

# Candidiasis:

## ¿Qué es y cómo se elimina?

Si bien la madre puede sentir dolor en los pezones al comienzo de su experiencia de lactancia, no es normal que empiecen a dolerle después de haber estado amamantando sin molestias. Si se han descartado todas las demás causas posibles, como que el bebé no está en la posición adecuada o no agarra la mama correctamente, lo más probable es que la irritación y el dolor se deban a una infección de candidiasis.

### ¿Qué es la candidiasis?

La candidiasis (que también se conoce como algodoncillo) es un desarrollo excesivo de hongos que afecta a muchas madres y sus bebés. Es común que los bebés desarrollen hongos en la boca y/o en la región del pañal. Aunque no es una afección grave, si no se la trata, la lactancia puede resultar muy incómoda. Una vez diagnosticada esta micosis, es importante que el tratamiento se aplique tanto a la madre como al bebé para erradicar definitivamente la infección. Para muchas madres, es importante saber que pueden y deben seguir amamantando a su bebé durante el tratamiento.

### ¿Cuáles son los síntomas?

**Si una mujer lactante experimenta alguno de los siguientes síntomas, es posible que tenga candidiasis:**

- ♥ Comezón y ardor en los pezones
- ♥ Dolor punzante en el seno durante o después del amamantamiento
- ♥ Pezones enrojecidos hasta la areola (donde toca la boca del bebé)
- ♥ Piel del pezón con aspecto escamoso
- ♥ Síntomas de micosis vaginal

**Los bebés lactantes pueden tener los síntomas siguientes:**

- ♥ Puntos blancos cremosos o una “capa” dentro de la boca, en las encías o en la lengua
- ♥ Pequeños puntos rojos dentro de la boca, en las encías o en la lengua
- ♥ Salpullido de pañal con áreas irregulares abultadas o de aspecto brillante
- ♥ Inquietud repentina al momento de amamantarse, incluyendo rechazo del pecho
- ♥ Muchos gases o síntomas de cólico
- ♥ Poco aumento de peso

Los bebés que se chupan dedo también pueden desarrollar hongos en las uñas de las manos.

Incluso es posible tener candidiasis aunque no se observe ningún síntoma en la madre o en el niño. Si sospecha que hay un problema, hable con su médico para confirmar un diagnóstico y comenzar el tratamiento que sea necesario para usted y su bebé.

### ¿Cómo empieza la candidiasis?

Los hongos causan muchas irritaciones comunes de la piel, desde la cabeza hasta los pies. Las infecciones en la ingle, el pie de atleta y ciertos tipos de caspa se pueden atribuir a un desarrollo excesivo de hongos. ¡Hasta su mascota puede contagiar hongos! Debido al contacto continuo, estas infecciones se transmiten fácilmente entre los miembros de una familia. La candidiasis es simplemente otro tipo de hongo, y el contagio de esta infección es común entre las madres que amamantan y sus bebés. Las vías de contagio más comunes entre la madre y el niño son el parto y la lactancia.

Algunas mujeres notan que son más propensas a desarrollar hongos que otras. **Algunos factores que pueden aumentar la probabilidad de infecciones por hongos son los siguientes:**

- ♥ Historial de micosis vaginal
- ♥ Uso de antibióticos, esteroides, antidepresivos o anticonceptivos orales
- ♥ Historial de diabetes (gestacional o dependiente de insulina)
- ♥ Embarazo
- ♥ Parto por cesárea (a menudo se administran antibióticos para prevenir infecciones)
- ♥ Historial de anemia
- ♥ Vivir en un lugar húmedo
- ♥ Obesidad durante el embarazo
- ♥ Usar ropa muy ajustada (trajes de baño húmedos, medias panty, jeans apretados o sostenes húmedos y almohadillas para senos)

### Tratamiento

Recuerde que es importante tratar tanto a la madre como al bebé para la candidiasis. Para comenzar, el pediatra seguramente le recetará un fungicida tópico para el área del pañal y un fungicida líquido oral para la boca del bebé, como una solución de nistatina oral. La nistatina oral se aplica con un hisopo, lo cual permite alcanzar todas áreas de la boca del niño. Asegúrese de aplicar la solución en las encías, el paladar, debajo de la lengua y en las paredes internas de la boca del bebé. Para que la infección se cure, es importante que el medicamento cubra por completo cada uno de los brotes de hongos.

También hay medicamentos tópicos de venta sin prescripción que se pueden aplicar a la piel del pezón y al área del pañal. Otros remedios pueden requerir una receta médica. La aplicación regular del medicamento es muy importante, ya que el hongo se reproduce rápidamente (en menos de 3 horas). Usted y su bebé deben recibir el tratamiento siempre después de amamantar, ya que ése es el momento en que se transmiten los hongos. Los síntomas deberían comenzar a aliviarse dentro de 72 horas, pero debe seguir usando el medicamento hasta que desaparezcan por un período de 10 a 15 días. Si no percibe ninguna mejora dentro de 72 horas, debe considerar la posibilidad de usar otra medicina o tratamiento.

Para los pezones seguramente le recetarán un ungüento o crema antimicótica. Es importante aplicar el ungüento o crema a toda el área del seno que entra en contacto con la boca del bebé. Si utiliza almohadillas de lactancia, debe cambiarlas cada vez que de pecho mientras dure la candidiasis.

### Sugerencias para las madres que tienen candidiasis

- ♥ Ofrezca al bebé primero el seno que le duela menos y cambie al otro después de que se haya producido el reflejo de expulsión.
- ♥ Aplique lanolina pura o parches de gel después de los tratamientos con fungicidas tópicos; esto puede proporcionar alivio.
- ♥ Lávese las manos antes de tocarse los senos y después de alimentar al niño.
- ♥ Lave la ropa con el agua más caliente que pueda según el tipo de tela.
- ♥ Desinfecte a diario todas las piezas del kit de recolección de leche que tocan su pecho o la leche.
- ♥ Utilice almohadillas de lactancia desechables.
- ♥ Reduzca el consumo de alimentos dulces, trigo, quesos y productos alimenticios fermentados.
- ♥ Agregue a su dieta suplementos, como la vitamina C, zinc y vitaminas del complejo B.
- ♥ Agregue ajo y yogurt con cultivos vivos a su dieta, ya que esto puede ser beneficioso.

### El bebé

- ♥ Todo lo que el bebé se lleva a la boca se debe desinfectar a diario. Puede usar el lavaplatos para “desinfectar” la mayoría de estos objetos. Asegúrese de desechar y reemplazar todos los juguetes para la dentición, las mamilas y los chupetes al finalizar el tratamiento.
- ♥ Si observa salpullido en el área del pañal, asegúrese de mantener la cola del bebé bien limpia y seca. Deje que la cola del bebé se seque al aire varias veces al día, de ser posible.
- ♥ Aplique una crema fungicida apropiada al área afectada por el salpullido.
- ♥ Si administra medicamentos al bebé por medio de un gotero, lávelo con agua caliente y detergente y enjuáguelo bien antes de introducirlo nuevamente en el frasco de medicina.
- ♥ Utilice un recipiente desechable y un hisopo para aplicar el medicamento en la boca del bebé, para evitar la contaminación del medicamento en el frasco.
- ♥ ¡Recuerde que a los bebés les encanta llevarse las manos a la boca! Lave con cuidado las manos del bebé antes de amamantarlo y séquelas con una toalla de papel suave.
- ♥ Agite bien el medicamento para la boca del bebé. La nistatina oral se separa de la suspensión cuando está en reposo.

### Toda la familia

- ♥ Para prevenir la propagación del hongo, es esencial lavarse las manos a menudo.
- ♥ Utilicen jabón regular, porque los jabones antibacterianos matan las bacterias beneficiosas que impiden el desarrollo del hongo.
- ♥ Séquense las manos con toallas de papel en lugar de toallas de tela. El hongo se multiplica en las toallas húmedas y puede infectar a la próxima persona.
- ♥ Utilicen las toallas de baño una sola vez y luego lávenlas en agua caliente.

*Recuerde que esta información sobre la lactancia es de carácter general y no sustituye las recomendaciones de un profesional de la salud. Si tiene algún problema que no puede resolver rápidamente, pida ayuda de inmediato.*

Redactado por: Vergie Hughes, RN, MS, IBCLC

Editado por: Anne P. Mark, BSN, RN, IBCLC

Referencias en archivo.

# Ameda

Elija pureza. Elija Ameda.

 **Hollister**