

Y para las
personas
mayores



SI USAN PAÑAL

Existen productos específicos, pero, en general, las cremas con óxido de zinc pueden valer.



Creemas

solo cuando el culito del bebé está irritado

La mayoría son capaces de aislar bien la piel del bebé mientras la escochedura está curándose. Ahora bien, no sirven para prevenir la dermatitis del pañal. Téngalo en cuenta porque su uso a diario es innecesario.

La humedad, la fricción y el contacto con la orina y las heces en la zona cubierta por el pañal pueden provocar incómodas irritaciones. Unos buenos hábitos de higiene evitan la mayoría de las veces este problema. Pero, si la piel comienza a irritarse, las cremas protectoras de bebés le ayudarán a protegerla mientras se cura. Analizamos 13 productos destinados a esta tarea.

Un problema fácil de tratar

La dermatitis del pañal, como su nombre indica, es la irritación de la piel que queda cubierta por el pañal. El síntoma más claro es un enrojecimiento de la zona del culete, que también puede extenderse al bajo vientre, muslos y genitales externos. Suele durar entre dos o tres días y los factores que lo provocan son diversos. El principal

es el contacto directo entre la piel y la orina o las heces. Estas producen una alteración del pH que ocasiona la destrucción de sus defensas naturales. También influye la falta de aireación, que provoca un aumento de la humedad y la temperatura. Además, puede producirse una dermatitis por el uso de jabones u otros productos demasiado agresivos para la piel del bebé, etc.

En principio, el tratamiento de la dermatitis pasa por unas sencillas medidas: mantener la piel limpia y seca y dejar la zona al aire, sin pañal, siempre que sea posible. Aplicar una crema para proteger la zona mientras se cura el enrojecimiento puede ayudar.

Aunque nuestro estudio se centra en cremas para bebés, también las personas mayores que usan pañal con regularidad pueden sufrir este tipo de dermatitis. Para ellos existen productos específicos, que no hemos analizado, pero, en general, las cremas con óxido de zinc y las medidas higiénicas generales, serían adecuadas.

Flojas frente a las rojeces

Las cremas para pañal se consideran un producto de cosmética, por lo que no pueden contener principios activos antiinflamatorios, ya que eso corresponde a los medicamentos. Su principal función es proteger la piel, formando una barrera para mantener o mejorar la hidratación gracias a los ingredientes hidratantes y emolientes que contienen.

Para comprobar si son eficaces hemos analizado especialmente dos cosas: si restablecen el funcionamiento de la barrera cutánea y si quitan las rojeces.

- Para comprobar la recuperación de la barrera cutánea, hemos medido el nivel de la pérdida de agua transepidérmica que tiene la zona cuando está dañada y tras aplicar la crema. Todas las cremas salen airoosas de esta tarea. En este aspecto destacan Mustela, Chicco y Weleda (la única marca de cosmética orgánica).

- En cuanto al enrojecimiento, la primera señal que se detecta cuando hay dermatitis, la hemos medido antes y después de utilizar las cremas para ver si la rojez disminuía. ¿Los resultados? Muchas no lo consiguen y, como mucho, algunas llegan al aceptable. En realidad, esto no es especialmente sorprendente: al no ser un medicamento con propiedades antiinflamatorias, no cabe esperar un gran efecto.

En definitiva, los productos que contienen óxido de zinc tienen mejores resultados que los que lo contienen en

menor concentración (y llevan otros como manzanilla, caléndula, etc.) o bien carecen de él.

La mitad contienen perfumes

Hemos visto que es importante para los usuarios el olor de las cremas, y lo ideal es que huelan bien, aunque debemos ser cuidadosos porque algunos ingredientes de los perfumes pueden provocar alergias. Añadir perfume a unas cremas que van a ser usadas en una zona posiblemente irritada y sensible de un bebé nos parece innecesario. >

Para prevenir las rojeces mantenga seco a su bebé cambiándole a menudo

Nuestro análisis

Comprobamos la eficacia de las cremas
Cada producto fue probado por 20 voluntarios. Les aplicamos unos parches con una solución de orina artificial sobre la piel de la espalda durante 15 minutos para simular la dermatitis. Después se aplicaron los productos y se comprobó su eficacia midiendo la variación del enrojecimiento y la pérdida de agua a los 15, 30 y 60 minutos de la aplicación.

Solo para usos puntuales

Aunque los fabricantes las recomienden en cada cambio de pañal

La cuestión es que si la piel está sana no tiene sentido aplicarlas preventivamente en cada cambio de pañal, recomendación que hacen la mayoría de los fabricantes en el etiquetado, como puede ver en las ilustraciones.

Otro reclamo meramente publicitario que utilizan es la coetilla "recomendado por los pediatras".

Además, algunos de estos productos hacen alegaciones tales como "poder cicatrizantes o regenerador", que no corresponden con las directrices de los cosméticos y no son más que trucos para transmitir una sensación de mayor eficacia.



¿Y qué opinan los papás?

Nada mejor que probarlas y ver qué opinan los que realmente las usan con sus hijos. Así, un grupo de usuarios nos dieron su opinión sobre aspectos como hidratación de la piel, textura, perfume...

Chicco
La piel queda muy suave cuando el bebé tiene irritación. Se elimina casi toda en una aplicación. Mucha hidratación y buen olor.

Lutsine Eryplast
Al aplicar la crema con el siguiente cambio de pañal se ve la mejoría. Impermeabiliza la piel. Es bastante pastosa.

Avene
No gusta la textura, muy líquida.

Nutraisdín
Gran hidratación. Desaparecen las rojeces y granitos.

Weleda
Se aplica muy bien. Hidrata y protege mucho, aunque es demasiado aceitosa. Mucho perfume.

Suavinex
Perfume suave y agradable. Hidrata y mejora la escocedura. El tapón de rosca es pequeño. Cuando se seca hace bolitas.

Lutsine Eryplast es la única que pasa con nota la prueba de usuarios; el resto se queda en un aprobado

> Seis productos llevan perfumes, Chicco, Johnson's Crema protectora, Weleda, Suavinex, Nutraisdin y Halibut infantil, y por ello han sido penalizados. Además hemos rastreado la presencia de 26 ingredientes de fragancias que pueden producir alergias que debemos evitar. Aquí nos hemos encontrado con que algunas de las cremas analizadas los contienen: Mitosyl y Weleda contienen fragancias alergénicas. Por otro lado Avène Pediatril, Baby Sebamed y Nutraisdin llevan fenoxietanol, un conservante cuyo uso en el área del pañal está siendo cuestionado. Por ello, las hemos penalizado.

Por unos seis euros puede comprar la Mejor del Análisis

Las cremas de pañal para bebés se venden en diferentes formatos (100, 50, 30 ml...). El precio medio de los 100 ml se sitúa en los 11 euros, siendo Johnson's Baby Crema Protectora, de venta en supermercados, la más barata, con un precio que ronda los cuatro euros y, además, es nuestra Compra Maestra. Por lo general, a mayor tamaño, más económica le saldrá la crema. Por ejemplo, en el caso de Bepanthol, hasta un 31% más barata, si la compara con el formato más pequeño, 30 ml. No obstante, como estas cremas tienen una caducidad corta una vez abiertas, algunas de seis meses, nuestro consejo es que antes de decidirse por un tamaño



Johnson's Baby Crema protectora
Alivia mucho. Buen perfume.

Bepanthol
Mejora mucho el culete y las rojeces del pañal. Hidrata muchísimo. El tapón de rosca es difícil de utilizar cuando se cambia al bebé. Queda muy pringosa, parece aceite.

Mustela
Hidrata muy bien.

Halibut infantil
Las rojeces mejoran un poco. Hidrata muy bien. El perfume, huele demasiado.

Johnson's Baby Regeneradora
Deja la piel hidratada, pero para las rojeces regular. Se absorbe bien, hidrata bastante. El olor no gusta.

Mitosyl
Se nota mejoría, tanto en la irritación como en las rojeces.

Baby Sebamed
Hidrata y protege.

Cremas de pañal para bebés

	PRECIO	Enero de 2016 (en euros)	por 100 ml	CARACTERÍSTICAS					RESULTADOS				CALIFICACIÓN GLOBAL
				Formato (ml o g)	Venta en farmacia	Parafarmacia	Supermercado	Fragancias alergias	Fenoxietanol	Recuperación de la barrera cutánea	Eficacia contra las rojeces	Prueba de usuarios	
■ MUSTELA Crema bálsamo 1 2 3	4,29 - 5,99	9,87	50	✓	✓			★★★★	★★	★★★	★★★★	67	
■ CHICCO Baby Moments Pasta balsàmica	5,49 - 5,99	5,80	100	✓	✓			★★★★	★★★	★★★	★★★★	66	
■ LUTSINE Eryplast Pasta al agua	8,02 - 11,20	12,81	75	✓	✓			★★★★	★★★	★★★★	★★★★	65	
■ JOHNSON'S BABY Crema protectora	3,08 - 3,89	3,45	100			✓		★★★★	★★★	★★★	★★★★	65	
■ MITOSYL Pomada protectora	5,10 - 5,99	8,55	65	✓	✓		✓	★★★★	★★★	★★★	★★★★	64	
■ BEPANTHOL Pomada protectora bebé	7,35 - 7,99	25,86	30	✓	✓			★★★★	★★	★★★	★★★★	62	
■ HALIBUT Infantil Pomada regeneradora	5,95 - 7,99	15,00	45	✓	✓			★★★★	★★★	★★★	★★★★	62	
■ NUTRAISDIN Crema del pañal	7,49 - 8,40	7,97	100	✓	✓		✓	★★★★	★★	★★★	★★★★	59	
■ WELEDA Caléndula Crema pañal	8,69 - 8,99	11,79	75	✓	✓		✓	★★★★	*	★★★	★★★★	56	
■ SUAVINEX Crema del pañal	5,49 - 5,99	7,84	75	✓	✓			★★★	★★★	★★★	★★★★	54	
■ AVÈNE Pediatril Crema	5,49 - 5,59	11,05	50	✓	✓		✓	★★★	★★	★★★	★★★★	50	
■ BABY SEBAMED Crema balsàmica	5,89 - 8,49	14,46	50	✓	✓		✓	★★★	★★	★★★	★★★★	50	
■ JOHNSON'S BABY Crema regeneradora	4,18 - 4,89	4,63	100			✓		★★★★	*	★★★	★★★★	50	

Los resultados completos en www.ocu.org/salud/cuidado-piel

■ buena calidad ■ calidad media

y otro, lo tenga en cuenta junto con la frecuencia de uso.

Para prevenir, lo mejor es una buena higiene

El mejor tratamiento para las rojeces causadas por pañal es mantener una buena higiene en esa zona. Para ello, le recomendamos que:

- Al cambiar el pañal, lave el culito de su bebé con agua tibia y, si hiciese falta, con un jabón adecuado. Evite los que llevan ingredientes como sodium lauryl o laureth sulphate, que pueden ser demasiado agresivos. Existen limpiadores más suaves, como los que tienen betaine, o disodium lauroamphodiacetate.
- El secado también es esencial. Para que no quede humedad, séquelo con una toalla suave y dando toques.
- Las toallitas húmedas úselas solo cuando esté fuera de casa. Las sustancias de estas toallitas permanecen mucho tiempo en la piel, aumentando el riesgo de reacciones alérgicas.
- Para hidratar, una buena opción son unas gotitas de aceite de almendras. 🍷



MEJOR DEL ANÁLISIS

MUSTELA Crema bálsamo 1 2 3

Entre 4,29 y 5,99 euros/envase
Venta: Farmacia y parafarmacias.

PROS: No lleva perfume y buena hidratación.

CONTRAS: No funcionó del todo frente a las rojeces, y algunos usuarios nos indicaron que dejaba restos y que se hacían como bolitas blancas.



COMPRA MAESTRA

JOHNSON'S BABY Crema protectora

Entre 3,08 y 3,89 euros/envase
Venta: Supermercados.

PROS: Muy económica, buena eficacia.

CONTRAS: Lleva perfume, cuando no hay necesidad de echarlo en una zona posiblemente irritada. Para algunos usuarios resultó algo pastosa.