

Todo lo que el bebé necesita, en la oficina de farmacia

EL UNIVERSO QUE CONFORMAN LOS PRODUCTOS PARA EL CUIDADO DEL RECIÉN NACIDO Y EL BEBÉ ES ENORME, Y LA FARMACIA ES UN LUGAR IDEAL PARA QUE LOS PADRES ENCUENTREN CONSEJO PROFESIONAL, CALIDAD Y SEGURIDAD.

La piel de los recién nacidos es muy diferente a la piel de los adultos: es hasta diez veces más fina, se seca con facilidad y resulta más propensa a alergias e irritaciones. Además, pasa por muchos cambios en su apariencia y textura. Los cuidados que precisa la delicada piel del bebé son muy específicos, pues tiene unas características propias. En primer lugar, su epidermis o capa externa es entre un 20% y un 30% más fina que la de un adulto. Esta delgadez en la superficie la hace más vulnerable a infecciones, irritaciones o golpes. Además, aún no ha desarrollado del todo las defensas que le ayudan a protegerse de determinadas bacterias. Por otro lado, su función termoreguladora no funciona al 100%, por eso siempre se dice que debemos abrigo al bebé con una capa más de ropa de la que llevaría un adulto. También pierde y absorbe agua con mayor rapidez y presenta una mayor reactividad vascular (se enrojece o palidece más fácil-

mente), sus glándulas sudoríparas son más activas y presenta una menor capacidad de sintetizar melanina.

En general, podemos afirmar que la piel del bebé es menos resistente y tolerante a agresiones externas, por lo cual debemos extremar la atención y cuidados.

Higiene del bebé

La limpieza del recién nacido no se debe iniciar hasta que la temperatura corporal se haya estabilizado. No es necesario completar la limpieza de todo el vórnix caseoso, ya que tiene, según algunos autores, una función nutritiva y protectora contra las infecciones de la piel, y favorece la curación de lesiones cutáneas. El pH cutáneo normal es ácido, y varía entre 4,5 y 6, según las zonas, aunque en el momento del nacimiento el pH es neutro, acidificándose posteriormente. Este manto ácido interviene en la inhibición de la proliferación microbiana. Consecuentemente, el empleo de tensioactivos alcalinos aumenta transitoriamente el pH cutáneo y favorece la irritación y las infecciones. En el recién nacido a término deben usarse tensioactivos de pH neutro o discretamente ácidos, preferiblemente no perfumados, y deben aplicarse a dosis bajas con la mano o con una esponja suave. En el recién nacido pretérmino hay que evitar los agentes de limpieza durante las dos primeras semanas y limpiar la piel suavemente sólo con agua tibia.

La piel sana tiene mecanismos de autolimpieza propios, por lo que, excepto en determinadas zonas, no parece necesario el baño o ducha diario. Sin embargo, las zonas anogenitales, los pliegues axilares e inguinales, las manos, las secreciones orales y nasales se limpiarán cuantas veces sea necesario. El abuso de jabones y la excesiva temperatura, frecuencia o duración de los baños o las duchas favorecen la aparición de sequedad cutánea o dermatitis irritativa.

En otro sentido, también se recomienda que los productos para el baño destinados a bebés estén sobreengrasados, con el fin de paliar el déficit seboreico que éstos poseen. Asimismo, se desaconseja el empleo de acondicionadores electrostáticos, que son irritantes oculares y tienen escaso sentido sobre el cabello de los lactantes. Es conveniente no utilizar los tensioactivos concentrados. Deben diluirse previamente en el agua del baño. Esta solución jabonosa puede emplearse, en primer lugar, para la limpieza del rostro y cabello y, posteriormente, del resto del cuerpo. De no ser por el interés comercial, no tiene sentido el empleo de champú y gel de baño para lactantes; un producto bien formulado es útil para las dos funciones, ya que se le deben exigir los mismos requisitos.

Es muy importante la temperatura del agua del baño y su duración. Con independencia de otras razones, los tensioactivos arrastran más grasa cuanto más alta es la temperatura de empleo. La temperatura ideal para el uso de los tensioactivos se situaría sobre los 36°, aproximadamente la temperatura corporal. Por otra parte, la inmersión en agua del bebé hidrata y aumenta el grosor de la capa córnea. La hiperhidratación puede originar lesiones cutáneas, por lo que el baño del niño debe ser breve. Para un lactante, se recomienda un baño de 5 minutos, y para niños mayores, de 10 a 15 minutos.

Tras el baño, el secado del bebé debe ser metódico, evitando dejar lugares húmedos y usando toallas suaves, preferentemente de algodón. No se debe friccionar la piel con las toallas, pues esto conllevaría irritaciones por

la extrema delicadeza de la piel del lactante. Es importante secar bien las manos y los pies. La colonia suele ser el complemento final del baño. En la práctica diaria, es frecuente el uso de lociones o perfumes en los niños. Sin embargo, no es recomendable esta práctica en niños pequeños, ya que es alto el porcentaje de reacciones a estos productos. En caso de usarlos, no colocarlos directamente sobre la piel del niño; se puede perfumar ligeramente la vestimenta exterior del bebé, y en caso de aparecer la mínima irritación de piel, debe suspenderse de forma inmediata.

Dermatitis atópica

Es una de las alteraciones que más afectan al bebé, y, en general, durante toda la infancia. Entre un 10 y un 20% de los niños españoles la sufre, siendo uno de los principales problemas dermatológicos. En general suele iniciarse antes de los cinco años, y está más presente en las niñas y en áreas urbanas, según manifiesta la Academia Española de Dermatología y Veneorología (AEDV).

Su origen se relaciona principalmente con una alteración de la función de la barrera epidérmica, por mutaciones en diferentes proteínas, como la filagrina. Además, en los niños atópicos existe una respuesta exagerada frente a diferentes estímulos. En cambio, la relación con los alimentos no ha sido demostrada en todos los pacientes.

Se manifiesta con sequedad en la piel, placas enrojecidas y picor, y en su tratamiento es fundamental hidratar la piel y evitar el contacto con algunos irritantes. En los casos leves a moderados, puede ser necesario el uso de

LA FARMACIA PUEDE OBTENER UNA ALTA RENTABILIDAD DE LOS PRODUCTOS DE CUIDADO DEL BEBÉ

MERCADO CUIDADO DEL BEBÉ. 2020



Fuente: IQVIA, National Sell Out Monthly, FLEXVIEW dato de julio 2020. Categoría: Cuidado del bebé (incluye accesorios para el bebé y lactantes, higiene y cuidado del bebé). Medidas: unidades vendidas y valores en € PVP (Precio de venta al público). Elaboración: IM Farmacias

corticoides o inmuno-moduladores tópicos, mientras que los casos severos pueden requerir terapias sistémicas que incluyen la fototerapia y algunos medicamentos inmunosupresores. Una de las novedades es el empleo del tratamiento preventivo o proactivo de los brotes. Está demostrado que el uso de corticoides tópicos o inhibidores de la calcineurina dos días a la semana, en las zonas afectadas, puede prevenirlos o retrasarlos.

Para que niños y padres se familiaricen con la enfermedad, se han creado en España varias "Escuelas de atopia" en las que se imparte formación a toda la familia.

Otras alteraciones

La sensibilidad y la naturaleza inmadura de la piel del bebé la hacen propensa a diversas alteraciones, si bien la mayoría de ellas son benignas y no requieren tratamiento, ya que suelen desaparecer con el paso del tiempo. Desgranamos aquí las más frecuentes:

- *Costra láctea*. Es uno de los trastornos más frecuentes y se manifiesta tras los primeros días o semanas de vida. Provoca enrojecimiento de la piel y la aparición de escamas de gran tamaño en zonas del cuero cabelludo, que pueden extenderse a las cejas, e incluso a pliegues de brazos y piernas. Pese a que las causas de esta alteración no se conocen con exactitud,

la costra láctea no es grave ni dolorosa para el bebé, y suele curarse de forma espontánea en el plazo de un mes.

- *Perlas de Epstein*. Se trata de quistes blanquecinos y amarillentos que se forman en las encías y en el paladar de un recién nacido, normalmente una o dos semanas después del nacimiento. Si los quistes salen en la piel de la cara y tienen un color más blanquecino, se llaman milios. En cualquier caso, esta afección es asintomática, inofensiva y no precisa tratamiento. Prácticamente el 80% de los bebés suelen padecerla.

- *Sudamina o miliaria*. Es un sarpullido relacionado con la transpiración en épocas de calor o por exceso de abrigo. La manifestación de este problema son granitos rojos o blanquecinos que se dan en la zona de la piel donde son más abundantes las glándulas sudoríparas: frente, cuello, cara, parte superior del tronco y área del pañal.

- *Dermatitis del pañal*. También es frecuente que los niños de entre 4 y 15 meses de edad sufran una irritación en la zona del pañal provocada por la humedad y el calor de la orina y las heces en contacto con su piel. Hay que tener cuidado para que no se sobreinfecte y mimar la zona con productos específicos que alivien la irritación, las rojeces, la sequedad y el escozor que también acompañan a este problema.

Una categoría muy rentable

La farmacia puede obtener una alta rentabilidad de los productos de cuidado del bebé si se gestiona adecuadamente esta categoría, que incluye desde productos de alimentación, como las leches infantiles (sin descuidar las leches especiales para niños con intolerancia) hasta otros utensilios como chupetes, biberones, tetinas... Tampoco hay que dejar de lado la cosmética infantil, que incluye tanto cremas como geles o hidratantes, entre otros.

Las madres y padres, especialmente primerizos, valorarán mucho poder resolver sus dudas y hacer consultas sobre productos. Por eso, trabajar sobre este tipo de público puede ser una gran herramienta para fidelizar a los visitantes de la farmacia. Son lo que se conocen como categorías de tráfico: generan un gran volumen de clientes, siendo las promociones muy importantes para mantener el flujo de usuarios constante. Lo ideal para una farmacia es poder dedicarle a esta sección el espacio que necesita. En algunas farmacias llega a ocupar el 25% de espacio de exposición.

Los primeros años de vida son especialmente delicados, ya que el bebé puede tener entre 8 y 10 afecciones al año. Por ello es vital velar por la salud de los más pequeños y aconsejar a sus padres sobre su cuidado. +

Protección solar

Nunca se debe exponer a un bebé menor de seis meses al contacto directo de la luz del sol. Su piel es especialmente sensible a los efectos perjudiciales de los rayos ultravioletas.

Que no se les pueda poner al sol no significa que no le pueda dar el sol ni un momento. De hecho, a partir de los siete o diez días es conveniente sacar de paseo al bebé. La exposición moderada al sol es conveniente ya que interviene en la producción de Vitamina D. El tiempo que un niño necesita para producir toda la vitamina D es escaso, de 5 a 20 minutos, dependiendo de la ropa que lleve. En verano es mejor no sacar al bebé de paseo entre las once de la mañana y las cuatro de la tarde, pues son horas de máxima insolación.

Nunca se debe bajar la guardia cuando se expone a un niño al sol. Hasta que el bebé cumpla tres años deberán extremarse las precauciones. Es importante utilizar siempre sombrero, camiseta y gafas de sol. Cuando se exponga al sol es importante utilizar una crema de protección solar como mínimo de índice 30. La crema se debe aplicar media hora antes de tomar contacto con el sol. Es fundamental extremar la precaución en el rostro, labios, cuello, cabeza, escote, senos, orejas y dorsos de los pies. Y renovar la protección constantemente. La protección total se considera con un índice 60, y es necesaria para bebés pelirrojos o rubios, de piel muy clara o sensible, ojos claros, o que reciban cualquier tipo de medicación.

