

## EL CONFESIONARIO MEDICO: HONGOS (MICOSIS SUPERFICIALES)

Por: Dra. M. Abigail Rojas Ronquillo.

El mes pasado me preguntó un familiar que ¿de dónde me inventaba los casos clínicos con los que empiezo mis artículos?... ¡CRASH! (sonido de corazón roto). Sé que algunos casos suenan increíbles, pero todos son reales amigos. Como el caso de este mes, que ocurrió hace 1 año. Llegó al consultorio una chica de veintitantos años, muy bien aseada, maquillada, pelo impecable. Pero lo que en realidad llamó mi atención es que se veía nerviosa en la sala de espera: no dejaba de mirar el suelo, usaba lentes oscuros, y no paraba de removerse en su asiento; como si temiera que alguien la reconociera. Por supuesto que me dio mala espina, pero me dio más curiosidad. Cuando llegó su turno y me comentó su malestar me sorprendí; en realidad esperaba una de esas cosas que les da vergüenza a los pacientes (como las infecciones de transmisión sexual) y resultó que tenía HONGOS en los pies. Se sentía avergonzada, no paraba de repetir que ella era muy limpia y se bañaba diario, que no sabía porque le pasaba eso. Había dejado pasar el tiempo ya que le daba pena decir que le habían salido honguitos; en fin, tratamiento, algunas medidas de prevención y quedó lista. Recordé este caso por qué una de nuestras lectoras preguntó en la página de Facebook: “¿Por qué como que da penita que sepan que tienes hongos?”. Creo que la respuesta se puede resumir con un refrán “como te ven te tratan”, y las enfermedades de la piel son difíciles de ocultar, además de ser asociadas (a veces erróneamente) con poca higiene. Un ejemplo de esto lo vemos con Job, él padecía una enfermedad con úlceras que supuraban, tenían mal olor y aspecto; eran dolorosas y ennegrecían su piel. Sobre lo que la enfermedad le ha habido hecho a su vida Job dice: “*Mis parientes y amigos me han abandonado; los que vivían en mi casa me han olvidado. Mis criadas me tienen por un extraño; ya no me reconocen. Si llamo a un criado, no contesta, por más que se lo ruegue. Si me acerco a mi esposa, me rechaza; a mis propios hijos les repugno. Aun los niños me desprecian; apenas me levanto, hablan mal de mí. Mis más íntimos amigos me aborrecen; los que más estimo se han vuelto contra mí.*» (Job 19:14-19, DHH).



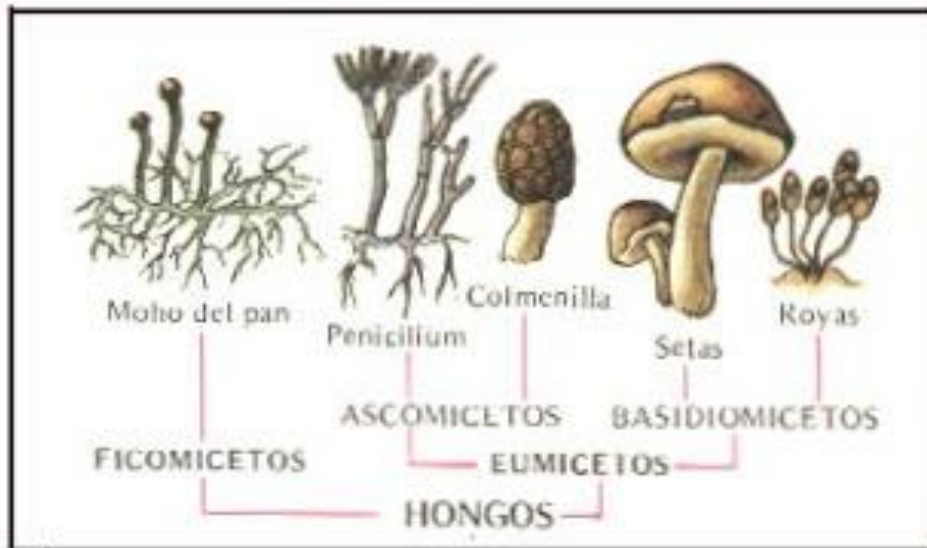
a. Job fue atormentado por lesiones en la piel.

Según el Laboratorio de Micología Médica de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) las **micosis superficiales** (infecciones por hongos en piel, uñas y pelo) conforman el 80% de todas las enfermedades por hongos en México; y se considera que 1 de cada 10 mexicanos padecen de micosis superficiales (como 12,500,000 casos). Por eso salimos a preguntarle a los feligreses de la diócesis

de Tuxpan: ¿qué duda tienes sobre los hongos (micosis superficiales) que no te has atrevido a confesar? y esto fue lo que nos dijeron:

**DEG: ¿LOS HONGOS DE LOS PIES TIENEN ALGUNA RELACIÓN CON LOS QUE SE COMEN?**

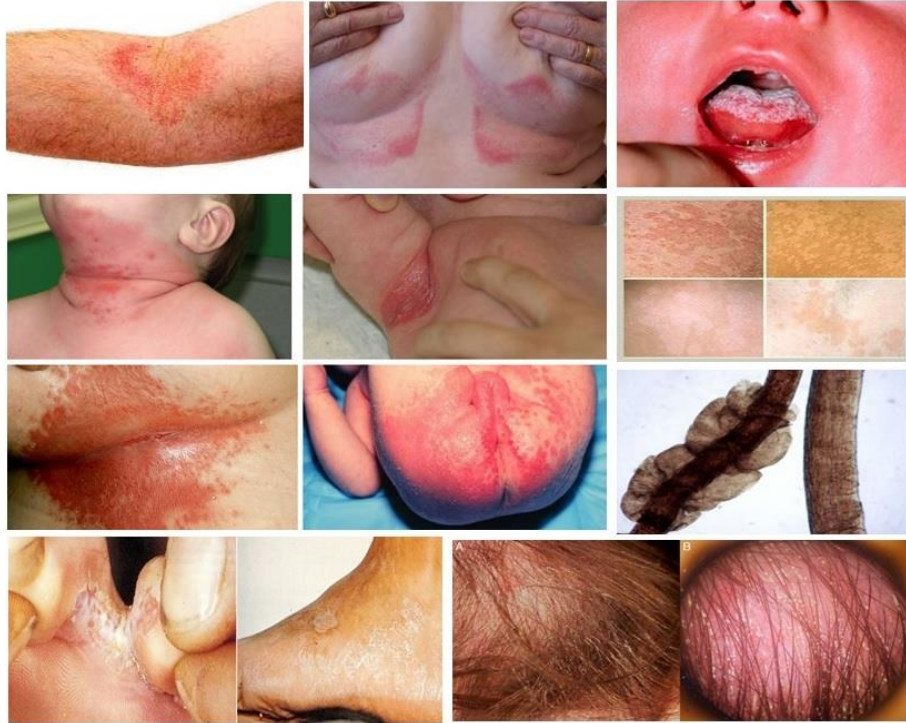
Dra. Abby. ¡Qué curiosa pregunta DEG! La verdad es que si. Todos los hongos forman parte de uno de los 5 reinos en que se dividen los seres vivos: el **reino Fungi**. En él podemos encontrar hongos **ornamentales** como los Lenthinus, hongos **alimenticios** como los champiñones o huitlacoche, hongos **alucinógenos** como los Psilocybes, hongos **medicinales** como los Penicillium (si, de donde sale la penicilina), hongos **contaminantes** como los Coniophara que pudren la madera o los **mohos** que contaminan la comida y degradan los materiales de construcción; hongos **venenosos** como la Muscaria y, por último, los hongos **parasitarios** que infectan plantas y animales (incluido el hombre); de estos últimos hablaremos en este artículo.



*b. Todos los hongos forman parte del Reino Fungi.*

**SPS: ¿PUEDE HABER HONGOS EN OTROS LUGARES DEL CUERPO O SÓLO EN LOS PIES?**

Dra. Abby. En todos lados SPS. A las **infecciones fúngicas** (por hongos) que suceden **dentro del cuerpo**, en los órganos internos, se les llaman **micosis profundas**; a las que suceden **debajo de piel** se les llama **micosis subcutáneas** y a las infecciones por hongos **en la superficie corporal** se les llama **micosis superficiales**. Las micosis superficiales suceden casi en el 60% de las veces en los **pies** y el 30% en las **uñas**; pero el 10% restante puede ocurrir en cualquier parte de la superficie corporal: **pantorrillas, ingles, genitales, nalgas, abdomen, dorso, senos, axilas, brazos, dedos, palmas, cuello, boca, orejas, cara, piel cabelluda** y ¡hasta en los cabellos!



C. Las micosis pueden aparecer en cualquier parte de la superficie corporal.

### **MRRR: ¿POR QUÉ DAN TANTAS GANAS DE RASCARSE?**

**Dra. Abby.** Eso está bien interesante MRRR. Los hongos producen una reacción inmunológica (llegada de las defensas e inflamación) cuando infectan las superficies; esto hace que unas células, llamadas queratinocitos, liberen sustancias químicas llamados **pruritomediadores (Prurito = Comezón)**. Los pruritomediadores se unen a unas terminaciones nerviosas llamadas **pruritorreceptores** (que originales con el nombre). Las fibras nerviosas unidas a los pruritorreceptores van a llevar esa señal hacia el cerebro, y el cerebro va a mandar a las manos la orden de rascarse (o con lo que se pueda uno rascar). Así que en resumen es la lesión causada por el hongo, en unas células específicas, las que **producen la comezón**.

### **NARR: ¿POR QUÉ HUELE MAL CUANDO TE SALEN HONGOS?**

**Dra. Abby.** NARR lamento informarte que has vivido engañada, las **micosis** superficiales **no tienen mal olor**. Me vas a decir “¿ah cómo no? ¡Sí yo lo he oído!”, y te creo, pero no son los hongos. Déjame explicarme: las infecciones por hongos producen un leve olor a fermento o levadura, pero no mal olor. Cuando tenemos micosis, en los pies o axilas, por ejemplo, y huele “*regacho*” se debe a que **las bacterias** que viven en la piel ven las lesiones y **se agregan** al relajó; produciendo lo que se conoce como sobreinfección bacteriana. El metabolismo de las bacterias **produce gases**, los cuales son responsables del **mal olor**. Así que, si el primo de un amigo tiene micosis y le huele feo, dile que vaya al médico por tratamiento, porque ya se está haciendo fiesta de microorganismos.

## MRRM: ¿POR QUÉ TARDAN TANTO EN CURARSE?

**DRA. Abby.** La respuesta es compleja MRRM, en realidad, las **micosis mucocutáneas** (es decir en piel y mucosas como boca y genitales) **no son difíciles**, ni tardadas, en curarse; en promedio se resuelven en 7 días llevando el tratamiento de manera adecuada. Esta **creencia popular** se debe a que, con mucha frecuencia, los honguitos **reaparecen** en poco tiempo sí no tomamos las **medidas preventivas** pertinentes; y la gente lo interpreta como que no se curó y todavía lo tiene. El caso de las **uñas** y el **pelo** es otro. En estas estructuras los tratamientos deben establecerse por al menos **6 semanas** (mes y medio), y eso nos lleva de regreso a tu pregunta: ¿Por qué tardan tanto en curarse? Esto tiene que ver con la irrigación (llegada de sangre) y con la sustancia de la que están hechas. El pelo y uñas, conocidas como **faneras**, son **estructuras orgánicas** que **no están vivas**, no les llega sangre y no tienen nervios; es por eso que no duelen cuando se cortan. Su crecimiento depende del **folículo piloso** (en el caso del cabello) y de la **matriz ungueal** (en las uñas) estas partes del organismo, que **si están vivas**, reciben sangre y nutrientes, con los cuales **fabrican** nueva sustancia no viva. Esta sustancia se llama queratina, la que va acumulándose en el nacimiento de las faneras, empujando a la sustancia que ya existe hacia afuera, lo que le da su patrón de crecimiento longitudinal (a lo largo). Estas características son lo que dificultan y alargan los tratamientos. Al no tener circulación **no** podemos hacerles **llegar medicamentos tomados** por vía oral o **inyectables**, y su capacidad de absorber los medicamentos **tópicos** (cremas o aerosoles) es casi nula; por lo que los tratamientos deben de ser largos. Es importante mencionar que el **tratamiento no rescata la uña o pelo afectados**; lo que hace es que **las estructuras nuevas** que salen de la matriz y el folículo **nazcan sanas** y, conforme van creciendo, podemos ir **recortando** las estructuras **enfermas**. El otro problema que mencionamos es que están hechas de **queratina**, la cual constituye el **principal alimento** de los hongos; así que, con esa cantidad de alimento permanente, es difícil detener la proliferación de los hongos.



*d. Los hongos se alimentan de keratina, sustancia de la que están hechos las uñas y pelo.*

## JLM: ¿QUÉ ES MÁS EFECTIVO, LAS PASTILLAS O LAS CREMAS?

**Dra. Abby.** La eterna pregunta JLM “¿qué medicamento es mejor?”; Existen muchos fármacos para el tratamiento de las micosis, y existen también en variadas presentaciones: **tabletas, óvulos, suspensión, solución inyectable, cremas, aerosoles, lacas, soluciones, talcos y shampoo**. La presentación adecuada depende del sitio donde salieron los hongos, la edad del paciente, si tiene alergias, si tiene enfermedades del hígado o cualquier otra enfermedad, si toma otros medicamentos, si está hospitalizado o en casa, etc.

En concreto, mi respuesta es que no es que uno sea mejor que el otro, sólo que las cremas se indican en ciertos diagnósticos y las pastillas en otros; e incluso pueden recetarse juntas en algunos casos. Por esto es importante que no tomen a la ligera el tener micosis, es mejor **acudir al médico** para que él nos recete la **presentación adecuada** según nuestro caso; y lo más importante: **evitar automedicarse**, ya que las pastillas pueden tener **efectos tóxicos** si no se usan adecuadamente.



*e. Existen muchas presentaciones farmacéuticas de los antimicóticos, tu médico indicará la más adecuada para tu caso.*

## **SJIC: ¿CÓMO PUEDO EVITAR QUE ME SALGAN HONGOS?**

**Dra. Abby.** Excelente pregunta SJIC, la **prevención** siempre será lo mejor para la salud. Si queremos **evitar tener** una micosis superficial, **o que nos regrese** pronto después de haber terminado el tratamiento, es importante tomar las siguientes medidas preventivas:

**1.- Evitar tomar o ponerse ESTEROIDES.** Sí, como ese BARMICIL/GELMICIN/QUADRIDERM que todo mundo compra y se pone como si fuera VapoRub (ya dejen de hacer eso por favor, o me va a dar una embolia). Los esteroides disminuyen las defensas y nos hacen blanco de infecciones oportunistas, especialmente por hongos. Además de tener muchísimos otros efectos secundarios, por lo que los esteroides sólo deben administrarse por orden, y con supervisión, médica.

**2.- Utilizar crema humectante en todo el cuerpo.** Al estar humectada y elástica la piel, disminuye su necesidad de producir queratina para protegerse, y si disminuimos la queratina les quitamos la posible comida a los hongos, evitando así que proliferen.

**3.- Estar secos y frescos.** La mayoría de los hongos requieren, además de alimento, ambientes húmedos y tibios para crecer; como los pies, axilas, ingles, glúteos, debajo de las mamas, entre los dedos y detrás de las orejas. Sí por algún motivo debemos usar siempre calzado cerrado es importante usar secantes como el talco, debemos usar antitranspirante en las axilas y secarnos muy bien después de bañarnos o hacer deporte y sudar.

**4.- Asearnos con frecuencia.** La principal causa de micosis es la autoinfección; los hongos viven de manera natural en nuestra superficie (son parte de la biota, eso a lo que antes se llamaba flora de la piel),

ayudándonos a deshacernos de la piel muerta (la que tiene queratina y comen con mucho gusto) y evitando que lleguen nuevos microorganismos a querer colonizarnos. Sí no nos aseamos bien y con frecuencia, se acumula grasa en el cabello y piel muerta, por lo que los hongos comen de más, crecen y proliferan; dejando de ser parte de la biota normal y volviéndose organismos productores de enfermedad.

**5.- Evitar el contacto con enfermos.** La segunda vía más frecuente de contagio de los hongos es el contacto directo e indirecto con enfermos. No solo tocar, besar, abrazar, agarrar a alguien con micosis no es buena idea, si no compartir enseres domésticos con él también es pésima idea (zapatos, ropa, cama, toalla, peine, etc.)

**6.- Bañar a nuestras mascotas y llevarlas al veterinario.** La tercera causa mas frecuente de micosis es el contagio por mascotas domesticas infectadas (perros y gatos principalmente), por lo que, sí queremos que duerman con nosotros, abrazarlos y permitirles subir a los muebles; debemos bañarlos con frecuencia y llevarlos al veterinario en caso de presentar enfermedades de la piel.



*f. Para evitar las micosis es importante cuidar de nuestra higiene personal, así como la de nuestras mascotas.*

**¡Ya me picaban las manitas por escribir de hongos!**

No olviden enviarnos sus preguntas y sugerirnos temas sobre otras enfermedades en nuestra página de Facebook: @ElConfesionarioMedico, o al correo ab2y\_74@hotmail.com. Hasta el mes que viene, y no olviden acudir a su médico.