

Eczema Numular

El eczema numular, también llamado dermatitis numular, es una condición cutánea de larga duración que causa parches redondos en forma de moneda de piel irritada. La palabra "numular" proviene de la palabra latina para "moneda", que describe la forma de los parches. A medida que la condición se desarrolla, estos parches pueden volverse escamosos y pueden parecerse a otros problemas de la piel, como la tiña o la psoriasis. Aunque el eczema numular puede ser incómodo y afectar su calidad de vida debido a la picazón y su apariencia, no es potencialmente mortal. Sin embargo, puede aparecer y desaparecer, por lo que el tratamiento continuo es importante para manejar los brotes y mantener los síntomas bajo control.

Presentación Clínica

La característica principal del eczema numular es la aparición de parches bien definidos en forma de moneda que pueden variar en tamaño desde pequeñas manchas hasta placas más grandes. Estos parches generalmente comienzan como áreas rojas y con picazón y posteriormente pueden volverse secos, escamosos o con costras. Con el tiempo, el centro de estos parches puede aclararse, dejando una apariencia similar a un anillo alrededor de los bordes. El eczema numular aparece más comúnmente en los brazos y las piernas, y sus síntomas pueden empeorar en clima frío o con baja humedad. Es importante diferenciar el eczema numular de otras condiciones cutáneas que pueden parecer similares, como infecciones por hongos, psoriasis y dermatitis atópica. Para hacer un diagnóstico preciso, es necesaria una evaluación clínica completa, incluyendo una revisión del historial médico y un examen físico.

Etiología y Factores de Riesgo

La causa exacta del eczema numular no se comprende completamente, pero se cree que varios factores juegan un papel en su desarrollo. Es más común en el invierno, cuando la piel seca se agrava por el aire frío, la baja humedad y la calefacción interior. La piel seca (xerosis) es un factor contribuyente importante, ya que debilita la barrera natural de la piel, haciéndola más vulnerable a los irritantes y alérgenos. Los desencadenantes ambientales como jabones fuertes, lana, baños frecuentes y suavizantes de telas también pueden irritar la piel y empeorar los síntomas.

Diagnóstico

El eczema numular generalmente se diagnostica basándose en sus parches característicos en forma de moneda y síntomas como picazón. Sin embargo, es importante descartar otras condiciones cutáneas que pueden parecer similares, como infecciones por hongos (como tinea corporis), psoriasis y dermatitis de contacto. En algunos casos, puede ser necesaria una biopsia de piel para confirmar el diagnóstico y excluir otras posibles causas, especialmente si los síntomas son inusuales o si hay alguna duda sobre la naturaleza de las lesiones.

Manejo y Tratamiento

Aunque no hay cura para el eczema numular, varios tratamientos pueden ayudar a manejar los brotes y reducir la probabilidad de recurrencia. El tratamiento típicamente involucra una combinación de terapias tópicas, rutinas de cuidado de la piel y cambios en el estilo de vida.

➤ **Corticosteroides Tópicos:**

- Los corticosteroides de alta potencia son el tratamiento de primera línea para controlar la inflamación y aliviar la picazón. Estos deben usarse bajo la orientación de un proveedor de atención médica, especialmente para uso a largo plazo, para evitar efectos secundarios potenciales como adelgazamiento de la piel.

➤ **Terapias Complementarias:**

- Si el eczema se vuelve escamoso, el alquitrán de hulla puede agregarse a su plan de tratamiento. Ayuda a reducir la inflamación y la descamación, aunque tiene un olor desagradable y puede manchar la ropa.
- Los medicamentos como tacrolimus o pimecrolimus pueden recomendarse para pacientes que no pueden tolerar esteroides o como terapia de mantenimiento para prevenir brotes.

➤ **Medicamentos Orales:**

- Para casos más severos, el uso a corto plazo de corticosteroides orales o medicamentos inmunosupresores como metotrexato o azatioprina puede considerarse para controlar los brotes.
- Si ocurre una infección bacteriana secundaria (como *Staphylococcus aureus*), pueden prescribirse antibióticos orales como cefalexina por un curso corto (1-2 semanas).

➤ **Fototerapia:**

- La terapia de luz UVB de banda estrecha puede ser efectiva para casos crónicos de eczema numular al ayudar a reducir la picazón y la inflamación. Este tratamiento debe realizarse bajo supervisión médica en una clínica de dermatología para evitar daño a la piel.

Cuidado de la Piel y Medidas Preventivas

El buen cuidado de la piel es vital para manejar el eczema numular y prevenir futuros brotes. Aquí hay algunos consejos útiles:

- **Hidratación:** Aplique emolientes como Neutrogena Body Oil o Vaselina inmediatamente después de ducharse mientras la piel aún está húmeda para retener la humedad y mejorar la función de barrera de la piel.
- **Prácticas de Baño:** Limite las duchas o baños a una vez al día, y use agua tibia en lugar de caliente, ya que el agua caliente puede empeorar la sequedad. Use jabones suaves y sin fragancia como Cetaphil o Dove para evitar la irritación de la piel.
- **Ropa:** Use ropa suave de algodón y evite la lana o telas ásperas que pueden irritar la piel. También, evite suavizantes de telas y detergentes perfumados.
- **Evitar desencadenantes:** Identificar y evitar desencadenantes ambientales como jabones fuertes, baños frecuentes y aire seco puede ayudar a reducir la frecuencia y severidad de los brotes.

Conclusión

La dermatitis eczematosa numular es una condición de larga duración que a menudo aparece y desaparece, causando parches bien definidos en forma de moneda en la piel. Aunque la causa exacta no se comprende completamente, los factores ambientales y la predisposición genética pueden empeorar la condición.

Aunque no hay una cura permanente, las opciones de tratamiento como corticosteroides tópicos, medicamentos orales, terapia UV y el cuidado adecuado de la piel pueden ayudar a controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida. El manejo efectivo incluye evitar desencadenantes y seguir una rutina regular de cuidado de la piel para prevenir brotes.

Referencias

- ❖ Cherney, J. R., & Kroumpouzos, G. (2023). Nummular eczema: A review of clinical presentation, pathophysiology, and management. *Journal of the American Academy of Dermatology*, 88(2), 319-325. <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2022.08.074>
- ❖ Guttman-Yassky, E., Silverberg, J. I., & Paller, A. S. (2021). Nummular dermatitis: A comprehensive review of diagnosis and management. *Dermatitis*, 32(3), 240-248. <https://doi.org/10.1097/DER.0000000000000805>
- ❖ Sukenik, J. D., & Korman, N. J. (2022). Eczema management: Therapeutic strategies for chronic nummular dermatitis. *American Journal of Clinical Dermatology*, 23(4), 487-494. <https://doi.org/10.1007/s40257-022-00647-3>