



Cómo cuidar su piel cuando tiene una enfermedad renal

La piel seca y con picazón es frecuente entre las personas que viven con una enfermedad renal. La picazón puede deberse a la sequedad de la piel; a niveles altos de fósforo, calcio u hormonas paratiroideas; o a tratamientos de diálisis inadecuados.



Si tiene piel seca y con picazón, incluya estos consejos en su rutina diaria para mantener su piel más saludable y evitar la picazón.

Cambiar la forma en que se baña

El agua y la mayoría de los jabones le secan la piel. Elegir duchas rápidas en lugar de baños de inmersión, bañarse con menos frecuencia y usar agua tibia en vez de caliente puede ayudar. Usar jabón sin fragancias, secarse y humectar la piel mientras esté húmeda.

Humectarse regularmente

Ponerse una crema o una pomada de 1 a 4 veces al día puede ayudar a combatir la sequedad de la piel y aliviar parte de la picazón que pueda sentir.

Usar guantes

La sequedad y el enrojecimiento de la piel pueden disminuir al usar guantes antes de realizar actividades como salir al aire libre cuando hace frío, lavar los platos o usar productos de limpieza.

Usar algodón

Los materiales naturales como el algodón son suaves y permiten que la piel respire. Lavar la ropa con detergente hipoalergénico.

Agregar humedad al aire

Si el aire en su hogar es seco, usar un humidificador.

Elegir productos más saludables para el cuidado de la piel

Al seleccionar productos para el cuidado de la piel, elija ingredientes saludables y sepa qué evitar.

Ingredientes recomendados

- Aceite de jojoba
- Dimeticona
- Glicerina
- Ácido hialurónico
- Lanolina
- Aceite mineral
- Vaselina
- Manteca de karité

Ingredientes que deben evitarse

- Alcohol (excepto desinfectante para manos)
- Alfa hidroxácido (AHA)
- Fragancia, incluido jabón desodorante
- Retinoides



Hable con su equipo de cuidado para obtener más información sobre cómo mantener la piel saludable.