

Infecciones vaginales: hongo o bacteria

En cada parte del cuerpo viven organismos diminutos llamados **microbios**. Allí, ellos realizan un trabajo importante al ayudar a nuestros cuerpos a digerir los alimentos, procesar las vitaminas y luchar contra las enfermedades.

En la vagina, el equilibrio correcto de microbios es saludable. Pero cuando este desequilibrio se altera o se introducen algunos microbios nuevos, usted puede terminar con una infección vaginal. Las infecciones vaginales son comunes y, en general, no son graves.

¿Cuál es la causa las infecciones vaginales?

La mayoría de las infecciones son provocadas por microbios como hongos o bacterias.

- **Hongo.** Es normal tener hongos en la vagina, pero demasiados organismos de hongos pueden provocar una infección. Todo aquello que modifique la mezcla microbiana en la vagina, como tomar antibióticos, puede permitir que los hongos se multipliquen. Lo mismo sucede con los cambios hormonales (como ocurre en el embarazo, la menopausia y con las píldoras anticonceptivas).
- **Bacteria.** Una infección bacteriana puede tener lugar cuando hay un cambio en el tipo o número de bacterias en la vagina. A veces el problema es la presencia de muy pocas de las llamadas “buenas bacterias” y demasiadas del otro tipo de bacterias llamadas anaerobios. Los factores que pueden contribuir a este desequilibrio incluyen la ducha vaginal (enjuagar la vagina con una solución de lavado), las relaciones sexuales, los baños muy frecuentes y tener su período.

Tenga en cuenta que las infecciones vaginales por hongos y bacterias son muy comunes. No debe sentirse avergonzada al hablarle a su proveedor sobre sus síntomas. Usted probablemente no “adquirió” la infección de su pareja sexual, y no significa que esté sucia. De hecho, la mayoría de las mujeres, más de 75 de 100, tendrán al menos una infección vaginal en su vida.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de una infección vaginal pueden variar y algunas mujeres no tienen síntomas en absoluto. Sin embargo, el síntoma más frecuentes es el flujo vaginal anormal.

Para comprender qué es lo anormal en el flujo vaginal, primero debe comprender qué es normal. El flujo normal, en general, es transparente o ligeramente opaco. No tiene olor fuerte y no irrita la piel alrededor de los genitales. La cantidad y consistencia puede variar, es normal que el flujo sea más escaso y acuoso en algunas etapas de su ciclo menstrual, y más denso y pegajoso en otras.

Si tiene una infección vaginal, su flujo probablemente sea diferente al de la descripción anterior. También puede tener otros síntomas. Sus síntomas pueden darle una pista en cuanto a qué está provocando su infección. Aquí encontrará los síntomas que comúnmente se ven en las infecciones por hongos y bacterias.

Infección por hongo	Infección por bacteria
<ul style="list-style-type: none"> • Flujo anormal: <ul style="list-style-type: none"> – Es espeso y blanco, como una pasta o queso tipo cottage – No tiene olor • A menudo la vulva está enrojecida • El área de la vagina, usualmente pica, está seca e irritada • Puede tener una sensación de quemazón cuando orina o al tener relaciones sexuales 	<ul style="list-style-type: none"> • Flujo anormal: <ul style="list-style-type: none"> – Es escaso y de color blanco o gris (o ligeramente verdoso) – Tiene un olor fuerte a pescado • La vulva por lo general no está de color rojo • El área de la vagina puede picar y estar irritada • Puede tener una sensación de quemazón cuando orina o al tener relaciones sexuales

¿Cómo se diagnostican las infecciones?

Para diagnosticar una infección vaginal, su proveedor de atención médica la examinará y le realizará preguntas sobre sus síntomas. En general, esto provee suficiente información para realizar un diagnóstico. Sin embargo, su proveedor también puede recolectar una muestra de células de su vagina para examinarlas bajo un microscopio.

¿Cómo se trata una infección por hongos?

Para una infección por hongos, su proveedor puede recomendar uno o más de los siguientes tipos de medicamentos:

- **Píldoras.** En general, solo se recetan 1 o 2 píldoras para el tratamiento.
- **Cremas medicadas.** Su proveedor puede sugerir una crema sin receta que puede comprar. Los ejemplos incluyen nitrato de miconazol (Monistat-7) y clotrimazol (Gyne-Lotrimin, Mycelex-7, Femcare). Usted se pone la crema en y alrededor de su vagina dos veces por día durante hasta 7 días, según sus síntomas.
- **Supositorios.** Un supositorio es una cápsula pequeña de medicamento que usted se coloca dentro de su vagina antes de ir a la cama. A medida que el calor de su cuerpo derrite lentamente el supositorio, se libera el medicamento. (Posiblemente, quiera usar una toalla sanitaria para proteger su ropa del medicamento que puede escaparse). Siga usando los supositorios durante todo el tiempo que su proveedor los haya recetado, por lo general 3 a 7 días, incluso si comienza su período.

Además del medicamento, su proveedor puede sugerirle también que:

- Tome duchas en vez de bañarse en tina, y que use solo jabón sin fragancia.
- No se someta a duchas vaginales ni use ningún aerosol ni polvo especial cerca de su vagina.
- Tenga especial cuidado en controlar su glucosa en sangre (azúcar) si tiene diabetes. Un alto nivel de glucosa incrementa el crecimiento de hongos.
- Siga todos los consejos de prevención que se indican a la derecha.

¿Cómo se trata la infección bacteriana?

Para una infección bacteriana, su proveedor puede:

- Recetarle una píldora antibiótica para tragar o una crema o gel con antibiótico para que se coloque en la vagina.
- Recomendarle píldoras sin receta, tales como píldoras de acidophilus o probióticos, o sugerirle que coma yogur con cultivos vivos.
- Recomendarle otros productos.

Todos estos tratamientos pueden ayudar a restaurar (y mantener) una mezcla microbiana saludable en la vagina. Los consejos de prevención que figuran a continuación también pueden ser de ayuda.

Prevenga las infecciones vaginales

Conserve su área genital fresca y seca:

- Use ropa interior de algodón (el algodón permite que circule más aire que el nilón u otros materiales sintéticos).
- No permanezca con traje de baño húmedo ni con ropa húmeda por períodos largos de tiempo.
- Lave las mallas y las medias de baile con frecuencia.
- No use pantalones apretados ni pantimedias todos los días.

Adopte un enfoque razonable de higiene femenina:

- No se someta a duchas vaginales a menos que su proveedor se lo recomiende. Hacer duchas vaginales puede alterar el equilibrio microbiano de la vagina y puede llevar las bacterias perjudiciales al tracto genital superior.
- No use aerosoles ni otros productos que prometen “desodorizar” o “refrescar” su área vaginal.
- No use baño de burbujas, con o sin fragancia.
- Lávese regularmente y evite los jabones ásperos entre sus piernas. Un poco de champú es mejor.

Manténgase saludable en general:

- Alcance y mantenga un peso saludable.
- Si tiene diabetes o prediabetes, controle su glucosa en sangre.
- Coma una dieta saludable que incluya yogur con cultivos vivos.
- Limite su cantidad de parejas sexuales.
- Esté atenta a los signos de infección. Es común tener más infecciones después de tener la primera. Si sospecha que tiene una infección, póngase en contacto con su proveedor de atención médica.

Vaginal Infections: Yeast or bacteria

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2012-2018 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications FS306S-10/18 (Last reviewed - 10/18) (Spanish translation 11/18 by inWhatLanguage)