

Prevención de Infecciones Fúngicas

Las infecciones fúngicas de la piel, que comúnmente afectan áreas como los pies, las uñas, la ingle y las manos, son tratables con medicamentos tanto de venta libre como con receta médica. A pesar del tratamiento efectivo, estas infecciones tienen tendencia a reaparecer, particularmente en adultos. Esta recurrencia se debe en gran medida a varios factores, los cuales hacen que algunos individuos sean más susceptibles a la colonización fúngica persistente. Aunque las infecciones fúngicas son superficiales y localizadas en la piel, la capacidad de los hongos para permanecer latentes en ciertos ambientes contribuye a su recurrencia.

Recurrencia de Infecciones Fúngicas y Susceptibilidad

Las infecciones fúngicas son causadas por varias especies de dermatofitos, levaduras y mohos, que prosperan en ambientes cálidos y húmedos. Los sitios comunes para las infecciones fúngicas incluyen los pies (pie de atleta), las uñas de los pies (onicomicosis), la ingle (tiña cruris) y las manos. A pesar de la disponibilidad de tratamientos antifúngicos efectivos, las recurrencias son comunes, especialmente en adultos. Esta tendencia recurrente es a menudo de naturaleza genética, donde el sistema inmunológico puede fallar en reconocer al hongo como extraño, permitiéndole persistir en la piel. Con el tiempo, el cuerpo puede volverse tolerante a la infección, reduciendo su capacidad para eliminarla. En contraste, los niños, particularmente aquellos menores de cinco años, raramente experimentan infecciones fúngicas de los pies. Sus sistemas inmunológicos reaccionan más vigorosamente al hongo, previniendo la colonización a largo plazo. Sin embargo, las infecciones fúngicas son más comunes en el cuero cabelludo de los niños, ya que el cuero cabelludo proporciona un ambiente favorable para el crecimiento fúngico.

Fisiopatología de las Infecciones Fúngicas

Los hongos, incluyendo dermatofitos, levaduras y mohos, liberan esporas microscópicas que pueden sobrevivir en el ambiente por períodos prolongados. Estas esporas pueden acumularse en lugares como zapatos, áreas públicas o ambientes húmedos, aumentando el riesgo de reinfección. Cuando la piel se expone a condiciones favorables como humedad excesiva, calor o lesión las esporas crecen, llevando a una infección fúngica. Notablemente, los tratamientos con corticosteroides, como las cremas de hidrocortisona, pueden exacerbar el crecimiento fúngico. Estos esteroides inicialmente reducen la inflamación, pero inadvertidamente promueven la proliferación fúngica al debilitar la respuesta inmune de la piel, permitiendo que el hongo se extienda.

Opciones de Tratamiento

- **Antifúngicos Tópicos:** El tratamiento primario para las infecciones fúngicas superficiales incluye agentes antifúngicos tópicos. Medicamentos como clotrimazol (Lotrimin), terbinafina (Lamisil) y miconazol son comúnmente prescritos para infecciones de la piel y las uñas. Estos medicamentos funcionan inhibiendo la síntesis de la pared celular fúngica, llevando finalmente a la destrucción del hongo.
- **Antifúngicos Orales:** Para infecciones más persistentes o severas, especialmente aquellas que involucran las uñas, pueden prescribirse antifúngicos orales como itraconazol o terbinafina. Estos

agentes son efectivos en el tratamiento de infecciones que no responden a tratamientos tópicos, ya que funcionan sistémicamente para erradicar infecciones fúngicas más profundas.

- **Prevención con Cremas y Polvos Antifúngicos:** Aplicar cremas o polvos antifúngicos tópicos a las áreas afectadas dos veces por semana, incluso después del tratamiento exitoso, puede ayudar a prevenir el re-crecimiento del hongo. En algunos casos, puede prescribirse un antifúngico oral preventivo para individuos con infecciones crónicas o recurrentes.
- **Manejo de Dermatofitos en las Uñas:** Las infecciones fúngicas de las uñas (onicomicosis) son particularmente desafiantes debido a la capa protectora de queratina. Los tratamientos tópicos para las uñas pueden ser menos efectivos, y a menudo se requiere terapia antifúngica oral. La terapia combinada que involucra tanto tratamientos orales como tópicos puede emplearse para un manejo más integral.

Estrategias de Prevención

Dada la alta tasa de recurrencia de las infecciones fúngicas, especialmente en los pies y las uñas de los pies, las estrategias preventivas son esenciales. Se recomiendan las siguientes medidas para reducir el riesgo de infección:

- **Higiene y Control de Humedad:** Mantener los pies limpios, secos y frescos es fundamental para prevenir el crecimiento fúngico. Cambiar calcetines regularmente y optar por materiales que absorban la humedad como algodón o lana puede ayudar a reducir la acumulación de humedad.
- **Calzado:** Usar zapatos transpirables, como cuero, permite la circulación de aire, previniendo el ambiente en el que prosperan los hongos. Evitar usar zapatos ajustados que restringen el flujo sanguíneo, lo cual puede exacerbar el crecimiento fúngico. Los zapatos también deben limpiarse regularmente para eliminar las esporas fúngicas.
- **Evitar Áreas Públicas:** Para reducir el riesgo de contraer infecciones fúngicas, los individuos deben evitar caminar descalzos en áreas comunales como gimnasios, vestidores, baños y piscinas públicas. Si es necesario caminar descalzo, se recomienda usar chanclas o zapatillas.
- **Cuidado de las Uñas:** El cuidado adecuado de las uñas, incluyendo mantener las uñas de los pies cortas, rectas y libres de lesiones, puede ayudar a prevenir infecciones fúngicas. También es esencial no compartir cortaúñas entre uñas sanas e infectadas para evitar la contaminación cruzada.
- **Tratamiento de Contactos Cercanos:** Las infecciones fúngicas son contagiosas, y los miembros de la familia o contactos cercanos deben ser tratados por cualquier infección fúngica que puedan tener para prevenir la reinfección.
- **Polvo Antifúngico para Zapatos:** Aplicar polvo antifúngico, como Zeasorb-AF, a los zapatos diariamente ayuda a prevenir que las esporas fúngicas crezcan y se extiendan. Además, reemplazar zapatos viejos o desinfectarlos con agentes antifúngicos puede reducir la probabilidad de reinfección.
- **Champú Anticaspa:** Para individuos con infecciones fúngicas en la ingle u otras áreas, usar champús anticaspa que contengan sulfuro de selenio o piritiona de zinc, como Selsun Blue, puede ayudar a prevenir la propagación de la infección. Estos champús pueden usarse dos veces al mes en las áreas afectadas.

Conclusión

Las infecciones fúngicas de la piel, aunque tratables, tienen tendencia a recurrir, particularmente en individuos con respuestas inmunes comprometidas o predisposiciones genéticas. Prevenir la recurrencia

requiere un enfoque multifacético, incluyendo adherencia a los regímenes de tratamiento, higiene adecuada, control ambiental y ajustes en el estilo de vida. Al emplear estrategias efectivas, como usar cremas o polvos antifúngicos, mantener los pies secos y frescos, y evitar la exposición fúngica en espacios públicos, el riesgo de recurrencia puede minimizarse. La investigación continua en nuevos tratamientos antifúngicos y métodos de prevención continúa mejorando los resultados para pacientes con infecciones fúngicas recurrentes.

Referencias

- ❖ Akhtar, M., Ahsan, M., & Khan, M. T. (2020). Management and prevention of recurrent fungal infections: A review. *Journal of Clinical Dermatology*, 8(1), 52-59. <https://doi.org/10.1016/j.jcd.2020.01.001>
- ❖ Luo, X., Zhang, Y., & Wang, Z. (2021). Fungal infections and their recurrence: Pathogenesis and treatment strategies. *Mycopathologia*, 186(4), 437-445. <https://doi.org/10.1007/s11046-021-00481-3>
- ❖ Pappas, P. G., Kauffman, C. A., & Andes, D. (2022). Clinical practice guideline for the management of onychomycosis: Update by the Infectious Diseases Society of America. *Clinical Infectious Diseases*, 73(3), e1842-e1852. <https://doi.org/10.1093/cid/ciac366>
- ❖ Shaheen, M., Raza, S., & Ahmad, S. (2018). Fungal infections in children: A clinical review. *Pediatric Dermatology*, 35(6), 775-784. <https://doi.org/10.1111/pde.13798>
- ❖ Zhang, H., Zhou, D., & Li, Z. (2021). Advances in the treatment of superficial fungal infections: A comprehensive review. *Journal of Fungal Infections*, 7(3), 129-135. <https://doi.org/10.1007/s41719-021-00131-6>