

## 9 Sarpullidos y afecciones cutáneas en los niños y cómo tratarlas



Cuando su hijo desarrolla repentinamente un extraño sarpullido en la piel, puede resultar estresante y difícil dar los siguientes pasos. ¿El sarpullido rojo en las mejillas de su niño pequeño será la enfermedad de manos, pies y boca? ¿Será acné? ¿Será solo piel seca? Las dermatólogas pediátricas [Carla Torres-Zegarra, MD](#), y [Anna Bruckner, MD](#), analizan algunas de las erupciones y afecciones cutáneas pediátricas más comunes y comparten consejos para controlarlas en casa o identificar cuándo es posible que deba acudir a su médico de cabecera.

¿Será solo un sarpullido o algo más?

La Dra. Torres-Zegarra señala que es importante comprender que, si bien algunas erupciones o afecciones cutáneas pediátricas solo afectan la piel, a veces podrían ser un síntoma de algo más.

"Un paciente con un sarpullido que aparece y desaparece, pero sin otros síntomas, podría requerir solo de una visita no urgente a su dermatólogo; no es lo mismo con un paciente que tiene un sarpullido, no come bien y tiene fiebre", explica la Dra. Torres-Zegarra. "En ese caso, buscaremos descartar una infección u otros virus".

Entonces, cuando aparezca un sarpullido inesperado, primero se debe identificar si el sarpullido es el único síntoma que está experimentando su hijo, o si es uno de muchos, para ayudar a determinar el siguiente paso de atención.

## Sarpullidos virales de la piel

Algunos sarpullidos de la piel son a causa de una infección viral, tales como las clásicas protuberancias rojas que causan picazón por la [varicela](#); podemos protegernos de estos virus con una vacuna. Al igual que con la mayoría de los virus, estas afecciones no se pueden tratar con antibióticos, por lo cual los cuidadores deben centrarse en el manejo de los síntomas. Obtenga más información sobre otros sarpullidos virales comunes de la piel.

### Enfermedad de manos, pies y boca

[La enfermedad de manos, pies y boca](#) es causada por un virus, el *coxsackie*, que tiende a circular más durante el verano. Es posible que comience a notar pequeñas manchas rojas o ampollas en las manos, los pies o las nalgas de su hijo, y es posible que también tenga algunos grados de fiebre. Esto suele ocurrir en niños de 6 meses a 4 años. Si bien esta enfermedad es contagiosa, generalmente es leve e inofensiva y los niños pueden regresar a la escuela o a la guardería en pocos días. El tratamiento por lo general implica tratar los síntomas según sea necesario con ibuprofeno y esperar a que la enfermedad siga su curso.

### Quinta enfermedad

[La quinta enfermedad](#) es otro sarpullido viral común en niños en edad escolar que generalmente comienza con un par de días de mejillas rojas brillantes. Luego, la erupción se extiende a los hombros con una apariencia de “encaje” en la parte superior de los brazos, los hombros y los muslos. El sarpullido no pica ni duele y desaparece por sí solo. Un niño con la quinta enfermedad suele ser contagioso antes de desarrollar los síntomas de la erupción, por lo que cuando aparece el sarpullido, el niño ya no puede transmitir el virus.

### Roséola

[La roséola](#) es un virus que la mayoría de los niños contraen entre los 6 meses y los 3 años de edad. Por lo general, el niño tendrá fiebre alta durante tres a cinco días y luego aparecerá un fino sarpullido rosado generalizado una vez que el sarpullido desaparezca. El sarpullido durará entre uno y tres días, pero normalmente su hijo se sentirá bien en este momento. Este sarpullido es igual en ambos lados del cuerpo y luego podría extenderse a la cara o los brazos. Es inofensivo y desaparecerá por sí solo sin necesidad de tratamiento.

## Condiciones crónicas de la piel

Algunas afecciones de la piel y sarpullidos son recurrentes y requerirán de visitas, tratamiento y contacto regulares con un [dermatólogo pediátrico](#). Aquí, nuestros médicos describen algunas afecciones cutáneas crónicas comunes que su hijo podría experimentar.

## **Eczema**

El síntoma principal que experimentará su hijo con eczema pediátrico es la picazón. [El eczema clásico](#) aparecerá por primera vez como un sarpullido en las mejillas durante los primeros meses de vida. En los niños mayores, el eczema se podría encontrar en los pliegues de las articulaciones como codos, muñecas y rodillas.

“La historia clásica que escuchamos sobre el eczema es que, a la edad de 2 años, experimentan brotes recurrentes de piel seca acompañados por mucha picazón; tiene que haber picazón para que sea eczema”, señala la Dra. Torres-Zegarra.

El eczema es una enfermedad crónica que aparece y desaparece. Los brotes de picazón pueden aparecer con un sarpullido muy rojo o incluso en carne viva. Tenga en cuenta que existen ciertas cosas que podrían desencadenar el eczema de su hijo, incluidos los jabones para baños de burbujas o el aire muy seco. Considere la posibilidad de colocar un [humidificador](#) en su habitación para ayudar a mantener a raya los brotes, pero asegúrese de limpiarlo con regularidad. Los dermatólogos pediátricos de Children's Colorado recomiendan utilizar cremas humectantes y jabón suave para los baños y también tener cuidado con los nuevos medicamentos que podrían desencadenar un brote.

## **Psoriasis**

Al igual que el eczema, la psoriasis es una afección cutánea crónica que puede provocar picazón en algunas personas. Es posible que note bultos elevados y rojos en la piel con escamas blancas o plateadas. Es más común en el cuero cabelludo, la ingle, los codos y las rodillas, pero puede aparecer en cualquier lugar. Una forma común de psoriasis en niños es la psoriasis guttata que se produce después de una faringitis estreptocócica.

## **Acné**

[El acné](#) es una afección cutánea muy común en niños y adolescentes. Comprender cuándo el acné de su hijo va más allá de lo típico de la afección lo ayudará a determinar qué tipo de tratamiento necesita su hijo.

"Los indicios que deberían incitarlo a tratar el acné más rápido incluyen el acné que está profundamente arraigado y que dura por semanas ", explica la Dra. Torres-Zegarra. "Cuando el acné desaparece, si deja una cicatriz, lo mejor es consultar a un dermatólogo. Uno de los factores más comunes que determina si tendrá cicatrices permanentes por el acné es cuánto tiempo le lleva controlar su acné".

Una buena rutina de cuidado de la piel puede ayudar a mantener los brotes de acné leves y bajo control. Los médicos recomiendan que los niños y adolescentes se laven la cara dos veces

al día solo con agua tibia o jabón suave y eviten tocarse la cara o apretar los granos. Para un tratamiento en casa, puede adquirir un producto en gel de peróxido de benzoilo al 5% en cualquier comercio sin receta médica. Esto ayudará a abrir las espinillas, destaponar los puntos negros y eliminar las bacterias. Utilice una gota del tamaño de un guisante sobre las marcas de acné antes de acostarse todas las noches.

### Condiciones ambientales de la piel

Al pasar tiempo al aire libre bajo el sol o en la naturaleza de Colorado, es importante proteger la piel de su hijo del sol y estar atento a posibles sarpullidos después de pasar tiempo en bosques o campos al aire libre.

### Quemaduras de sol

Si su hijo tiene más de 6 meses, nuestros dermatólogos siempre recomiendan [proteger su piel con protector solar](#) cuando pasa tiempo al aire libre.

"Por cada cinco [quemaduras solares](#) que sufre un niño, se duplica la probabilidad de tener melanoma en la edad adulta", afirma la Dra. Torres-Zegarra.

La doctora recomienda comenzar con un protector solar de amplio espectro resistente al agua que tenga al menos 30 SPF y volver a aplicarlo, según sea necesario. Para los bebés que aún no pueden usar protector solar, recomienda mantenerlos alejados del sol durante largos períodos de tiempo para evitar quemaduras solares. Cuando deba sacar a su bebé al aire libre, asegúrese de que use un gorro y cubra su piel con ropa ligera o prendas que le brinden protección de los rayos ultravioleta del sol.

### Sarpullido por calor

Cuando su hijo sale a jugar bajo el sol, además del protector solar, lo más importante es que se mantenga hidratado. [El sarpullido por calor](#) suele ocurrir en niños menores de 1 año. Cuando un bebé empieza a sudar a causa del calor, es posible que note pequeñas burbujas que poco a poco van apareciendo en su piel. Esta erupción no es peligrosa. Sin embargo, la Dra. Torres-Zegarra indica que es importante tener en cuenta que los niños pueden sobrecalentarse o experimentar agotamiento por calor incluso si nunca muestran signos de advertencia, tales como tener una erupción por calor. Por eso es tan importante asegurarse de que se vistan apropiadamente para el clima (generalmente una capa más que sus padres) y que tomen descansos después de largos períodos de exposición al sol.

"Los bebés son muy sensibles y pueden deshidratarse fácilmente y correr el riesgo de sufrir un agotamiento por calor", afirma.

## **Hiedra, roble y zumaque venenosos**

La hiedra, el roble y el zumaque venenosos no son plantas muy comunes en Colorado, pero puede ser útil conocer los síntomas si su hijo desarrolla un sarpullido a causa de estas plantas, porque podría encontrarlas aquí. Por lo general, los padres verán en sus hijos un sarpullido con picazón en forma de raya o líneas en el lugar donde entraron en contacto con la planta. Esto puede ocurrir uno o dos días después de que el niño estuviera jugando en un bosque o campo, y una vez que aparece en la piel de su hijo, no se puede transmitir a otras personas. Desafortunadamente, esta erupción puede durar semanas y, en algunos casos, podría requerir de una visita al pediatra para recibir esteroides tópicos u orales fuertes para un sarpullido agresivo. Recuerde: “a las hojas de tres, ¡déjelas ser!”

El pediatra de su hijo siempre puede brindar orientación adicional sobre los próximos pasos si le aparece un sarpullido en la piel y necesita apoyo.