



DERMATITE ATÓPICA

Guia para pais e cuidadores

Conteúdo informativo, em linguagem acessível, para orientar o cuidado do seu filho. Não substitui a consulta nem a orientação do seu pediatra.

DERMATITE ATÓPICA

Orientações para Famílias e Cuidadores

Pediatra · Neonatologista | CRM/SP 43.076

Dermatite Atópica — Orientações para Famílias Dr. José Roberto Stefani | CRM/SP 43.076

01 | O QUE É A DERMATITE ATÓPICA?

A dermatite atópica, também chamada de eczema, é uma doença de pele muito comum em crianças. Ela causa coceira intensa, vermelhidão e ressecamento.

Não é contagiosa e não passa de criança para criança pelo contato.

É uma doença crônica, o que significa que pode durar meses ou anos, com períodos de melhora e piora. O objetivo do tratamento é controlar os sintomas e dar qualidade de vida à criança e à família.

Muito comum Não é alergia alimentar Não é contagiosa
15–20% das crianças mas pode coexistir com ela não passa pelo contato

02 | COMO RECONHECER?

A principal queixa é a coceira intensa, que piora à noite e atrapalha o sono. A pele fica vermelha, seca e pode apresentar pequenas feridas de tanto coçar.

Bebês (0–2 anos) Crianças maiores

- Bochechas vermelhas e descamando • Dobras do cotovelo e joelho
- Testa e couro cabeludo • Pescoço e punhos
- Braços e pernas (parte de fora) • Pele espessa (de tanto coçar)

03 | CUIDADOS DIÁRIOS — O QUE FAZER EM CASA

O cuidado diário é a base do tratamento. Mesmo nos dias em que a pele parecer boa, continue a rotina.

- Água morna — nunca quente
- Duração curta: 5 a 10 minutos Banho
- Sabonete neutro ou syndet (sem perfume)
- Secar com toalha macia, sem esfregar — apenas tamponar
- Aplicar o hidratante logo após o banho (dentro de 3 minutos)
- Usar bastante: pelo menos 200 g por semana para uma criança pequena

Hidratação

- Creme ou pomada são melhores que loção nos dias secos
- Repetir sempre que a pele parecer seca ao longo do dia
- Prefira roupas de algodão — evite lã e tecidos sintéticos



Roupas e • Lave as roupas com sabão neutro e enxague bem ambiente • Mantenha o quarto fresco – o calor piora a coceira

- Evite tapetes e bichos de pelúcia no quarto (acúmulo de ácaros)
- Mantenha as unhas da criança bem cortadas e limpas Unhas
- Isso reduz as feridas que aparecem ao coçar

04 | O QUE PIORA A DERMATITE? (GATILHOS)

Cada criança tem os seus gatilhos. Observe e anote o que parece piorar a pele do seu filho.

Pág. 2

Dermatite Atópica — Orientações para Famílias Dr. José Roberto Stefani | CRM/SP 43.076

GATILHOS AMBIENTAIS GATILHOS PESSOAIS

- Calor e suor excessivo • Estresse e choro intenso
- Pelo de animais domésticos • Infecções (gripe, resfriado)
- Ácaros de poeira doméstica • Roupas de lã ou sintéticas
- Mofo e umidade • Banho quente e demorado
- Produtos com perfume (sabão, shampoo) • Alimentação (em alguns casos — confirmar com o
- Fumaça de cigarro médico)

05 | SOBRE OS MEDICAMENTOS

O médico poderá indicar cremes ou pomadas para controlar a inflamação. Siga sempre as orientações do pediatra — especialmente com relação ao tempo de uso.

MEDICAMENTO COMO E QUANDO USAR

Hidratante Todo dia, sempre — mesmo quando a pele parecer normal

Somente nas áreas com vermelhidão ou coceira, pelo tempo indicado. Não usar Corticoide tópico (creme/pomada) no rosto sem orientação médica.

Pomada de calcineurina Alternativa ao corticoide para face e dobras. Indicada para > 2 anos. (tacrolimus)

Pode ajudar no sono quando a coceira é muito intensa. NÃO trata a dermatite em Anti-histamínico (antialérgico) si.

06 | QUANDO BUSCAR O MÉDICO?

EMERGÊNCIA — Procure a UPA ou pronto-socorro imediatamente se:

- Aparecerem bolhinhas agrupadas com líquido, dor e febre (pode ser eczema herpético)
- A pele estiver com pus, muito quente e vermelha em área extensa
- A criança estiver muito prostrada ou recusando alimentação

Agende consulta com seu pediatra se:

- A coceira não melhorar em 3-5 dias com o tratamento habitual
- Aparecerem manchas com crostinhas amarelas (infecção bacteriana)
- O sono da criança estiver muito prejudicado
- Você tiver dúvidas sobre qual hidratante ou medicamento usar



07 | DÚVIDAS FREQUENTES

Posso dar Sim! O banho diário é recomendado. O segredo é que seja rápido, com água e sabão e depois aplicar o creme hidratante imediatamente após o banho.
os dias?

O corticoide Quando usado da forma correta – local certo, quantidade certa e tempo certo, não vai fazer mal. Quando usado de forma incorreta, vai fazer mal. O problema é o uso prolongado sem orientação. Converse sempre com o seu médico.
minha
criança?

Pág. 3

Dermatite Atópica — Orientações para Famílias Dr. José Roberto Stefani | CRM/SP 43.076

A dermatite Em muitas crianças melhora bastante com o tempo, mas pode persistir na vida adulta. O controle adequado melhora muito o prognóstico.
quando meu
filho crescer?

Preciso tirar o leite da dieta? Não rotineiramente. A relação entre alimentação e dermatite é complexa. Consulte o pediatra ou alergologista após investigação adequada.

Fontes: SBP · AAP · EAACI/AAD 2024 · UpToDate

Pág. 4