

Hoja para Paciente: Dermatitis por Contacto (DCA/DCI)

Versión para pacientes

¿Qué es?

La dermatitis por contacto es una reacción de la piel por **irritación** (daño directo) o por **alergia** (hipersensibilidad tipo IV) a una sustancia. Produce **comezón**, enrojecimiento y a veces **granitos o ampollas**. **No es contagiosa**.

Síntomas comunes

- Picazón, enrojecimiento, **granitos/ampollas**; piel seca y **grietas** si es crónica.
 - Empeora tras **contacto** con jabones/detergentes, metales (p. ej., **níquel**), cosméticos, tintes del cabello, guantes/gomas, **adhesivos** o **sol** (fotoalergia).
 - Mejora al **evitar** la sustancia desencadenante.
-

¿Qué hacer ante un brote?

- **Lave** con agua tibia y un limpiador suave; aplique **compresas frías** y **crema emoliente**.
 - Use la **crema con corticoide** y/o **inhibidor de calcineurina** si su médico lo indicó.
 - **No rasque** ni reviente ampollas; cubra con **gasa limpia** si hay erosiones.
 - **Fotografíe** las lesiones y anote **productos/actividades** de las últimas 48–72 h.
 - Solicite cita si es **primer episodio**, si no mejora en **1–2 semanas** o si los brotes son **frecuentes**.
-

Señales de alarma (acuda a Urgencias)

- **Ampollas extensas**, piel que se desprende, **dolor intenso**.
 - **Fiebre** o malestar general.
 - Hinchazón importante de **párpados/labios** o dificultad para ver/comer.
 - Lesiones que **dejan cicatriz** o duran **>3–4 semanas**.
-

Prevención

- **Identifique y evite** la(s) sustancia(s) desencadenante(s) (su equipo puede hacer **prueba del parche**).
- Manos: **guantes adecuados** (nitrilo **sin aceleradores** o vinilo) y **hidrate** tras cada lavado.
- Elija cosméticos **sin fragancias** y con conservadores conocidos; prefiera productos **“libres de níquel”** en contacto con piel.

- Si usa **uñas de gel/acrílicas** o **dispositivos con adhesivos** (p. ej., sensores), coméntelo con su dermatólogo.
-

Tratamiento

- **Evitar** el gatillo + **cremas corticoides** por pocos días y **emolientes** diarios.
 - En zonas sensibles (párpados, pliegues): **tacrolimus/pimecrolimus**.
 - Casos extensos: a veces **corticoide oral corto** (decisión médica).
 - Eccema crónico de manos: pueden requerirse **fototerapia** o **medicamentos orales** especiales.
-

Plan personal

Sustancias/Productos sospechosos: _____

Guantes/medidas de protección: ____

Crema de mantenimiento (marca/tipo): ____

Controles (laboratorio/ojos si corresponde): ____

Contacto de mi especialista: _____

Esta hoja es informativa y **no sustituye** la consulta médica.