

## La piel reseca

### La piel reseca es un riesgo de infección

La piel reseca es piel muerta, y la piel muerta es alimento para las bacterias. La piel reseca disminuye la resistencia de la piel y hace que esta se rasgue fácilmente. También descompone el recubrimiento céreo exterior que ayuda a proteger la piel. La piel reseca puede provocar comezón y puede rasgarse fácilmente cuando se rasca. Estas áreas expuestas proporcionan un excelente lugar para que inicie una infección.

### ¿Cuál es la causa de la piel reseca?

Las causas comunes incluyen:

- Baños frecuentes
- Jabones irritantes
- Temperaturas exteriores extremas (aire caliente y frío)
- Viento
- Aire seco en interiores debido a sistemas de calefacción y aire acondicionado
- Exposición al sol (incluso en días nublados)
- Medicamentos (incluyendo la quimioterapia)
- Trasplantes de médula ósea (trasplante de células madre)
- Deshidratación (no tomar suficientes líquidos)

### ¿Cuál es el mejor tratamiento para la piel reseca?

La piel reseca casi siempre puede prevenirse. Estos son los mejores tratamientos para la piel reseca, de acuerdo a su nivel de eficacia (1 es el más efectivo):

1. **Ungüentos** (tal como A+D<sup>®</sup> y Aquaphor)
2. **Cremas** (como Eucerin<sup>®</sup>)
3. **Lociones corporales** (así como Keri<sup>®</sup>, Aveeno<sup>®</sup>, y Lubriderm<sup>®</sup>).

Las formulas simples sin fragancias son mejores. Evite cualquier loción corporal con perfume, estas pueden contener alcohol el cual puede irritar la piel. Estas no hidratan tan bien como los productos mencionados anteriormente. Los mejores productos hidratantes usualmente tienen menos ingredientes.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

# ¿Sabe usted... continuación

## La piel reseca

El vestir ropa que cubre una mayor cantidad de piel ayudará a que esta no pierda humedad por exposición al aire. Si su hijo toma más de un (1) baño al día, detenga los baños extras. Asegúrese que el jabón que su hijo utiliza sea un jabón con un pH neutro (como Dove®).

### ¿Qué pasa si es más la comezón que la resequedad?

Si su piel sufre más de comezón que de resequedad, podría probar una loción corporal para combatir la comezón (como Aveeno®). Recuerde que estas son lociones para el cuerpo, y no proporcionan el alto nivel de humectación de una crema o un ungüento. Si la loción corporal ayuda a detener la comezón, entonces está funcionando. Si no, seleccione un producto hidratante más fuerte, como una crema o un ungüento.

El agregar aceite para bebé o productos de avena al baño de su hijo también podría ayudar. Por favor hable con el doctor, enfermera o asesor de atención de lesiones de su hijo antes utilizar estos productos.

Las temperaturas más frescas y la ropa suelta con más ventilación (algodón) también pueden ayudar contra la piel extremadamente irritada y la comezón.

### ¿Con qué frecuencia necesito aplicarlo?

La mejor hora para aplicar cualquier humectante es después de tomar un baño. Seque la piel después de tomar un baño - no la frote -, luego aplique el humectante. Esto ayuda a la humedad a permanecer en la piel. Cuando la piel comienza a verse y sentirse reseca, como cuando aparecen escamas secas, entonces es hora de aplicarlo nuevamente.

Si está aplicando un humectante más de 4 veces al día, y aun así no puede combatir la resequedad, entonces es momento de utilizar un humectante más fuerte (vea la lista de la primera página). Hable con el doctor, enfermera o asesor de atención de lesiones de su hijo si necesita más ideas.

### Las manos y los pies son las partes más resacas. ¿Qué acciones adicionales puedo tomar para estas áreas?

Haga lo siguiente antes de dormir: lave las manos y pies muy bien con un jabón de pH neutro (como el Dove®). Cubra las manos y pies de su hijo con el ungüento A+D®, luego coloque las calcetas en los pies y guantes de algodón en las manos. Permita que su hijo duerma con estas prendas durante la noche.

### Precaución

Si su hijo está recibiendo tratamiento de radiación, hable con su enfermera o doctor. Hay límites sobre qué puede aplicarse en la piel durante este tiempo. Lea “Sabe usted... Cuidado de su piel durante la radioterapia.”

### ¿Preguntas?

Si tiene preguntas adicionales sobre la piel reseca y sobre cómo tratarla, hable con la enfermera clínica de su hijo.

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.