

¿Qué es la dermatitis seborreica?

La dermatitis seborreica es una erupción común de la piel. Se desarrolla en áreas de la piel que tienen glándulas sebáceas. Las glándulas que producen el aceite natural de la piel (sebo). Por lo general afecta la cara y cuero cabelludo. También afecta otras partes del cuerpo. Cuando afecta el cuero cabelludo en bebés, se le conoce como costra láctea. Se le llama caspa cuando se encuentra en el cuero cabelludo de niños o adultos. Es más común en infantes, adolescentes y adultos.

¿QUÉ CAUSA LA DERMATITIS SEBORREICA?

No se sabe exactamente qué causa la dermatitis seborreica. Puede aparecer con los cambios hormonales. También puede ocurrir cuando la levadura normal en la piel, llamada *Malassezia*, crece demasiado. La dermatitis seborreica no es una infección. No es contagiosa. El estrés, el clima frío o una enfermedad pueden empeorar la erupción, pero no son la causa. La dermatitis seborreica puede ser hereditaria. No se ha demostrado que tenga relación alguna con la dieta.

¿DEBERÁ MI DERMATITIS SEBORREICA SER TRATADA POR UN MÉDICO?

Quizás usted sea capaz de controlar su dermatitis seborreica en casa usando champús y cremas de venta libre. Sin embargo, consulte a su médico si no está mejorando o si no está seguro del diagnóstico. Aunque no existe cura para la dermatitis seborreica, por lo general mejora con tratamientos y con el transcurso del tiempo.

HECHOS SOBRE LA DERMATITIS SEBORREICA

- » La dermatitis seborreica se ve como una descamación de la piel. También pueden observarse cambios en el color de la piel.
- » Dependiendo del color de la piel de la persona, la erupción puede ser de color rosado, más oscura o más clara.
- » Las escamas de la piel pueden ser secas, polvorientas o grasosas. Las escamas pueden ser blancas, amarillas o marrones.
- » En el cuero cabelludo, a veces la piel escamosa puede ser muy gruesa y difícil de erradicar.
- » En la cara, la erupción puede aparecer en las cejas, pliegues de la nariz, mejillas y detrás y dentro de las orejas.
- » También puede ocurrir en el pecho, espalda superior, axilas e ingle.
- » La erupción puede causar mucha comezón o no causar comezón del todo.
- » En infantes, a menudo desaparece en el primer año de vida. En adolescentes y adultos, puede aparecer y desaparecer durante años.

¿CÓMO PUEDO TRATAR MI CASPA (DERMATITIS SEBORREICA DEL CUERO CABELLUDO)?

Existen champús medicados de venta libre para tratar la caspa. Estos también ayudan a deshacerse de la piel escamosa y de la acumulación de productos que tienden a empeorar la caspa. La frecuencia de uso del champú dependerá de su tipo de cabello, largo del cabello y cuán severa es la erupción o picazón. Por ejemplo, alguien que tiene pelo naturalmente grasoso necesitará usar el champú especial a diario. Las personas con pelo largo, rizado, crespo o trenzado usarán el champú medicado con menor frecuencia.

Los champús medicados anticaspa deben usarse directamente en el cuero cabelludo. Estos no son champús para el cabello. Pueden secar excesivamente su cabello.

En la ducha, antes de usar sus productos regulares para el cabello:

- Aplique el champú anticaspa en sus manos.
- Use las yemas de sus dedos para esparcir el champú sobre su cuero cabelludo.
- Masajee el champú anticaspa en su cuero cabelludo.
- Siga masajeando su cuero cabelludo por unos **3 a 5 minutos** (icante una canción!)
- Cuando termine el tratamiento, enjuague muy bien el champú.
- Luego, *sólo* si fuera necesario, puede continuar con su cuidado rutinario del cabello.

Trate de aplicar los productos para el cabello sólo al cabello en sí, no al cuero cabelludo. Los productos químicos para el cabello, las extensiones y las tenazas calientes pueden empeorar la caspa. Trate de interrumpir su uso durante un brote de caspa para permitir que la piel sane.

CHAMPUS MEDICADOS ANTICASPA

Escoja dos o tres champús distintos y úselos en diferentes días. Hasta los puede usar en la cara u otras partes del cuerpo, de ser necesario. Evite estos productos en infantes y niños pequeños, ya que no son antilágrimas. Algunos ejemplos de champús anticaspas son:

- » **Champú de sulfuro de selenio.** Éste ayuda a controlar levaduras y a deshacerse de las escamas de la piel.
- » **Champú de zinc o de piritionato de zinc.** Calma la inflamación de la piel. También ayuda a controlar levaduras y bacterias.
- » **Champú de ketoconazol al 1%.** Funciona contra las levaduras. Podría resultar en resequedad si fuera aplicado directamente al cabello.
- » **Champú de ácido salicílico al 3%.** Afloja suavemente las escamas de la piel y seca la grasa.
- » **Champú de alquitrán o azufre.** Calma la inflamación. Puede dejar un olor después del enjuague.

OTROS MEDICAMENTOS

A veces también podría necesitarse una crema o loción medicada. Esto ayudará a calmar la inflamación de la piel. Algunos ejemplos de cremas de venta libre son cremas de cortisona o cremas para controlar levaduras, como el clotrimazol o miconazol. Algunas personas podrían requerir una crema o loción bajo receta médica para tratar el cuero cabelludo.

LA DERMATITIS SEBORREICA EN PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN

La dermatitis seborreica es muy común en personas con síndrome de Down (SD). A menudo se ve en adolescentes, pero los bebés, niños pequeños y adultos con SD también la pueden padecer. Puede aparecer como caspa o erupciones en la cara, axilas, ombligo o área de la ingle. Usualmente los tratamientos son iguales para todo el mundo. Para manejar bien la dermatitis seborreica, quizás haya que ajustar la rutina del tratamiento para que se adapte a las necesidades y desafíos de cada persona.

¿CÓMO PUEDO TRATAR LA COSTRA LÁCTEA DE MI BEBÉ (DERMATITIS SEBORREICA EN INFANTES)?

La costra láctea a menudo mejora con el tiempo. Para lograr que mejore más rápido, puede masajear una pequeña cantidad de aceite en el cuero cabelludo antes de bañar al bebé. El aceite mineral corriente, aceite de jojoba puro o aceite de coco de calidad alimentaria son seguros para los bebés. No use aceite para bebés ni aceite de oliva. El masaje de aceite ayudará a aflojar las escamas de la piel. Luego, cepille o peine el cabello suavemente y enjuague el aceite durante el baño. Esto puede hacerse lentamente a lo largo de días o semanas. No debería causar enrojecimiento de la piel, sangrado ni lesiones. No se recomienda usar los champús anticaspas regulares en bebés ni infantes. Si no mejorara, su médico podría recomendar que use una crema a base de cortisona o una crema para controlar levaduras.

¿QUÉ PUEDE ESPERARSE DESPUÉS DEL TRATAMIENTO?

La dermatitis seborreica deberá mejorar unos días o semanas después de iniciar el tratamiento. La erupción podría dejar manchas claras u oscuras al irse sanando. Este cambio de color en la piel es temporal. El color debería empezar a normalizarse entre uno y tres meses después de que la erupción esté bajo control.

Una vez que la dermatitis seborreica sea tratada, puede que no sea necesario aplicarse los champús o cremas con tanta frecuencia. Algunas personas podrían dejar los tratamientos del todo. Otras tal vez necesiten seguir usando los productos para mantener bien la piel. La aplicación de algunos medicamentos, como las cortisonas, no es segura a largo plazo. Si la dermatitis seborreica no estuviera mejorando o usted necesitara medicamentos casi todos los días, por favor consulte a su médico.



The Society for Pediatric Dermatology
8365 Keystone Crossing, Suite 107
Indianapolis, IN 46240
(317) 202-0224
www.pedsderm.net

Society for Pediatric Dermatology y Wiley Publishing no se responsabilizan de cualesquier errores ni consecuencias que surjan del uso de la información contenida en este folleto. El folleto fue publicado originalmente en *Pediatric Dermatology*; Vol. 39, No. 3 (2022).

© 2022 The Society for Pediatric Dermatology

Miembro Colaborador de la SPD:
Vivian Lombillo, MD

Revisoras del Comité:
Irene Lara-Corrales, MD
Christine Lauren, MD

Revisoras de Contenido EDI:
Sonia Kamath, MD
Brandi Kenner-Bell, MD
Erica Linnell, MD
Jillian Rork, MD
Crystal Yvo Pourciau, MD

Revisora Experta:
Elizabeth Nieman, MD

Revisoras de la Traducción en Español:
Esteban Fernandez Faith, MD
Irene Lara-Corrales, MD