



Como evitar que recurra una infección por hongos

Qué es

La infección vaginal causada por hongos se conoce también como candidiasis o moniliasis vaginal. Suele ser causada por un hongo llamado *Candida albicans*. Este hongo existe normalmente en la piel, la boca, los intestinos y la vagina sin causar síntomas. Sin embargo, en ocasiones aumenta la cantidad de hongos y causa prurito, ardor, irritación, y sensación de inflamación.

Además, las pacientes observan una secreción blanquecina que sale a través de la vagina, la cual puede ser espesa o aglutinarse como el queso cottage. Su olor no es desagradable.

Mientras que la mayoría de las mujeres experimentan por lo menos una infección causada por hongos en el transcurso de su vida, padecen infecciones repetidas. Algunos factores predisponen a las mujeres a padecer infecciones por hongos: entre ellos están los siguientes:

- Diabetes.
- Obesidad.
- Embarazo.
- Uso de antibióticos, anticonceptivos orales o corticosteroides.

Cómo se trata

En la mayor parte de los casos, una infección por hongos se trata por medio de cremas u óvulos que se introducen en la vagina. Es posible prescribir un tratamiento para uno o para siete días. En ocasiones, su médico le prescribirá un medicamento por vía oral.

Si usted compra un producto cuando se encuentra lejos de casa, consulte a su médico cuando regrese. De este modo, usted sabrá si la infección ha desaparecido y si usó el tratamiento correcto. Además, el médico deberá examinarla si los síntomas persisten o empeoran después de que usted se automedica.

Haciendo caso omiso de los medicamentos que emplee, siga las instrucciones cuidadosamente.

Termine siempre el tratamiento, a menos que el médico le indique lo contrario, ya que es posible que los síntomas mejoren antes de que la infección haya desaparecido. Mas si usted deja de usar los medicamentos muy pronto, puede ser que los síntomas vuelvan a aparecer.

Evite las relaciones sexuales durante el tratamiento porque es posible que los síntomas empeoren. Aunque las infecciones causadas por hongos no suelen transmitirse por contacto sexual, puede ser que su compañero sexual contraiga infecciones causadas por hongos. El deberá consultar al médico si experimenta comezón o irritación en sus genitales.

Hable con confianza con su médico, una enfermera o un farmacéutico. Cualquiera de ellos le proporcionará la información que necesite.

A continuación se señalan algunas recomendaciones para evitar las infecciones vaginales causadas por hongos:

- Mantenga la región vaginal seca. Los hongos proliferan en la humedad. No pase mucho tiempo dentro de tinas con agua caliente. Además, no permanezca mucho tiempo con un traje de baño mojado. Séquese muy bien después de bañarse.
- No use ropa apretada. La ropa de algodón absorbe mejor la humedad que la ropa interior fabricada con otras telas. Le ayudará a mantenerse seca.
- Después de una evacuación, asee la región de adelante hacia atrás para no transferir hongos a la vagina. Por la misma razón, usted no deberá practicar el coito vaginal después del coito anal. Si lo hace, pida a su compañero que lave bien sus genitales y que use un nuevo condón entre los actos.
- Utilice jabones suaves y papel sanitario y toallas sanitarias sin perfume. Enjuague dos veces la ropa interior después de lavarla con detergente. Los jabones ásperos y los perfumes irritan fácilmente la vagina.

"Advertencia: Educación Médica Continua, S.A de C.V., no asume ninguna responsabilidad por las consecuencias que genere el uso de esta información."

Esta información de ninguna manera sustituye una consulta médica formal.
Consulte a su médico.