

Terapia con vendas húmedas

La terapia con vendas húmedas es muy útil para tratar eccema.

¿Qué es la terapia con vendas húmedas?

La terapia con vendas húmedas es muy útil para tratar el eccema (dermatitis atópica). Las vendas húmedas:

- Aumentan la absorción de humectantes en la piel.
- Aumentan la absorción de esteroides tópicos en la piel para que llegue más medicina a las áreas afectadas
- Es una barrera para evitar que su hijo/a se rasque y duerma mejor

¿Cuándo se usan?

Las vendas húmedas son generalmente para ataques de eccema fuertes. Por lo general, se utilizan por pocos días, a menos que su proveedor de atención médica le indique que los utilice por más tiempo.

También se pueden utilizar sin esteroides tópicos para que las cremas humectantes funcionen mejor y prevenir brotes.

¿Qué se necesita?

Antes de empezar con las vendas húmedas, reúna estos suministros:

- Ungüento esteroide tópico recetado por el proveedor médico de su hijo/a.
- Crema humectante (emoliente): recomendamos un ungüento claro y grasoso como la Vaselina.
- Dos capas 100% de algodón de la venda que prefiera: una capa húmeda y otra seca. La capa húmeda debe estar ajustada.

¿Qué clase de venda elijo?

Use la venda más conveniente para la parte del cuerpo que cubrirá. Por ejemplo:

- Gasa: para cualquier parte del cuerpo, pero puede ser costosa.
- Pijamas de algodón ajustada: para una erupción más generalizada.
- Calcetines 100% de algodón: para eccemas difíciles de eliminar en las manos o los pies.
- Calcetines de adulto 100% de algodón: con un pequeño hoyo en la punta del calcetín para adulto, será una venda muy buena para los brazos o las piernas. Muévela hacia arriba y abajo como sea necesario.

¿Cómo se aplica la venda húmeda?

Lo mejor es aplicar la venda húmeda después del baño, pero se puede hacer en cualquier momento del día. Hable con su hijo/a sobre la venda húmeda unos días antes de comenzar a ponérsela para que entienda por qué le está poniendo algo mojado. Puede ser útil ofrecerle un premio (incentivos positivos) por usarla. También puede poner la venda húmeda en una secadora durante 5 a 10 minutos para calentarla para su aplicación.

Más información

- Dermatología
206-987-2158
- Consulte con el proveedor de atención médica
- seattlechildrens.org

Servicio gratuito de intérprete

- En el hospital solicítelo al personal de enfermería.
- Fuera del hospital, llame a la línea gratuita de interpretación: 1-866-583-1527.
Dígale al intérprete el nombre de la persona o la extensión que necesita.



Pasos para aplicar la venda húmeda:

1. Aplique el ungüento esteroide en la piel inflamada de su hijo/a según las indicaciones (si su proveedor ha indicado las vendas sólo para hidratación, siga al siguiente paso).
2. Aplique una capa abundante de crema humectante (emoliente) en toda la piel o siga las indicaciones de su proveedor.
3. Moje una capa de la venda en agua tibia.
4. Elimine el exceso de agua hasta que quede ligeramente húmeda.
5. Envuelva el área afectada con esta capa húmeda, sin que quede muy apretada.
6. Ponga inmediatamente la capa seca (gasa seca, calcetines/rota/pijamas de 100% algodón) sobre la mojada. No la cubra con plástico.
7. Trate de que no tenga frío o cúbralo con una cobija para que no tenga frío.
8. Las vendas húmedas funcionan mejor cuando se dejan por 1 a 2 horas pero incluso unos 20 minutos puede ayudar. A veces se dejan puestas toda la noche siempre y cuando no se sequen. Siga las indicaciones de su proveedor sobre la frecuencia y la duración de las vendas húmedas.
9. Una vez que haya terminado, quite las vendas y aplique crema humectante en todo el cuerpo.
10. Tire a la basura las vendas después de usarlas. Las de algodón se pueden lavar y reusar.
11. Si algo le preocupa, consulte con el proveedor médico de su hijo/a.

¿Dónde encuentro más información?

- “Dermatitis atópica (eccema)”
seattlechildrens.org/pdf/PE573S.pdf
- “Eczema: Atopic Dermatitis” from KidsHealth
kidshealth.org/es/parents/eczema-atopic-dermatitis.html (en español)
- Eczema and Inflammatory Skin Disease Center Rady Children’s Hospital
eczemacenter.org (en inglés)

Wet Wrap Therapy

Wet wrap therapy is a useful tool to treat eczema.

What is wet wrap therapy?

Wet wrap therapy helps treat eczema (atopic dermatitis). Wet wraps can help:

- Increase absorption of moisturizers into the skin
 - Increase absorption of topical steroids into the skin, so more medicine is delivered to the affected areas
 - Act as a barrier to keep your child from scratching, which can help your child sleep better
-

When are they used?

Wet wraps are usually for severe eczema flare-ups. Normally, you use them only for a few days, but your healthcare provider may tell you to use them longer.

Wet wraps can also be used without topical steroids to help moisturizers work better and to help prevent flares.

What supplies do I need?

Before you do a wet wrap, gather these supplies:

- Topical steroid ointment prescribed by your child's healthcare provider
 - Moisturizer (emollient): we suggest a clear, greasy ointment like Vaseline
 - Two 100% cotton layers of a wrap of your choice: one for a wet layer and the other for a dry layer. The wet layer needs to be snug or fitted.
-

What kind of wrap do I choose?

Choose the wrap that works best for the part of the body you are covering. Here are some examples:

- Gauze: for any body area, but can be expensive
 - Fitted 100% cotton pajamas: for more widespread rash
 - 100% cotton socks: for stubborn eczema on the hands or feet
 - 100% cotton adult socks: if you cut a small hole in the toe of an adult sock, the wrap will fit easily over an arm or a leg. Move it up or down as needed.
-

How do I apply the wet wrap?

- It is best to apply a wet wrap after a bath, but it can be done any time of the day. Talk to your child about the wet wrap a few days before you start putting them on so they understand why you are putting them in wet clothes. It can help to offer rewards (positive incentives) for wearing them. You can also put the wet layer in a dryer for 5 to 10 minutes to warm them for application.
-

1 of 2

To Learn More

- Dermatology
206-987-2158
- Ask your child's healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.



Seattle Children's
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Steps for applying the wet wrap:

1. Apply the medicated ointment to your child's inflamed skin as directed. (Skip this step if your provider has asked you to apply wet wraps just for moisturizing.)
2. Apply a generous layer of moisturizer (emollient) to the areas you have not applied medication, or as directed by your provider.
3. Soak one layer of wrap in warm water.
4. Wring out excess water until it is damp/slightly wet.
5. Wrap the affected area with this wet layer. Make sure it is not too tight.
6. Immediately put on the dry layer (dry gauze, 100% cotton sock/clothing/pajamas) over the wet layer. Do not cover with plastic.
7. Try to keep your child in a warm environment or cover them with a blanket.
8. Wet wraps work best if left on for 1 to 2 hours, but even 20 minutes can help. Sometimes they are left in place overnight as long as they do not dry out. As always, follow the specific advice of your provider for frequency and duration of wet wrap therapy.
9. Once you are done, remove the wraps and apply moisturizer to the entire body.
10. Throw away used gauze wraps. You may wash and reuse cotton wraps.
11. If you have any questions or concerns, contact your child's provider.

Where can I find more information?

- Our handout "Atopic Dermatitis (Eczema)" seattlechildrens.org/pdf/PE573.pdf
- "Eczema: Atopic Dermatitis" from KidsHealth kidshealth.org/en/parents/eczema-atopic-dermatitis.html
- Eczema and Inflammatory Skin Disease Center Rady Children's Hospital eczemacenter.org