitar que las cintas adhesivas de los pañales se adhieran a la piel
- Limpiar la zona con jabones suaves, no abrasivos y sin perfumes; secar bien la piel.
- Utilizar una crema barrera (cremas con óxido de zinc) tras cada cambio del pañal con la finalidad de aislar la piel de la orina y de las heces.
- No usar pomadas con antibióticos o con cortisona sin la prescripción del médico.
- Si existe una intensa irritación, puede resultar útil dejar al niño sin pañales durante unas horas al día, evitando así la oclusión del pañal y disminuyendo el contacto de la piel con la orina y las heces.

Si siguiendo estas medidas la piel no mejora, se recomienda acudir al pediatra o al dermatólogo con el objetivo de valorar las opciones terapéuticas más adecuadas.