



## Infecciones por Tiña: Pie de Atleta, Tiña Inguinal y Tiña

### ¿Qué es tiña?

La tiña es causada por un hongo el cual crece en la piel, pelo y uñas. Al crecer, este se propaga en un círculo, dejando piel normal en el medio. Esto lo hace lucir como un anillo.

En la orilla del anillo, la piel es elevada por la irritación y se asemeja a un sarpullido rojizo y escamoso. En algunas personas, la infección tiene la apariencia de un gusano debajo de la piel. Debido a la apariencia, la infección de tiña es normalmente llamada “ringworm” (en inglés). Pero realmente no existe un gusano debajo de la piel.

### ¿Cómo adquirí la tiña?

Usted puede adquirir una infección micótica por medio del contacto con una persona o el medio ambiente. Algunos hongos viven en las superficies húmedas, como los pisos de las duchas o vestuarios. Puede que usted hasta adquiera la infección micótica por medio de sus mascotas. Perros y gatos, al igual que los animales de granja, pueden ser infectados con un hongo. En muchos casos la infección se asemeja a un parcho de piel donde no haya pelaje (sarna).

### ¿Cuáles son las áreas del cuerpo propensas a ser afectadas por infecciones de tiña?

Las infecciones de hongo poseen un nombre dependiendo del área del cuerpo que infecten. Tiña corporal es una infección de hongo en la piel del cuerpo. Si tiene esta infección, usted podría ver pequeños y rojizos manchas las cuales crecen a anillos grandes casi en todas partes de los brazos, piernas y el pecho.

Tiña del pie es lo que usualmente se le llama el “pie de atleta”. La piel húmeda entre los dedos del pie es el lugar perfecto para un hongo crecer. La piel puede tornarse rojiza y con comezón, con una superficie blancuzca y húmeda. La infección podría propagarse a los dedos de los pies. Esto se conoce como tiña ungueal. Aquí, hace que las uñas del pie se vuelvan gruesas Y se descamen con facilidad. También se le podría propagar a las manos y las uñas de los dedos de las manos.

Cuando el hongo crece en áreas húmedas y cálidas de la ingle, el sarpullido se llama crural. El nombre común para esta infección es “jock itch (en inglés). La tiña crural ocurre generalmente en los hombres.

La tiña del cuero cabelludo, llamada en inglés “ringworm”, causa áreas rojizas con comezón, usualmente en la cabeza. El pelo es destruido, dejando áreas calvas. Esta infección de tiña es más común en los niños.

### ¿Cómo sabré si tengo una infección de hongos?

La mejor forma para asegurarse es preguntándole a su proveedor médico. Otros problemas de la piel pueden parecerse a una infección de hongos pero necesitarán un tratamiento diferente. Para poder saber que está causando el sarpullido, su proveedor podría raspar una pequeña cantidad de piel irritada a un portaobjetos de cristal (o cortar un pedazo de uña o pelo). Luego el o ella observará la piel, uña o pello bajo un microscopio. Una vez hecho su proveedor usualmente podrá informarle si su problema de la piel es causado por un hongo. Algunas veces un pedazo de piel, pelo o uña serán enviados al laboratorio para crecer el hongo en un tubo de ensayo.

### ¿Cómo combatir la infección de tiña?

Una vez su proveedor de cuidados de salud decida que usted tiene la infección de tiña, medicamentos podrán ser utilizados para deshacerse de ella. Usted necesitará ponerse la crema especial por solamente unas semanas. Esto es especialmente necesario con la tiña crural. Los tratamientos sin receta son muy efectivos y menos caros que aquellos recetados.

Puede ser difícil deshacerse de las infecciones causadas por hongos en otras partes del cuerpo. Algunas veces usted tendrá que tomar medicinas por boca. Estas medicinas usualmente se tienen que tomar por largos periodos de tiempo, hasta por meses. La piel irritada toma tiempo para curarse. Pelo o uñas nuevas tendrán que crecer.

Los niños pueden regresar a la escuela/guardería después de haber comenzado el tratamiento.

### **¿Que puedo hacer para prevenir infecciones causadas por tiña?**

El mantener la piel limpia y seca es su mejor defensa. También, usted está menos propenso a adquirir una infección causada por tiña si sigue las siguientes instrucciones:

- Cuando usted se encuentra en su hogar, quítese los zapatos y exponga sus pies al aire.
- Cámbiese las medias y ropa interior todos los días, especialmente en climas cálidos.
- Séquese los pies cuidadosamente (especialmente entre los dedos) después de bañarse en la casa, en el vestuario o baño público.
- Evite caminar descalzo en las áreas públicas. En vez, póngase mete dedos, sandalias o zapatos para el agua.
- En climas cálidos no use ropa gruesa por largos periodos de tiempo. Esto le hará sudar más.
- Descarte los zapatos de hacer ejercicios desgastados. Nunca coja prestados los zapatos de otras personas.
- Revise sus animales domésticos para áreas de pérdida de pelo. Pídale a su veterinario que lo revise también. Es importante revisar cuidadosamente a sus animales, porque si usted no sabe si ellos le están causando la infección por hongos, usted podría contraerla una y otra vez, hasta después de haber recibido tratamiento.

Una vez que desaparezca el hongo, las infecciones causadas por tiña usualmente no dejan cicatriz.

Para más información, llame al Departamento de Salud Pública del Condado de Guilford al 336-641-7777 o visite la página [www.myguilford.com](http://www.myguilford.com) .

