

Enfermedades inflamatorias



Miliaria (Sudamina)

Importante

- **Mantenga al bebé fresco durante las épocas de calor**
- **Evite la ropa ceñida**
- **Evite usar un exceso de crema humectante**
- **Cambie los pañales con frecuencia**
- **Evite las bombachitas de plástico con cintura elástica apretada**
- **Evite el jabón si la piel se inflama**

¿Qué es?

La miliaria es un problema común de los bebés de uno a dos meses de edad. La causa un bloqueo de los poros, que son las pequeñas aberturas de las glándulas sudoríparas en la piel. Suele ser peor cuando hace calor o si el bebé tiene demasiado calor. Puede presentarse en diversas formas: la forma más leve aparece como ampollas diminutas que se rompen fácilmente y forman costras finas. Una forma más aguda puede causar puntos rojos que pican con pequeñas ampollas que pueden picar o arder con el calor. Los puntos duran unos pocos días pero pueden volver a aparecer.

¿En qué parte del cuerpo se produce?

La miliaria se manifiesta comúnmente en la frente, las mejillas, los párpados y a veces en la nariz. Además puede ocurrir en las áreas en que la ropa (como por ejemplo el elástico alrededor de la cintura) obstruye las glándulas sudoríparas.

¿Cuál es la causa?

En los primeros meses de vida, las glándulas sudoríparas del bebé pueden bloquearse muy fácilmente, lo que causa diversas formas de miliaria. El uso de mucha crema humectante o de ropa ceñida puede ocluir los poros. Los jabones y detergentes pueden empeorar el problema. En algunos casos la causa puede ser una infección originada por una levadura.

¿Cómo se previene?

Es importante mantener al bebé fresco cuando hace calor. Examine los pañales con frecuencia y cámbielos cuando estén mojados. Evite el uso de bombachitas de plástico con elástico ajustado. Si usa cremas humectantes, aplique una capa fina y no muy seguido. Durante los meses de calor evite usar crema humectante espesa. Lave la piel con agua tibia y sin jabón para evitar mayor irritación.

Spanish – Miliaria (Sweat/Heat Rash)

¿Cuál es el tratamiento?

Las formas leves de miliaria no necesitan tratamiento y desaparecen con el tiempo si el bebé se mantiene fresco y sólo se usa una crema humectante suave. En algunos casos puede ser necesario usar una crema suave con cortisona recetada por el médico, para aliviar la picazón si la piel está inflamada. También es posible que le recete una crema anti-levadura.

Mayor información

Su enfermero/a materno-infantil.

Su farmacéutico/a.

Su médico/a.

Un/a dermatólogo/a.

© 2002, Department of Dermatology, St. Vincent's Hospital Melbourne, Victoria Parade, Fitzroy, Victoria 3065 Australia.