

Enfermedades de la piel

CAPÍTULO 15

Algunas dolencias de la piel son causadas por enfermedades que afectan solamente la piel—por ejemplo, la tiña, la rozadura y las verrugas (mezquinos). Otras dolencias de la piel son señas de enfermedades que afectan todo el cuerpo—por ejemplo, los granitos que acompañan al sarampión o las manchas que salen por la mala alimentación. Ciertos tipos de llagas y granos también pueden ser señas de enfermedades graves—como la tuberculosis, la sífilis, la lepra o infección del VIH.

En este capítulo sólo hablamos de las enfermedades de la piel que son más comunes en nuestros pueblos. Pero hay tantas enfermedades de la piel, que aún los especialistas batallan para distinguir unas de otras. Aunque sean parecidas, sus causas y tratamientos pueden ser totalmente diferentes.

Si una enfermedad de la piel es grave o se empeora a pesar de tratamiento, consiga ayuda médica.

Al mantener el cuerpo limpio se puede evitar muchas enfermedades de la piel. Trate de lavarse una vez al día con agua limpia y jabón que no irrite. Si la piel se le pone muy seca, lávese con menos frecuencia y no use jabón cada vez. Póngase en la piel vaselina, glicerina o aceites vegetales después del baño. Use ropa floja de algodón.

Reglas generales para tratar enfermedades de la piel

Aunque muchas enfermedades de la piel requieren tratamientos especiales, hay algunas curaciones generales que con frecuencia hacen provecho:

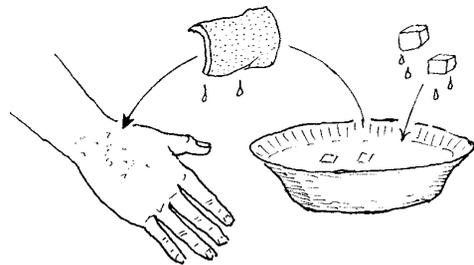
REGLA No. 1

Si la parte afectada de la piel está **caliente** y duele, o suelta pus, trátela con lienzos de agua **caliente** (*compresas calientes*).



REGLA No. 2

Si la parte afectada de la piel da comezón, arde o suelta un líquido claro, trátela con lienzos de agua **fría** (*compresas frías*).



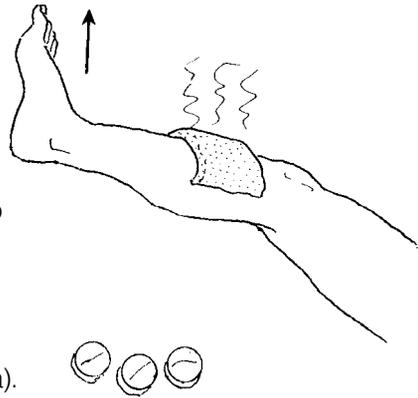
REGLA No. 1 (con más detalles)

Si la piel muestra señas de infección grave como:

- inflamación (la piel alrededor de las partes afectadas se pone roja u oscura)
- hinchazón
- dolor
- calor (se siente caliente)
- pus

Haga lo siguiente:

- ◆ Mantenga en reposo y en alto la parte afectada (póngala más arriba que el resto del cuerpo).
- ◆ Póngale lienzos de agua caliente.
- ◆ Si la infección es grave o la persona tiene calentura, dele antibióticos (penicilina, una sulfonamida o eritromicina).

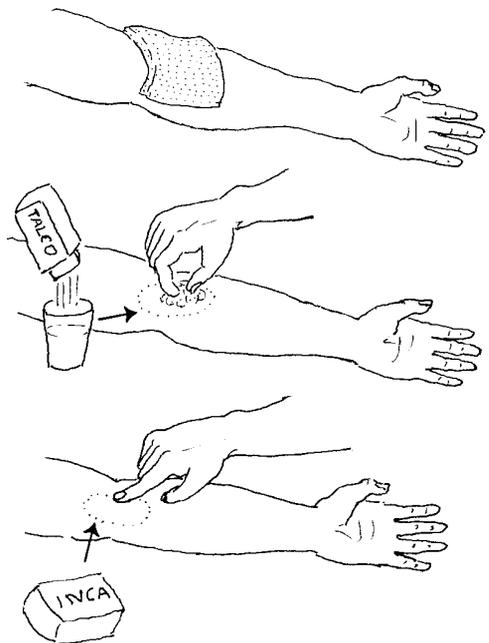


Las señas de peligro incluyen: nodos linfáticos hinchados (secas), una línea o raya colorada u oscura arriba de la parte infectada, o mal olor. Si estas señas no mejoran con el tratamiento, use un antibiótico y consiga ayuda médica rápido.

REGLA No. 2 (con más detalles)

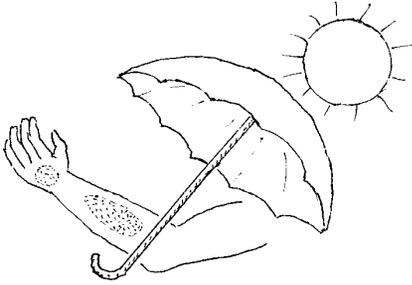
Si la piel afectada forma ampollas o una costra, lagrimea, da comezón o arde, haga lo siguiente:

- ◆ Póngale lienzos de agua fresca con vinagre blanco (2 cucharadas de vinagre en 1 litro de agua potable o hervida).
- ◆ Cuando el área afectada esté mejor, ya no lagrimee y haya formado nueva piel tierna, úntele ligeramente una mezcla de talco y agua (1 parte de talco por 1 parte de agua).
- ◆ Cuando ya esté aliviada y la piel nueva comience a ponerse dura o a formar escamas, úntele un poco de manteca vegetal o aceite para la piel para ablandarla.



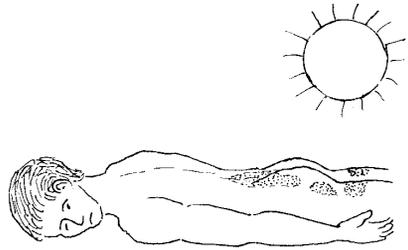
REGLA No. 3

Si las partes afectadas de la piel se encuentran en lugares del cuerpo donde les pega el sol, protéjalas del sol.



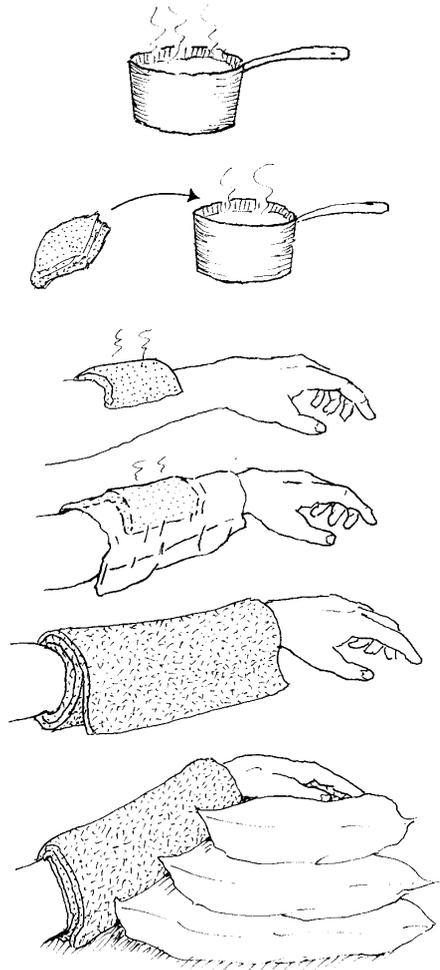
REGLA No. 4

Si las partes más afectadas de la piel se encuentran en lugares del cuerpo donde no les pega el sol, asoléelas durante 10 a 20 minutos, 2 ó 3 veces al día.

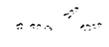
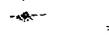
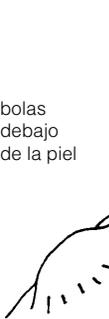


Instrucciones para poner lienzos calientes:

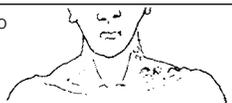
1. Hierva el agua y déjela enfriar lo suficiente para que no se queme al meter la mano.
2. Doble un trapo limpio hasta que quede un poco más grande que la parte que quiere curar. Métalo en el agua y exprímalo.
3. Ponga el lienzo sobre la parte afectada de la piel.
4. Cubra el trapo con un pedazo de plástico.
5. Envuélvalo con una toalla para conservar el calor.
6. Mantenga en alto la parte afectada.
7. Cuando se enfríe el lienzo, vuelva a meterlo en el agua caliente y haga otra vez lo mismo.



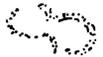
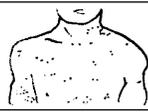
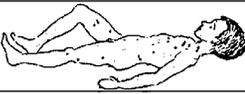
Enfermedades de la piel—una guía de identificación

| SI LA PIEL TIENE: | Y SE VE ASÍ: | POSIBLEMENTE TIENE | VEA PÁG. |
|---|--|--|--------------------------|
|  llagas pequeñas o como espinillas | Granitos o llagas con mucha comezón—primero entre los dedos, en las muñecas o en la cintura.  | sarna (guaguana) | 199 |
|  llagas irregulares con costras vidriosas y amarillentas. Se van esparciendo. | Granos o llagas con pus o inflamación, muchas veces por rascarse los piquetes de insectos. Pueden causar 'secas'.  | infección de bacterias | 201 |
|  Granos en la cara de la gente joven, a veces en el pecho y la espalda, a menudo con puntitos de pus. | Llagas irregulares con costras vidriosas y amarillentas. Se van esparciendo.  | impétigo (infección de bacterias) | 202 |
|  Una llaga en los genitales. | sin comezón o dolor  | sífilis o linfogranuloma venéreo | 237 238 |
| | con dolor y pus | chancro blando | 403 |
|  una llaga o úlcera grande | Una gran llaga crónica (que no sana) rodeada de piel morada—sobre o cerca de los tobillos de la gente mayor con várices.  | úlceras por mala circulación (posiblemente diabetes) | 213 127 |
| | Llagas sobre los huesos y coyunturas de gente muy enferma que no se levanta.  | llagas de presión o de cama | 214 |
| | Llagas con pérdida de sensibilidad en los pies o las manos. (No duelen aunque se les pinche con una aguja.)  | lepra | 191 |
| | Un grano y luego una llaga que no sana en cualquier parte del cuerpo o la cara.  | leishmaniasis | 406 |
|  bolas debajo de la piel | Un chichón doloroso y caliente que a la larga se puede reventar y soltar pus.  | absceso o nacido | 202 |
| | Una bola dolorosa y caliente en el seno (chichi) de una mujer que da pecho.  | mastitis (infección de bacterias), posiblemente cáncer | 278 279 |
| | Una bola que va creciendo. Al principio generalmente no duele.  | cáncer (vea también nodos linfáticos) | 279 88 |
| | Una o más bolas en la cabeza, cuello o parte de arriba del cuerpo (o parte central del cuerpo y muslos).  | ceguera del río (vea también nodos linfáticos) | 227 88 |

Una guía de identificación

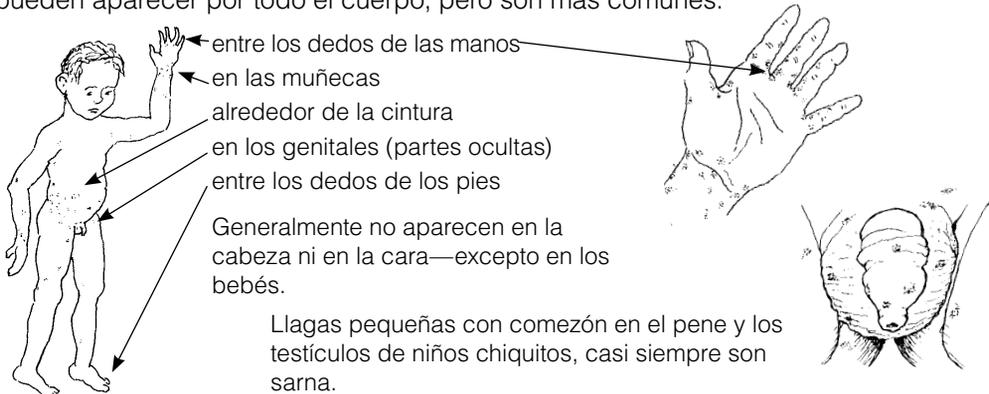
| SI LA PIEL TIENE: | Y SE VE ASÍ: | POSIBLEMENTE TIENE | VEA PÁG. |
|---|---|---|--------------------------|
| nodos linfáticos hinchados ('secas') | Bolitas a los lados del cuello que repetidamente se revientan y cicatrizan. | escrófula (un tipo de tuberculosis) | 212 |
|  |  | linfogranuloma venéreo | 238 |
| | | chancro blando | 403 |
| manchas grandes oscuras | Manchas oscuras en la frente y mejillas de mujeres embarazadas. | 'paño' o máscara del embarazo | 207 |
| | Áreas escamosas y agrietadas que parecen quemadas por el sol; en los brazos, piernas, cuello o cara. | pelagra (un tipo de desnutrición) | 208 209 |
| | Manchas oscuras en la piel o la boca que empiezan pequeñas y van creciendo. Se ven como moretones hinchados. No duelen. | Sarcoma de Kaposi (un cáncer relacionado con el VIH / SIDA) | 399 401 |
| | Manchas moradas o llagas peladas en los niños con los pies hinchados. | desnutrición | 208 209 |
| blancas | Manchas redondas o irregulares en la cara o el cuerpo, especialmente en niños. | tiña versicolor (infección de hongos) | 206 |
| | Manchas blancas, especialmente en las manos, los pies o los labios | pinta (infección) | 207 |
| coloradas | que empiezan con granos colorados o azules. | vitiligo o círcula (pérdida del color, nada más) | 207 |
| | que empiezan sin otras señas. | eczema | 216 |
| | Manchas coloradas o con ampollas en las mejillas o detrás de las rodillas y codos de niños chiquitos. | erisipela (celulitis o infecciones muy graves de bacterias) | 212 |
| | Una mancha colorada, caliente y dolorosa que se esparce rápidamente. | rozadura por orina o calor | 215 |
| | Un área colorada entre las piernas de los bebés. | moniliasis candidiasis (infección de hongos) | 232 242 |
| Manchas coloradas como carne, con 'cuajadas' blancas y lechosas en los pliegues de la piel. | psoriasis (o a veces tuberculosis) | 216 212 | |
| coloradas o grises | Manchas gruesas coloradas o grises, con escamas color de plata; sobre todo en los codos y las rodillas; son crónicas (duraderas). | | |

Una guía de identificación

| SI LA PIEL TIENE: | Y SE VE ASÍ: | POSIBLEMENTE TIENE | VEA PÁG. | |
|---|---|---|--|------------|
| | Verrugas sencillas, no muy grandes. |  | verrugas comunes (infección de virus) | 210 |
| verrugas o mezcquinos | Tumores como verrugas en el pene, la vagina o alrededor del ano. |  | verrugas genitales | 402 |
|  | Tumores abultados, como verrugas, en otras partes del cuerpo. | | frambesia tropical | 202 |
| | Verrugas grandes (de más de 1 cm), muchas veces en los brazos o pies. |  | un tipo de tuberculosis de la piel | 212 |
|  | Ruedas pequeñas que van creciendo o se esparcen. Pueden dar comezón. |  | tiña o jiotos (infección de hongos) | 205 |
| ruedas (manchas con bordes levantados o rojos, muchas veces limpias en el centro) | Círculos grandes con un borde grueso y sin comezón. |  | sífilis avanzada | 237 |
| | Ruedas grandes blancas o con color más claro, que se entumescen en el centro. (No se siente el piquete de una aguja). |  | lepra | 191 |
|  | Ruedas pequeñas, a veces con un hoyito en medio; en las sienes, la nariz o el cuello. |  | cáncer de la piel | 211 |
|  | Ronchas, granos o manchas con mucha comezón. (Pueden aparecer y desaparecer rápidamente.) |  | reacción alérgica | 203 |
| ampollas | Ampollas con granos y mucha comezón y lagrimeo. |  | dermatitis de contacto (por tocar algo, como zumaque venenoso) | 204 |
|  | Ampollitas por todo el cuerpo, con un poco de calentura. |  | viruela loca (varicela) | 311 |
|  | Un grupo de ampollas dolorosas que aparecen en una sola parte del cuerpo, muchas veces como una línea o mancha. |  | herpes zona (zoster) | 204 |
| | Un área gris o negra, que huele mal; con ampollas y bolsitas de aire que se esparcen. |  | gangrena gaseosa (infección muy grave de bacterias) | 213 |
| granitos colorados o salpullido por todo el cuerpo; calentura | En niños muy enfermos: salpullido que aparece por todo el cuerpo. |  | sarampión | 311 |
|  | Después de algunos días con calentura, aparecen unos puntitos rosados en el cuerpo; la persona está muy enferma. |  | fiebre tifoidea | 188 |

Sarna (guaguana, ‘el gusto’)

La sarna es más común en los niños. Produce granitos con mucha comezón que pueden aparecer por todo el cuerpo, pero son más comunes:



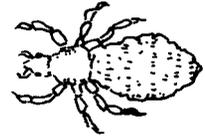
La sarna la causan unos animalitos como garrapatas chiquitas (niguas, güinas), que hacen túneles por debajo de la piel. Se pega por tocar la parte afectada o mediante la ropa y la ropa de cama. El rascarse puede causar una infección. Las señas son llagas con pus, y a veces nodos linfáticos hinchados o calentura. La primera vez que una persona se contagia con la sarna, las señas pueden demorar 2 a 6 semanas antes de que se presentan. Si una persona ha sufrido de sarna anteriormente, las señas se presentan en 1 a 4 días.

Tratamiento:

- ◆ Cuando una persona en la familia tiene sarna, hay que tratar a todos y también a los contactos sexuales.
- ◆ El aseo personal es importantísimo. Báñese y cámbiese diariamente.
- ◆ Córtese las uñas al ras para reducir el contagio y la infección.
- ◆ Lave toda la ropa, las sábanas y las cobijas, o mejor aún, hiérvalas. Cuélguelas en el sol para secar.
- ◆ Quite de la casa a todos los animales.
- ◆ Usa una pomada que contiene permetrina (*Elimite*, ver pág. 371). Lávese con fuerza todo el cuerpo usando jabón y agua caliente. Úntese la pomada por todo el cuerpo (excepto en la cara – a menos que esté afectada). Déjela durante 10 a 14 horas y después báñese bien. Después póngase ropa limpia y use sábanas y cobijas limpias. Repita el tratamiento después de 1 semana.
- ◆ No usa pomadas o soluciones hechos con el lindano. ¡El lindano es un veneno!
- ◆ Si no se puede conseguir permetrina, prueba crotamitón (*Eurax*), pero no para los niños menores de 3 años o las mujeres embarazadas.
- ◆ O mezcla de azufre en polvo y manteca o aceite para el cuerpo: 1 parte de azufre con 10 partes de manteca o aceite. No usa para niños menores de 1 año. Ponga por todo el cuerpo (menos en la cara) 3 veces al día durante 3 días. Deje de usar si se desarrolla un sarpullido u otra reacción alérgica (ver pág. 166).
- ◆ Si ningunos de los tratamientos sirven, dé 1 dosis de ivermectina y repítelo después de 10 a 14 días. Es el método mejor para una person con VIH.

Es posible que el comezón y las ronchas duren hasta 2 semanas después del tratamiento. Si siguen más tiempo, sea posible que la persona se reinfectó o que el tratamiento no sirvió. Si hay señas después de 2 semanas, repita el tratamiento o pruebe un método diferente. Se deben repetir los pasos de prevención también.

Piojos



Los piojos o 'ladillas' son más pequeños que la mitad de un grano de arroz y viven en el pelo de la cabeza, del cuerpo y del área púbica. Los piojos causan comezón y a veces infecciones de la piel y 'secas' (nodos linfáticos hinchados). Para evitar los piojos, cuide mucho su aseo personal. Lave seguido su ropa, sus sábanas y cobijas y cuélguelas en el sol. Báñese y lávese el cabello a menudo. Revise el pelo de los niños. Si tienen piojos, trátelos todos de inmediato y a la misma vez, porque si no los pasarán entre ellos repetidamente. No deje que un niño con piojos duerma con los demás.

Tratamiento:

Para piojos de la cabeza y ladillas: Normalmente se pueden quitar los piojos sin medicinas, restregándose bien el pelo con cualquier jabón o champú durante 10 minutos. Enjuague y peine cuidadosamente con un 'chino' (peine con los dientes muy juntos) para asegurar que quite todos los piojos y sus liendres (huevecillos). Repítalo cada día por 2 semanas.



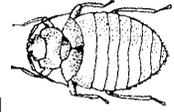
No usa champú que incluye el lindano. ¡El lindano es un veneno! Si su champú no funciona, hay champús especiales que contienen pireterina (*RID*) o permeterina (*Nix*) que tal vez le sirvan. Siga las indicaciones. Si los usa, protéjase los ojos, y esté atento a reacciones alérgicas. Evítelos si está embarazada o la persona con piojos tiene menos que 2 años.

Después de tratar a los piojos, también debe quitar las liendres porque si nacen, regresarán los piojos. Hay varios tratamientos y todos dependen en peinar cuidadosamente. Peinar cada día por 2 semanas para asegurar que todos los piojos y huevecillos se quitan. Prueba uno de los métodos siguientes:

- ◆ frote bien el pelo con aceite de olivo para que las liendres se aflojen y haga más eficaz eliminarlas al peinar. A algunas personas les gusta utilizar aceite de romero, eucalipto (¡puede ser caliente!) o árbol de té, sin embargo, a veces los aceites provocan reacciones alérgicas.
- ◆ empape el pelo con agua tibia y vinagre (1 parte de vinagre por 1 parte de agua) durante media hora. Luego peine bien el pelo con un 'chino'.

Para piojos del cuerpo: Durante 10 días, remójese diariamente todo el cuerpo en un baño de agua caliente. Después de cada baño, lávese todo el cuerpo con jabón y enjuáguese bien. Use un 'chino' en todos los lugares con pelos. Si es necesario, trate como la sarna. Mantenga limpia su ropa personal y de cama.

Chinches



Son insectos rastreros muy pequeños y planos. Se esconden en los colchones, la ropa de cama, los muebles y las paredes. Por lo general pican de noche. A menudo dejan piquetes en grupos o hileras.

Para eliminar chinches, lave la ropa de cama en agua hirviendo o póngala dentro de un horno (a 120°F/50°C) por al menos 20 minutos. Si puede encontrar diatomita o tierra de diatomeas (un pesticida natural), espárzala alrededor de la cama para prevenir que las chinches se trepen a la cama. También puede rociar los colchones, los marcos de la cama y el área en la cual usted duerme con una mezcla de 2 partes de agua, 2 partes de alcohol y 1 parte de jabón para platos. Rocíe por todas partes donde las chinches pueden esconderse y deje secar. Quizá tenga que rociar de nuevo unas cuantas veces durante 2 semanas. También podría utilizar piretrin o permetrin (ver Piojos, en la página previa).

Evite las chinches, aseoleando seguido la ropa de cama, los tapetes y los catres.

Garrapatas y niguas

Algunas infecciones peligrosas y ciertos tipos de parálisis se deben a los piquetes de garrapata. Pero estos problemas se pueden evitar quitando la garrapata pronto y con cuidado. Así que revísese bien todo el cuerpo después de caminar en lugares donde haya garrapatas.

Al quitar una garrapata que esté bien prendida, tenga cuidado de que la cabeza no quede debajo de la piel, pues puede causar una infección. Nunca jale el cuerpo de la garrapata.

Para quitar una garrapata con unas pinzas, agarre la garrapata tan cerca como pueda de la boca—la parte prendida a la piel. (Trate de no apretar su barriga hinchada). Jale la garrapata suave pero firmemente. No la toque. Quémela, o acérquele un fósforo prendido o póngale un poco de alcohol.



Para quitar garrapatas muy pequeñas o niguas, use uno de los remedios recomendados para la sarna (vea pág. 199). Para calmar la comezón o el dolor causado por los piquetes de garrapata o nigua, tome aspirina y siga las instrucciones para el tratamiento de la comezón en la pág. 203.

Para ayudar a evitar que las niguas y las garrapatas le piquen, échese polvo de azufre en el cuerpo antes de ir al campo o al bosque, sobre todo en los tobillos, las muñecas, la cintura y las arcas.

Llagas pequeñas con pus

Las infecciones de la piel en forma de llaguitas con pus, muchas veces vienen de rascarse con las uñas sucias los piquetes de insecto, la sarna u otras irritaciones.



Tratamiento y prevención:

- ◆ Lave bien las llagas con jabón y agua hervida y enfriada, quitando con cuidado las costras. Haga esto todos los días mientras haya pus.
- ◆ Deje destapadas las llagas pequeñas. Vende las llagas grandes y cambie seguido las vendas.

- ◆ Si la piel alrededor de una llaga está roja y caliente, o si la persona tiene calentura, rayas coloradas que salen de la llaga o nodos linfáticos hinchados, use un antibiótico—como pastillas de penicilina (pág. 351) o pastillas de sulfa (pág. 356).
- ◆ No se rasque. Eso empeora las llagas y puede pasar la infección a otras partes del cuerpo. A los niños chiquitos, córteles las uñas al ras. O póngales guantes o calcetines en las manos para que no se rasquen.
- ◆ Nunca deje que un niño con llagas o cualquier infección de la piel juegue o duerma con otros niños. Estas infecciones son muy pegadizas.

Impétigo

Ésta es una infección de bacterias que causa llagas que se esparcen rápidamente y forman costras vidriosas y amarillentas. Con frecuencia, a los niños les da en la cara, sobre todo alrededor de la boca. El impétigo se le puede pegar fácilmente a otras personas por medio de las llagas o dedos contaminados.



Tratamiento:

- ◆ Lave la parte afectada con jabón y agua hervida y enfriada, de 3 a 4 veces al día, y quite con cuidado las costras.
- ◆ Después de cada lavado, pinte las llagas con violeta de genciana (pág. 369) o únteles una pomada antibiótica que contenga bacitracina, como **Neosporín** o **Polisporín** (pág. 369).
- ◆ Si la infección está muy extendida o causa calentura, dé cloxacilina o dicloxacilina (pág. 350). Si la persona es alérgica a las medicinas de la familia de penicilinas o si estas medicinas no parecen ayudar, dé doxicilina (pág. 355) o cotrimoxazol (pág. 356).

Prevención:

- ◆ Siga los Consejos para el Aseo Personal (pág. 133). Bañe a los niños todos los días y protéjalos de las chinches y mosquitos. Si a un niño le da sarna, trátelo lo más pronto posible.
- ◆ No deje que un niño con impétigo duerma o juegue con otros niños. Empiece el tratamiento a la primera señal.

Frambesia tropical

La frambesia tropical es una infección bacteriana que al principio aparece como una verruga sin dolor, que se va agrandando y puede esparcirse un poco. Después de unos 6 meses, desaparece. Meses o años más tarde, reaparece, se esparce más y puede salir un líquido. Esto es cuando puede contagiar a otras personas. Estas señales también desaparecerán. Pero si no se le da tratamiento, después de 5 ó 10 años la infección de la frambesia puede esparcirse en todo el cuerpo, dañar a los huesos y coyunturas y causar otros problemas.

Tratamiento:

- ◆ Aunque la bacteria de la frambesia está relacionada con la sífilis, sólo se esparce por contacto físico, no por relaciones sexuales. La frambesia puede ser analizada usando el mismo examen y tratada con las mismas medicinas y dosis para la sífilis (ver págs. 237 y 238) o con azitromicina (ver pág. 354).

Nacidos y abscesos

Un nacido o absceso es una infección que forma una bolsa de pus debajo de la piel. Esto puede suceder cuando se infecta la raíz de un pelo. O puede resultar por una estacada o una inyección puesta con una aguja sucia. Un nacido duele mucho y la piel a su alrededor se pone colorada y caliente. Puede hacer que se hinchen los nodos linfáticos y causar calentura.



Tratamiento:

- ◆ Ponga compresas calientes sobre el nacido varias veces al día (vea pág. 195).
- ◆ Deje que el nacido se reviente solo. Después de que se reviente, siga poniendo compresas calientes. Deje que salga el pus, pero nunca aplaste o exprima el nacido, ya que esto puede esparcir la infección a otras partes del cuerpo.
- ◆ Si el absceso duele mucho y no se revienta después de 2 ó 3 días de compresas calientes, puede servir abrirlo con un corte para que salga el pus. Esto calmará rápidamente el dolor. Si es posible, consiga ayuda médica.
- ◆ Si el nacido causa 'secas' o calentura, tome la penicilina (pág. 351) o eritromicina (pág. 353). También sirve la dicloxacilina (pág. 350): toma 500 mg por boca, 4 veces al día por 7 días.

Ronchas con comezón (reacciones alérgicas de la piel)

El tocar, comer, inyectar o respirar ciertas cosas puede producir *ronchas* con comezón y otros trastornos en personas alérgicas. Para más información, vea Trastornos Alérgicos, página 166.

Las ronchas son gruesas y abultadas. Parecen picaduras de abejas y dan mucha comezón. Pueden aparecer y desaparecer de repente o pasarse de un lugar a otro.

Esté pendiente de cualquier reacción causada por una medicina, sobre todo las inyecciones de penicilina y los contravenenos o antitoxinas hechos de suero de caballo. Las ronchas pueden aparecer a los pocos minutos o hasta 10 días después de inyectar la medicina.



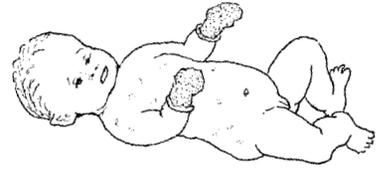
Si hay ronchas con comezón u otra reacción alérgica después de inyectar o tomar una medicina, deje de usar la medicina y no la vuelva a usar jamás en su vida. Esto es muy importante para evitar el peligro de CHOQUE ALÉRGICO, pág. 70.

Las medicinas utilizadas por las personas con el VIH pueden provocar un salpullido, sobre todo el cotrimoxazol (pág. 356) y la nevirapina (págs. 397 a 398). A veces se puede evitar el salpullido al empezar tomando una pequeña cantidad de medicina y aumentar la cantidad despacio hasta alcanzar la dosis completa.

Tratamiento para la comezón:

- ◆ Báñese con agua fresca o póngase lienzos de agua helada (trapos mojados en agua con hielo).
- ◆ Los lienzos frescos de agua de avena también calman la picazón. Cueza la avena, cuélela y use el agua cuando ya esté fría. (Se puede usar almidón en lugar de avena.)

- ◆ Si la comezón es muy fuerte, tome un antihistamínico como clorfeniramina (pág. 384).
- ◆ Para evitar que se rasque un niño chiquito que tiene ronchas o granos, córtele las uñas y póngale guantes o calcetines en las manos.



Plantas y otras cosas que producen comezón o ardor en la piel



Las ortigas, las 'plantas quemadoras', el zumaque, el tachinol y muchas otras plantas pueden causar ampollas, quemaduras o ronchas con comezón cuando tocan la piel. El 'jugo' o los alguates (pelos) de ciertos gusanos y otros insectos causan trastornos parecidos.

En las personas alérgicas, las ronchas dolorosas o llagas que lagrimean pueden ser causadas por ciertas cosas que uno toca o se pone en la piel. La goma o el hule de los zapatos, la correa de un reloj, los aretes y algunas medicinas, cremas, perfumes o jabones pueden causar tales trastornos.

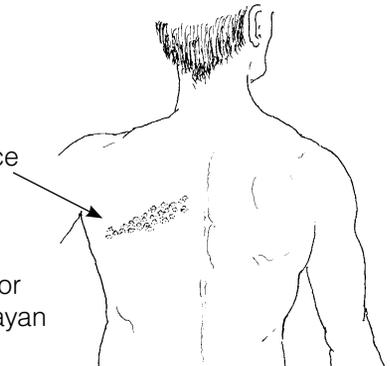
Tratamiento:

Todas estas irritaciones se alivian solas cuando la persona se deshace de la causa. Una pasta de avena y agua fresca ayuda a calmar la comezón. La aspirina o los antihistamínicos (pág. 383) también pueden ayudar. En casos graves, se puede usar una pomada que contenga cortisona o un corticoesteroide (vea pág. 369). Para evitar la infección, mantenga limpias las partes irritadas.

Herpes zona (zoster)

Señas:

Una raya o mancha de ampollas dolorosas que aparece de repente de un lado del cuerpo, probablemente es herpes zona. Es más común en la espalda, el pecho, el cuello o la cara. Las ampollas generalmente duran 2 ó 3 semanas y luego se)quitan solas. A veces el dolor sigue o vuelve mucho después de que las ampollas hayan desaparecido.



El herpes zona es causado por el virus que produce la viruela loca y generalmente afecta a personas que ya han padecido de esta enfermedad. No es peligroso, pero puede doler mucho. A veces es una seña de advertencia de algún otro problema más serio, quizá cáncer o infección del VIH (ver pág. 399).

Tratamiento:

- ◆ Ponga vendas livianas para evitar que la ropa roce la parte afectada.
- ◆ Tome aspirina para el dolor. El acyclovir puede ayudar a evitar que las ampollas del herpes se transmitan. (Los antibióticos no sirven.)

Infecciones de hongos (tiña, jiones, etc.)

Las infecciones de hongos pueden aparecer en cualquier parte del cuerpo, pero son más comunes en:



La mayoría de estas infecciones crecen en forma de ruedas y dan mucha comezón. La tiña de la cabeza puede producir ruedas con escamas (caspa) y pérdida del pelo. Las uñas infectadas con hongos se ponen muy gruesas y feas.

Tratamiento:

- ◆ Agua y jabón. Puede ser suficiente lavar la parte infectada con agua y jabón todos los días.
- ◆ Trate de mantener secas y expuestas al aire o al sol las partes afectadas. Cámbiese seguido la ropa interior y los calcetines, sobre todo cuando sude.
- ◆ Use una pomada de azufre (1 parte) y manteca (10 partes).
- ◆ Las pomadas y los polvos con ácido salicílico o undecilénico, o tolnaftato (*Tinactín*, pág. 369) ayudan a curar los hongos entre los dedos y en la ingle.
- ◆ Para la tiña avanzada de la cabeza, o cualquier infección de hongos que esté muy extendida o que no mejore con los tratamientos de arriba, tome griseofulvina, 1 gramo al día para adultos y medio gramo al día para niños (pág. 370). Para controlar por completo la infección, quizás sea necesario seguir tomando la medicina durante semanas o incluso meses. Las mujeres embarazadas no deben tomar griseofulvina.
- ◆ Muchas tiñas de la cabeza se curan cuando un niño llega a la pubertad (11 a 14 años de edad). Las infecciones graves que forman grandes manchas hinchadas con pus, se deben curar con lienzos de agua tibia (pág. 195). Es importante quitar todos los pelos de la parte infectada. Use griseofulvina, si es posible.



Cómo evitar las infecciones de hongos:

Los jotes y todas las otras infecciones de hongos son *contagiosas* (muy pegadizas). Para evitar que estas infecciones se pasen de un niño a otro:

- ◆ No deje que un niño con una infección de hongos duerma con otros.
- ◆ No deje que varios niños usen el mismo peine, ni la misma ropa o toalla, a menos que primero los lave o los limpie muy bien.
- ◆ Cure inmediatamente a un niño infectado.

Manchas blancas en la cara y el cuerpo

La **tiña versicolor** es una infección de hongos leve que causa manchitas oscuras o claras con un borde marcado e irregular, que muchas veces aparecen en el cuello, el pecho y la espalda. Las manchas pueden ser un poco escamosas, pero por lo general no dan comezón. No son de importancia.



Tratamiento:

- ◆ Haga una pomada con azufre y manteca (1 parte de azufre por 10 partes de manteca) y aplíquela diariamente en todo el cuerpo hasta que desaparezcan las manchas. O use una pomada contra hongos (pág. 369).
- ◆ El tiosulfato de sodio es más eficaz. Es el producto químico que usan los fotógrafos para revelar películas. Disuelva 1 cucharada de tiosulfato de sodio en 1 vaso de agua y úntelo por todo el cuello, los hombros y la espalda. Luego frote la piel con un algodón empapado en vinagre.
- ◆ Para que las manchas no vuelvan a aparecer, muchas veces es necesario repetir este tratamiento cada 15 días.
- ◆ El sulfuro de selenio (pág. 370) o la pomada de Whitfield también pueden servir.



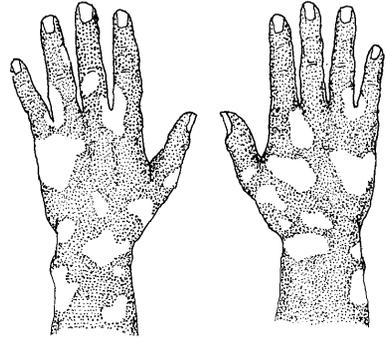
Hay **otra clase de manchita blancuzca** que es común en las mejillas de niños morenos que pasan mucho tiempo en el sol. El borde es menos marcado que en la tiña versicolor. Estas manchas no son una infección y no tienen importancia. Generalmente se quitan cuando el niño crece. Evite los jabones fuertes y úntese aceite. No se necesita ningún otro tratamiento.

Al contrario de lo que dice la gente, ninguno de estos tipos de manchas blancas son una señal de anemia. No se quitan con tónicos ni vitaminas. Las manchas que están sólo en las mejillas no necesitan ningún tratamiento.

CUIDADO: A veces las manchas pálidas son una de las primeras señales de la lepra (vea pág. 191). Las manchas de lepra nunca son completamente blancas y pueden tener **menos sensibilidad** cuando se les pincha con un alfiler. Si la lepra es común en su región, consiga que un trabajador de la salud examine al niño.

VITÍLIGO, CIRICUA O JIRICUA (ÁREAS BLANCAS DE LA PIEL)

En algunas personas, ciertas áreas de la piel pierden su color natural (pigmento). Luego aparecen manchas blancas, que son más comunes en las manos, los pies, la cara, el cuello, los hombros, el pecho y la espalda. Esta pérdida del color natural de la piel—llamada vitíligo—no es una enfermedad. Es parecida al pelo blanco de la gente mayor. Ningún tratamiento sirve y tampoco es necesario, pero las manchas blancas se deben proteger de las quemaduras de sol—con ropa o una pomada de óxido de zinc. Además, hay cremas especiales que tiñen la piel y pueden hacer que las manchas se noten menos.



OTRAS CAUSAS DE MANCHAS BLANCAS EN LA PIEL

Ciertas enfermedades pueden causar manchas blancas que se parecen al vitíligo. En Latinoamérica, una enfermedad infecciosa llamada **pinta** o **mal de pinto** comienza con granitos azulados o rojos y después deja manchas pálidas o blancas.

La pinta se cura con 2,4 millones de unidades de penicilina benzatínica inyectada en las nalgas (1,2 millones de unidades en cada nalga). Para una persona alérgica a la penicilina, dé tetraciclina o eritromicina, 500 mg, 4 veces al día durante 15 días.

Algunas infecciones de hongos también causan manchas blanquecinas (vea tiña versicolor, en la página anterior).

Si un niño pierde parte o todo el color de la piel y del pelo, puede ser que tenga desnutrición grave (kwashiorkor, pág. 113; o pelagra, pág. 208).



Máscara del embarazo (pañó)

Durante el embarazo, a muchas mujeres les salen manchas oscuras en la piel de la cara, los senos y por en medio de la panza. A veces las manchas desaparecen después del parto, y otras veces no. Estas marcas también aparecen a veces en mujeres que están tomando pastillas anticonceptivas.

Estas manchas son completamente normales y no son señas de debilidad ni enfermedad. No se necesita ningún tratamiento.

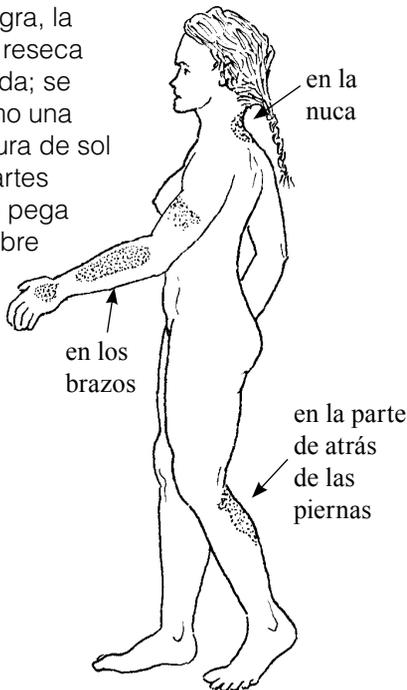


Pelagra y otros problemas de la piel debidos a desnutrición

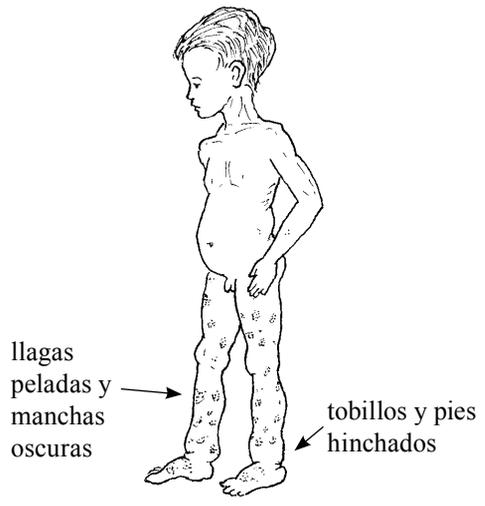
La pelagra es un tipo de desnutrición que afecta la piel y a veces los sistemas digestivo y nervioso. A veces se encuentra en lugares donde la gente come mucho maíz u otros alimentos con almidón y no come suficientes frijoles, carne, pescado, huevos, verduras y otras comidas que forman el cuerpo y protegen la salud (vea pág. 110).

Señas (vea las fotos en la página siguiente):

En los adultos con pelagra, la piel está reseca y agrietada; se pela como una quemadura de sol en las partes donde le pega el sol, sobre todo:



En los niños desnutridos, la piel de las piernas (y a veces de los brazos) puede tener manchas oscuras, como moretones o incluso llagas peladas; los tobillos y los pies pueden estar hinchados (vea pág. 113).



Cuando existen estas condiciones, casi siempre hay otras señas de desnutrición: barriga hinchada, boquillas, lengua roja y dolorosa, debilidad, no tiene ganas de comer, no sube de peso normalmente, etc. (vea Capítulo 11, págs. 112 y 113).

Tratamiento:

- ◆ El comer alimentos nutritivos cura la pelagra. La persona debe tratar de comer todos los días frijoles, lentejas, cacahuates (maní) o algo de pollo, pescado, huevos, carne o queso. Cuando sea posible, también es mejor usar trigo (de preferencia integral) en lugar de maíz.
- ◆ Para la pelagra avanzada y algunas otras formas de desnutrición, quizás haga provecho tomar vitaminas, pero **es aún más importante comer bien**. Asegúrese de que las pastillas o el tónico que vaya a tomar tengan bastantes vitaminas B, sobre todo niacina. La levadura de cerveza es una buena fuente de vitaminas B.

ANTES DE COMER BIEN



Las manchas e hinchazón de los pies de este niño se deben a la mala alimentación. Comía solamente tortillas de maíz, sin comidas ricas en proteínas y vitaminas.

DESPUÉS DE COMER BIEN



A los 8 días de empezar a comer frijoles y huevos con las tortillas, se le deshincharon los pies y las manchas casi desaparecieron.

POR NO COMER BIEN



La piel 'tostada' en las piernas de esta mujer es una seña de pelagra, que resulta por no comer bien (vea pág. 208).

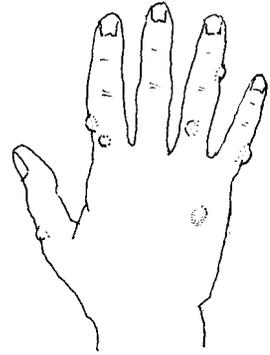
POR INFECCIÓN



Las manchas blancas en las piernas de esta mujer se deben al mal de pinto, una enfermedad infecciosa (vea pág. 207).

Verrugas (‘mezquinos’)

La mayoría de las verrugas, sobre todo en los niños, duran de 3 a 5 años y desaparecen solas. Las verrugas son causadas por el virus HPV y pueden pasarse de una parte del cuerpo a otra, y entre las personas. Las manchas como verrugas planas y dolorosas en la planta del pie, muchas veces son ‘verrugas plantares’ (‘ojos de pescado’). O pueden ser callos. Vea abajo.



Tratamiento:

- ◆ No use ácidos fuertes o plantas venenosas para tratar las verrugas, ya que éstas pueden causar quemaduras o llagas que son peores que las verrugas mismas.
- ◆ Un trabajador de la salud a veces puede quitar las verrugas plantares dolorosas.
- ◆ Para las verrugas en el pene o la vagina o cerca del ano, vea la pág. 402.

Prevención:

- ◆ Usar zapatos y lavarse las manos y las toallas frecuentemente.

Callos

Un callo es una parte dura y gruesa de la piel. Se forma donde los huaraches o zapatos aprietan el pie o donde un dedo aplasta a otro. Los callos pueden doler mucho.

Tratamiento:

- ◆ Consiga huaraches o zapatos que no le lastimen los callos.
- ◆ Para que no le duelan tanto, haga lo siguiente:

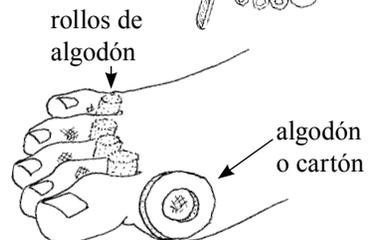
1. Remoje el pie en agua tibia por 15 minutos.



2. Con una lima o escofina, talle el callo hasta que quede delgado.

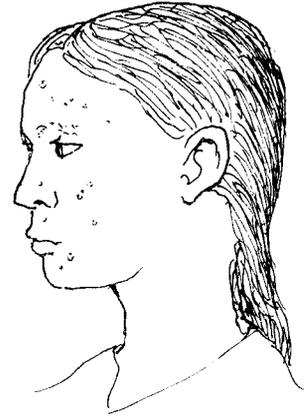


3. Acolchone el área alrededor del callo para que éste no presione contra el zapato u otro dedo. Envuelva el pie o dedo en un trapo suave para hacer una almohadilla gruesa y haga un hoyo alrededor del callo.



Barros y espinillas (acné)

A los jóvenes a veces les salen barros y espinillas en la cara, pecho o espalda—sobre todo si su piel produce demasiada grasa. Los **barros** y las **espinillas** son granos pequeños que forman cabecitas blancas de pus o cabezas negras de mugre. A veces son muy dolorosos y grandes.

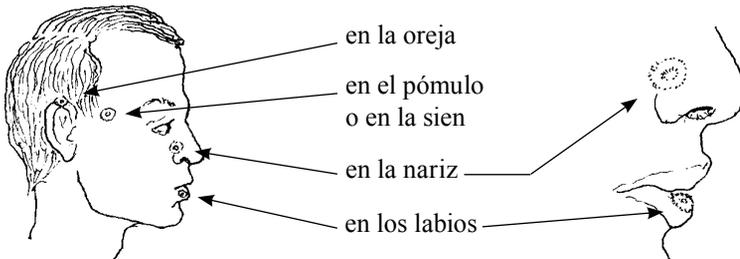


Tratamiento:

- ◆ Lávese la cara 2 veces al día con jabón y agua caliente.
- ◆ Lávese el pelo cada 2 días, si es posible.
- ◆ El sol hace provecho. Deje que el sol le dé en las partes afectadas del cuerpo.
- ◆ Coma lo mejor que pueda, tome mucha agua y duerma lo suficiente.
- ◆ No use lociones para la piel o el pelo que sean grasosas.
- ◆ Antes de acostarse, póngase en la cara una mezcla de alcohol con un poco de azufre (10 partes de alcohol por 1 parte de azufre).
- ◆ Para casos graves que forman granos y bolsitas de pus, si éstos no mejoran con los métodos ya descritos, la tetraciclina puede servir. Tome 1 cápsula 4 veces al día durante 3 días, y después 2 cápsulas al día. Quizás sea necesario tomar 1 ó 2 cápsulas diarias durante meses.

Cáncer de la piel

El cáncer de la piel es más frecuente en personas güeras (más blancas) que pasan mucho tiempo en el sol. Generalmente aparece en las partes donde les pega más fuerte el sol, sobre todo:



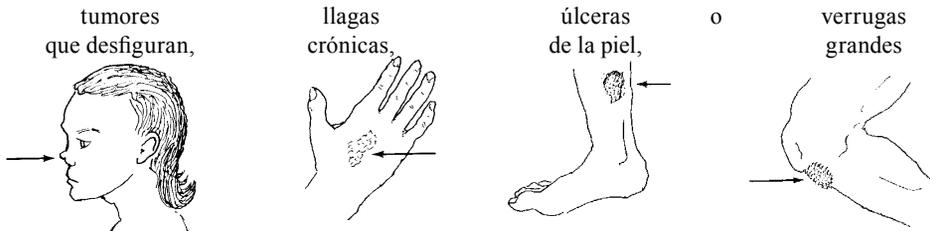
El cáncer de la piel puede tener muchas formas. Generalmente comienza como una ruedita de color perla con un hoyito en medio. Va creciendo poco a poco.

La mayoría de los cánceres de la piel no son peligrosos si se curan a tiempo. Todos necesitan ser operados. Si usted tiene una llaga crónica que pudiera ser cáncer de la piel, consulte a un trabajador de la salud.

Para evitar el cáncer de la piel, la gente muy blanca debe protegerse del sol y usar siempre un sombrero. Las personas que han padecido de cáncer de la piel y tienen que trabajar en el sol, pueden comprar pomadas especiales para protegerse. La pomada de óxido de zinc es barata y sirve bien.

Tuberculosis de la piel y escrófula

El mismo microbio que causa la tuberculosis de los pulmones, a veces también afecta la piel y produce los siguientes problemas sin dolor:



Por regla general, la tuberculosis de la piel aparece lentamente, dura mucho tiempo y sigue saliendo durante meses o años.

Además, la tuberculosis a veces infecta los nodos linfáticos—con más frecuencia los del cuello o el área detrás de la clavícula, entre el cuello y el hombro. Los nodos se hinchan, se abren, sueltan pus, cicatrizan por un tiempo y luego vuelven a abrirse y a soltar pus. Generalmente **no duelen**.

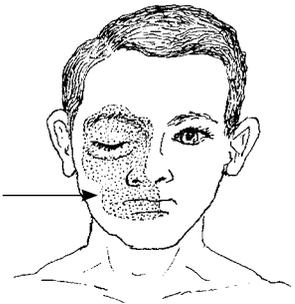


Tratamiento:

En caso de cualquier llaga, úlcera o secas crónicas, es mejor buscar ayuda médica. Quizás sea necesario hacer análisis para hallar la causa. La tuberculosis de la piel se cura de la misma manera que la tuberculosis de los pulmones (vea pág. 180). Para que no vuelva la infección, hay que seguir tomando las medicinas durante muchos meses después de que la piel se vea bien.

Erisipela y celulitis

La **erisipela** (o fuego sacro) es una infección aguda (repentina) muy dolorosa de la piel. Forma una mancha caliente, muy roja e hinchada, con un borde marcado. La mancha se extiende rápidamente por la piel. Muchas veces comienza en la cara, en la orilla de la nariz. La erisipela por lo general produce secas, calentura y escalofríos.



La **celulitis** también es una infección aguda y muy dolorosa de la piel, que puede aparecer en cualquier parte del cuerpo. Generalmente se produce después de un desgarro en la piel. La infección es más profunda y los bordes de la mancha son menos marcados que en la erisipela.

Tratamiento:

Para ambos problemas, comience el tratamiento lo más pronto posible. Use un antibiótico—pastillas de penicilina: 400.000 unidades, 4 veces al día; en casos graves, inyecte penicilina procaína: 800.000 unidades diarias (vea pág. 352). Siga usando el antibiótico durante 2 días después de que se quite toda señal de infección. También ponga lienzos calientes y tome aspirina para el dolor.

Gangrena (gangrena gaseosa, cangrena)

Ésta es una infección muy peligrosa de una herida, en que se forma un líquido apesotado de color café o gris. La piel alrededor de la herida puede tener ampollas oscuras y la carne bombitas de aire. La infección comienza entre 6 horas y 3 días después de que sucede la herida. Empeora y se extiende rápidamente. Sin tratamiento, causa la muerte en pocos días.

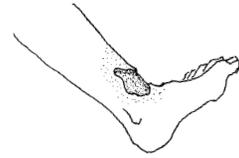


Tratamiento:

- ◆ Abra la herida lo más que pueda. Lávela con jabón y agua hervida y enfriada. Quite la carne muerta y dañada. Si es posible, riegue la herida con agua oxigenada cada 2 horas.
- ◆ Inyecte penicilina (cristalina, si es posible): 1 millón de unidades cada 3 horas.
- ◆ **Deje la herida destapada para que le entre aire. Consiga ayuda médica.**

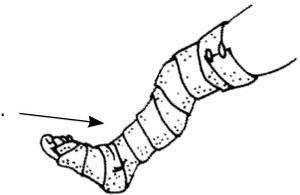
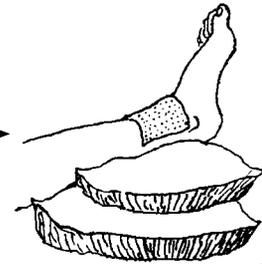
Úlceras de la piel por mala circulación

Las úlceras de la piel, o llagas grandes, tienen muchas causas (vea pág. 20). Sin embargo, las úlceras crónicas en los tobillos de personas mayores, sobre todo en mujeres con várices (venas varicosas), por lo general se deben a la mala circulación (la sangre no corre bien por las piernas). Tales úlceras pueden llegar a ser muy grandes. La piel alrededor de la úlcera es de color azul oscuro, brillante y muy delgada. Muchas veces el pie se hincha.



Tratamiento:

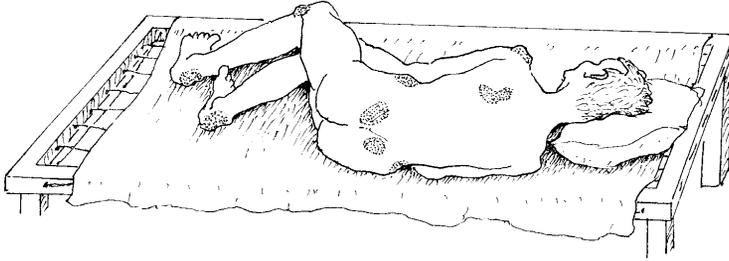
- ◆ Estas úlceras se curan muy despacio—y sólo si se tienen cuidados especiales. Lo más importante es **mantener el pie en alto** tan seguido como pueda. Duerma con el pie sobre almohadas. Durante el día, descansa con el pie en alto cada 15 ó 20 minutos. **Hace provecho caminar, pero hace daño quedarse parado o sentado con el pie colgando.**
- ◆ Ponga lienzos de agua tibia con sal sobre la úlcera: 1 cucharadita de sal en 1 litro de agua hervida. Tape la úlcera con una gasa estéril o un trapo limpio. **Manténgala limpia.**
- ◆ Use vendas o medias elásticas para apretar las várices. Siga usándolas y manteniendo el pie en alto después de que se alivie la úlcera. Tenga mucho cuidado de no rascar o dañar la cicatriz delicada.
- ◆ El curar las úlceras con miel o azúcar puede ayudar (vea. pág. 214).



Evite las úlceras de la piel: cure las várices a tiempo (vea pág. 175).

Llagas de presión o de cama

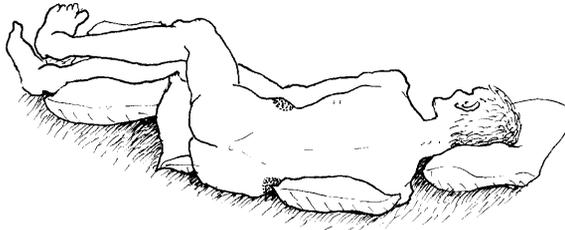
Estas llagas crónicas (también llamadas úlceras de decúbito) les salen a personas que están tan enfermas que no pueden darse vuelta en la cama, sobre todo a ancianos enfermos que están muy flacos y débiles. Las llagas salen en las partes huesudas del cuerpo donde la piel se aplasta contra los tendidos. Dan con más frecuencia en las nalgas, la espalda, los hombros, los codos y los pies.



Para más información sobre las llagas de presión, vea *El niño campesino deshabilitado*, Capítulo 24, o *Un manual de salud para mujeres con discapacidad*, páginas 114 a 117.

Cómo evitar las llagas de presión:

- ◆ Voltee al enfermo cada hora: boca arriba, boca abajo y de los dos lados.
- ◆ Báñelo todos los días y úntele aceite para bebés en el cuerpo.
- ◆ Use sábanas y colchonetas suaves. Cámbielas todos los días y cada vez que se ensucien con orina, excremento, vómito, etc.
- ◆ Acojine las partes huesudas de modo que no se tallen mucho.



- ◆ Alimente al enfermo lo mejor que pueda. Si no come bien, las vitaminas y el hierro tomado pueden ayudar (vea pág. 118).
- ◆ Si un niño tiene una enfermedad crónica grave, su madre debe cargarlo en brazos o sobre sus rodillas varias veces al día.

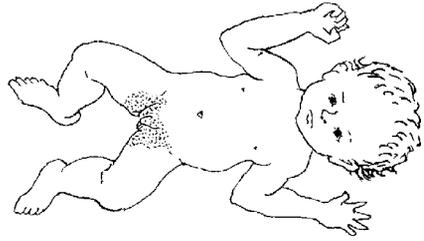
Tratamiento:

- ◆ Haga todo lo que se indica arriba.
- ◆ Lave las llagas 3 veces al día con agua hervida y enfriada, mezclada con un jabón suave. Quite suavemente la carne muerta. Enjuague bien las llagas con agua hervida y enfriada.
- ◆ Para combatir la infección y acelerar la cicatrización, llene la llaga con miel, azúcar o melaza. (Una pasta hecha con miel y azúcar es más fácil de usar.) Es importante limpiar y rellenar la llaga por lo menos 2 veces al día. Si la miel o el azúcar se aguada demasiado con el líquido de la llaga, alimentará a los gérmenes en vez de matarlos.

Enfermedades de la piel en niños

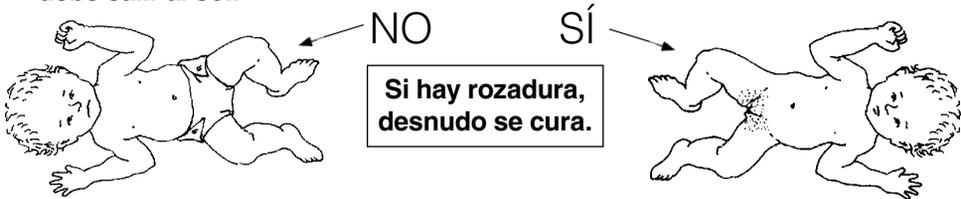
ROZADURA O COCEDURA (PIEL ROJA)

La orina en los pañales o en la ropa de cama de un bebé puede hacer que la piel entre las piernas o las nalgas se le ponga rojiza e irritada. Eso es la rozadura.



Tratamiento:

- ◆ Bañe al niño todos los días con agua tibia y un jabón suave. Séquelo muy bien.
- ◆ **Para evitar o curar la rozadura, el niño debe estar desnudo, sin pañales y debe salir al sol.**



- ◆ Si usa pañales, cámbieselos seguido. Después de lavar los pañales, enjuáguelos en agua con un poco de vinagre.
- ◆ Es mejor no usar talco, pero si lo hace, espere hasta que la rozadura se cure.

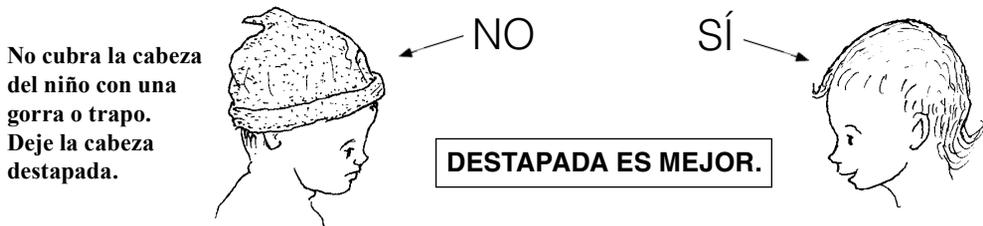
SEBORREA (CASPA)

La seborrea o caspa son costras o escamas grasosas, blancas a amarillentas, que se forman en parches en el cuero cabelludo, pero también en las mejillas, frente, cejas, nariz y orejas. Muchas veces, la piel está roja e irritada. Por lo general, en los bebés la seborrea resulta por no lavarle seguido la cabeza o por ponerle gorras. También es un problema común para las personas con el VIH.



Tratamiento:

- ◆ Lave la cabeza todos los días. Un jabón medicinal puede ayudar, pero usualmente un jabon normal y agua funcionan (vea pág. 368).
- ◆ Quite suavemente toda la caspa y costras. Para aflojarlas, primero envuelva la cabeza con toallas mojadas en agua tibia.
- ◆ Deje la cabeza **destapada**, para que le dé el aire y el sol.



- ◆ Si hay señas de infección, trátelas como impétigo (vea pág. 202).

Eczema (manchas rojas con ampollitas)

Señas:

- En niños chiquitos: se forma una mancha o un salpullido rojo en las mejillas o a veces en los brazos y las manos. El salpullido consiste de pequeñas llagas o ampollitas que supuran o lagrimean (se revientan y sueltan líquido).
- En niños mayores y adultos: el eczema es generalmente más seco y se encuentra con más frecuencia atrás de las rodillas y del lado de adentro de los codos.
- No comienza como una infección, sino que es más como una reacción alérgica.
- En personas de piel clara, la piel puede aparecer roja y volverse café. En personas de piel oscura, la piel puede aclararse o oscurecerse.



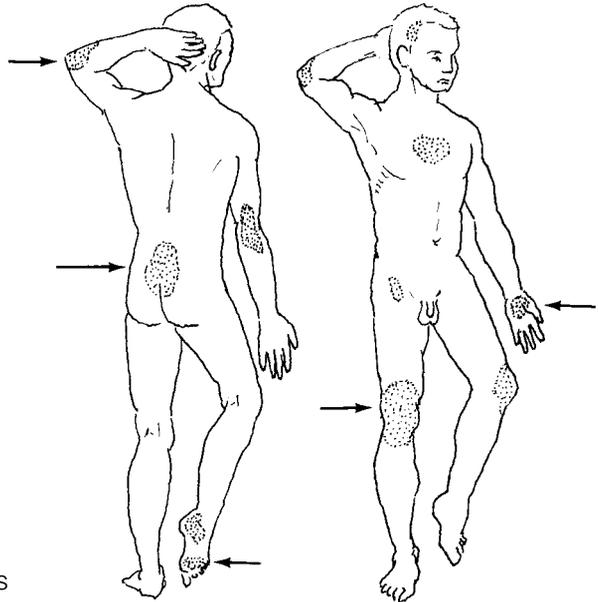
Tratamiento:

- ♦ Ponga lienzos de agua helada sobre el salpullido.
- ♦ Si aparecen señas de infección (pág. 88), trátelas como impétigo (pág. 202).
- ♦ Deje que el sol le dé en las manchas.
- ♦ En casos difíciles, use una pomada con cortisona o corticoesteroides (vea pág. 369). El alquitrán de hulla también puede servir. Consiga ayuda médica.

Psoriasis

Señas:

- Manchas gruesas y ásperas de piel rojiza o gris azulada, cubierta con escamas blancuzcas o plateadas. Las manchas aparecen con más frecuencia en las partes indicadas en los dibujos.
- Esta condición generalmente dura mucho tiempo o sigue volviendo. No es una infección y no es peligrosa.



Tratamiento:

- ♦ Los baños de sol muchas veces hacen provecho.
- ♦ Los baños en el mar a veces ayudan.
- ♦ Consiga ayuda médica. El tratamiento se debe continuar por mucho tiempo.