

1. OPTIMIZAR EL CUIDADO DE LA PIEL

Cuidado diario de la **piel**:



- Aplicación tópica de corticosteroides o inhibidor de calcineurina para áreas de eczema.



- Uso de emolientes para zonas no afectadas.



Medidas básicas de **cuidado de heridas** para lesiones graves de **eczema** (p. ej., cubrir heridas abiertas o supurantes con el fin de prevenir la propagación y la infección secundaria).



Evitar los **desencadenantes** de los brotes de **eczema**.

2. MEDIDAS DE HIGIENE PERSONAL



Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón, o un desinfectante a base de alcohol.



Bañarse o **ducharse diariamente**.



Evitar reutilizar o **compartir artículos de higiene personal** que entren en contacto con la piel (p. ej., toallas, esponjas, maquinillas de afeitar, cosméticos, cepillos).



Evitar la contaminación de medicamentos tópicos y humectantes (usar una bomba o verter el recipiente).



Mantener las **uñas limpias y cortadas**; evitar rascarse.

3. MEDIDAS DE HIGIENE AMBIENTAL



Limpiar con regularidad las **superficies** de alto contacto (p. ej., mostradores, perillas de puertas y electrodomésticos) con desinfectantes disponibles comercialmente.



Usar una **barrera** entre la **piel expuesta y las superficies** de alto contacto tocadas por varias personas (p. ej., equipos de ejercicio).



Lavar la ropa, toallas y paños con agua caliente y detergente antes de volver a usarlos, y la ropa de cama al inicio y finalización del régimen de descolonización.



Lavar las manos antes y después de tocar a las **mascotas**.

4. DESCOLONIZACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR



Realizar la descolonización nasal y tópica si así se lo indica su médico, siguiendo sus recomendaciones.

Si a pesar de seguir estas recomendaciones y las indicaciones de su médico, sigue presentando infecciones recurrentes, vuelva a consultar con su dermatólogo.