

Dermatite atópica (eczema)

Como cuidar da pele todos os dias, tratar as crises e reconhecer os sinais de alerta

Por **Dr. José Roberto Stefani** — Pediatra (RQE 36.710) e Neonatologista (RQE 367.101) · CRM/SP 43.076

Professor do Centro Universitário Max Planck

Baseado em: SBP, Ministério da Saúde e AAP · Revisão: setembro de 2026

Conteúdo informativo, em linguagem acessível, para orientar o cuidado do seu filho. Use o semáforo: ● cuidar em casa · ● procure o pediatra · ● pronto-socorro agora. Não substitui a consulta nem a orientação do seu pediatra.  [Baixar em PDF](#)

CONTEÚDO

- | | |
|--|---|
| 1. O que é | 5. Remédios: o que ajuda e o que evitar |
| 2. Como aparece (sinais e sintomas) | 6. Quando ir ao pronto-socorro |
| 3. Semáforo: quando cuidar em casa, quando procurar o pediatra e quando ir ao pronto-socorro | 7. Como prevenir |
| 4. Como cuidar em casa | 8. Dúvidas e mitos comuns |
| | 9. Veja também |
| | 10. Fontes |

EM POUCAS PALAVRAS

A dermatite atópica (eczema) é uma doença de pele crônica, que não passa de uma criança para outra. A pele é seca, coça muito e tem fases boas e crises. Costuma começar nos primeiros 2 anos e muitas crianças melhoram na idade escolar. O tratamento tem três pilares: **hidratante todos os dias, em bastante quantidade, mesmo sem crise; pomada de corticoide prescrita nas crises**, na potência certa para a idade e o local; e, nas crianças com crises frequentes, **manutenção 2 dias por semana** nas áreas que costumam voltar. Quase sempre o cuidado é feito em casa. Procure o pediatra se houver casquinhas amareladas, pus ou coceira que impede o sono. Vá ao pronto-socorro no mesmo dia se aparecerem **bolhinhas agrupadas ou feridas redondas que doem e se espalham rápido**, febre com piora da pele, lesões perto dos olhos ou criança muito abatida.

1. O que é

- É uma inflamação crônica da pele, que tem uma **barreira mais frágil**: perde água com facilidade e reage a irritantes. Faz parte da família das alergias (asma, rinite, alergia alimentar), mas **a maioria das crises não é causada por alimentos**.
- Não é contagiosa.
- A pele de quem tem dermatite atópica costuma ter uma bactéria (estafilococo) na superfície. Isso não é infecção; só é tratada quando há sinais de infecção.
- **Eczema herpético**: complicação rara e grave, quando o vírus do herpes (o mesmo do "herpes labial") se espalha sobre a pele com eczema. É uma emergência.

2. Como aparece (sinais e sintomas)

- **Coceira** — sempre presente, piora à noite e atrapalha o sono.
- Pele seca, áspera, com placas vermelhas que descamam; feridinhas de tanto coçar; pele mais grossa nas áreas coçadas há muito tempo.
- **Onde aparece, conforme a idade**:
 - Bebês: bochechas, testa, couro cabeludo e parte de fora de braços e pernas (costuma poupar a área da fralda).
 - Crianças: dobras dos cotovelos e dos joelhos, punhos, tornozelos e pescoço.
 - Adolescentes: dobras, rosto, pescoço e mãos.
- **Sinais de infecção**: casquinhas amareladas (cor de mel), pus, secreção, piora rápida.

- **Sinais de eczema herpético:** bolhinhas agrupadas, feridas pequenas e redondinhas ("em saca-bocado"), dor, piora rápida, febre e abatimento.

3. Semáforo: quando cuidar em casa, quando procurar o pediatra e quando ir ao pronto-socorro

COR	O QUE VOCÊ OBSERVA	O QUE FAZER
 Cuidar em casa	Pele seca, poucas áreas de eczema, coceira de vez em quando, dorme bem, pouca interferência nas atividades	Hidratante todos os dias; pomada de corticoide fraca receitada nas crises; evitar gatilhos; retorno programado
 Procure o pediatra	Coceira frequente, vermelhidão, feridinhas ou pele grossa em algumas áreas; sono e atividades atrapalhados; casquinhas amareladas, pus ou secreção em uma área; piora apesar do tratamento. Eczema grave e extenso que não melhora após 1 semana de tratamento bem feito	Consulta em até 24–48 h se houver sinais de infecção; nos demais casos, nos próximos dias. Reavaliação em 1–2 semanas. No eczema grave sem resposta, o pediatra encaminha com urgência ao especialista
 Pronto-socorro agora	Bolhinhas agrupadas ou feridas redondas que doem e se espalham rápido, principalmente com febre, abatimento, perto dos olhos ou em bebê; pele vermelha em quase todo o corpo, com a criança fria, desidratada ou muito abatida; infecção extensa com febre, prostração ou área quente, inchada e dolorida que cresce; bebê com eczema grave perdendo peso, desidratado ou recusando mamar	Hospital ou pronto-socorro no mesmo dia, sem esperar . Lesões perto dos olhos precisam de avaliação do oftalmologista

Crianças que merecem mais atenção

- Bebês com início muito cedo e eczema extenso.
- Criança que também tem alergia alimentar, asma ou rinite.
- Crises frequentes (4 ou mais por ano), sobretudo quando o tratamento é feito com receio de usar a pomada.
- Infecções de pele repetidas e contato com pessoas com herpes labial ativo.
- Eczema grave com infecções graves ou repetidas, diarreia prolongada ou que não cresce bem (o pediatra investiga a imunidade).

4. Como cuidar em casa

- **Banho diário ou frequente**, curto, com **água morna** (nunca quente) e sabonete suave, sem perfume. Seque com toques leves, sem esfregar.

- **Hidratante logo após o banho** e pelo menos **2 vezes ao dia, mesmo quando a pele parece boa**. Prefira cremes espessos ou pomadas sem perfume. Use em **bastante quantidade**: o NICE recomenda de 250 a 500 g por semana para uma criança.
- **Unhas curtas** e limpas, para reduzir as feridas ao coçar.
- **Roupas de algodão**; evite lã e tecidos sintéticos em contato com a pele. Lave as roupas com sabão suave e sem amaciante perfumado.
- **Evite calor e suor excessivo**, fumaça de cigarro e produtos perfumados. Observe e anote o que parece piorar a pele do seu filho.
- **Alimentação normal**: não retire alimentos por conta própria. Só se exclui um alimento quando o pediatra ou o alergista confirma a alergia.
- **Evite beijos e contato próximo** de pessoas com herpes labial ("bolhinha na boca").
- **Escola ou creche**: a criança frequenta normalmente; eczema não passa para os colegas.

5. Remédios: o que ajuda e o que evitar

Pomada de corticoide — só com receita. O pediatra escolhe a potência pela gravidade, pela idade e pelo local:

- No **rosto, pescoço, dobras e em bebês**, usam-se as mais fracas e por pouco tempo.
- Passe uma camada fina **só nas áreas com crise**, 1 a 2 vezes ao dia, como orientado, e continue **até 48 horas depois que a crise controlar**.
- **Quantidade certa** — "**ponta de dedo**": a pomada espremida da ponta até a primeira dobrinha do dedo indicador de um adulto cobre uma área igual a duas palmas de mão de adulto. Usar pouco demais faz a crise durar mais.
- **Manutenção**: em crianças com crises frequentes, o pediatra pode orientar aplicar a pomada **2 dias seguidos por semana** nas áreas que costumam voltar, mesmo na fase boa.
- Usada na quantidade, no local e pelo tempo certos, a pomada de corticoide é **segura**.

Outras pomadas — pimecrolimo (pela bula brasileira, a partir de 3 meses) e tacrolimo (a partir de 2 anos) são opções receitadas para rosto, pálpebras e dobras, sobretudo quando o tratamento precisa ser prolongado. Não afinam a pele; podem arder nos primeiros dias. Não use sobre feridas infectadas ou herpes.

Infecção: é tratada **junto com a pomada de corticoide**, nunca só com antibiótico. Pode ser pomada antibiótica por poucos dias ou antibiótico pela boca, conforme a extensão. Complete o tempo receitado. Durante a infecção, troque os potes de hidratante já abertos.

Antialérgicos (anti-histamínicos): não tratam a dermatite. Os que dão sono (como hidroxizina, dexclorfeniramina e prometazina) **não devem ser usados**; a exceção é uma

situação especial — por exemplo, coceira à noite que impede o sono da criança e da família —, por poucos dias e só se o pediatra indicar para a idade.

Casos graves: o especialista (dermatologista ou alergista) pode indicar remédios pelo corpo todo, como os imunobiológicos.

Para febre ou dor — confira com o pediatra a dose em mL do remédio que você tem em casa:

- **Dipirona:** 10–12 mg/kg por dose, a cada 6 h (no máximo 4 doses por dia); não usar em menores de 3 meses ou 5 kg.
- **Paracetamol:** 10–15 mg/kg por dose, a cada 4–6 h (no máximo 5 doses por dia e 75 mg/kg no dia); não use por mais de 48–72 h sem reavaliação, pelo risco para o fígado.
- **Ibuprofeno:** 5–10 mg/kg por dose, a cada 6–8 h, a partir de 6 meses; evite na catapora, na desidratação e na suspeita de dengue.
- Não alterne antitérmicos.

O que não usar: corticoide pela boca por conta própria (a pele piora ao parar); pomada de corticoide forte no rosto, nas dobras e em bebês; cremes que misturam corticoide com antibiótico ou antifúngico de uso contínuo; pomada antibiótica sem infecção; dietas de exclusão sem diagnóstico.

6. Quando ir ao pronto-socorro

- Bolhinhas agrupadas ou feridas redondas que doem e se espalham rápido.
- Febre com piora da pele.
- Lesões perto dos olhos.
- Criança muito abatida, com pele vermelha em quase todo o corpo, fria ou desidratada.
- Área quente, inchada e dolorida que cresce, com febre.
- Bebê com eczema grave que perde peso ou recusa mamar.

Como levar

- Não espere: no eczema herpético, o tratamento com remédio na veia precisa começar no mesmo dia.
- Dê o antitérmico se houver febre (em bebê com menos de 3 meses, não medique antes de ele ser examinado) e ofereça líquidos.
- Cubra as feridas com gaze limpa e mantenha a criança longe de outros bebês.
- Leve a caderneta de saúde e as pomadas e remédios em uso.

7. Como prevenir

- Hidratante diário, mesmo na fase boa, é a melhor forma de evitar crises.
- Manutenção 2 dias por semana nas áreas que costumam voltar, se o pediatra orientar.
- Evite os gatilhos do seu filho (calor, suor, sabonetes perfumados, lã, fumaça).
- Vacinas em dia, conforme o calendário.

8. Dúvidas e mitos comuns

Posso dar banho todos os dias? Sim. Banho curto, morno e seguido do hidratante ajuda a pele.

A pomada de corticoide vai fazer mal? Usada da forma orientada, é segura e eficaz. O problema é o uso sem orientação ou em excesso — e também o uso de menos, que prolonga a crise.

Preciso tirar o leite ou outros alimentos? Não de rotina. A maioria das crises não vem da comida. Só retire um alimento se o pediatra ou o alergista confirmar a alergia.

A dermatite vai passar quando crescer? Muitas crianças melhoram bastante com o tempo, mas ela pode continuar na adolescência. O cuidado correto melhora muito a qualidade de vida.

LEMBRE-SE

1. Hidratante todos os dias, em bastante quantidade, com ou sem crise.
2. Pomada de corticoide receitada, na quantidade certa ("ponta de dedo"), só nas áreas com crise.
3. Infecção se trata junto com a pomada de corticoide, com receita.
4. Antialérgicos que dão sono não devem ser usados, salvo indicação especial do pediatra.
5. Bolhinhas agrupadas, feridas redondas que doem ou febre com piora da pele: pronto-socorro no mesmo dia.

9. Veja também

Veja também, nesta Biblioteca:

- Dermatite Atópica (guia para pais e cuidadores)
- Sinais de gravidade — quando levar seu filho ao pronto-socorro

- Impetigo, celulite e abscessos (infecções de pele)
- Urticária aguda (placas de alergia na pele)
- Sarna (escabiose) e piolho (pediculose)

Versão para profissionais: Dermatite atópica no consultório (Patologias do consultório).

10. Fontes

Baseado no documento profissional Dermatite atópica no consultório desta Biblioteca e nas referências nele citadas:

- Sociedade Brasileira de Pediatria e ASBAI. Guia prático de tratamento da dermatite atópica grave, 2023.
- NICE. CG57 — Atopic eczema in under 12s, atualizado em 2025.
- American Academy of Pediatrics. Treating eczema (HealthyChildren.org), 2025.
- American Academy of Dermatology. Diretriz de dermatite atópica em menores de 18 anos, 2026.
- SEPEAP. Guía de dermatitis atópica, 2023.

Dr. José Roberto Stefani

Pediatra (RQE 36.710) e Neonatologista (RQE 367.101) · CRM/SP 43.076 · Professor do Centro Universitário Max Planck

Rua das Orquídeas, 667 — Sala 203 — Medical Tower Office Premium — Indaiatuba/SP

(19) 99114-9114 · pediatra.stefani@gmail.com · www.neonatologia.com.br

Conteúdo informativo para famílias. Não substitui a consulta com o pediatra. Em caso de dúvida ou sinal de gravidade, procure atendimento — em emergência, ligue 192 (SAMU).