



IN CARE OF KIDS

Vulvovaginitis pediátrica: sugerencias para mejorar y mantenerse bien

(*Pediatric Vulvovaginitis: Tips for Getting and Staying Better*)

¿Qué está causando la irritación vulvar o descarga vaginal de mi hija?

Por lo general *varios* factores diferentes son causa de estos síntomas. La piel de la vulva y la vagina es muy delgada en las jovencitas porque sus niveles de hormonas adultas son bajos. Esto significa que la piel puede ser muy sensible a jabones, bacterias o cualquier otra cosa que cause irritación. *La buena noticia es que la mayoría de las niñas mejoran después de hacer los siguientes cambios:*

- Usar sólo pantaletas blancas de algodón. Lavarlas sólo con una pequeña cantidad de detergente sin fragancia y enjuagarlas dos veces para eliminar residuos irritantes del detergente. Evitar el uso de suavizantes de telas o de otros productos “refrescantes” o de limpieza extra en la ropa interior y los trajes de baño.
- Usar camisón para dormir; puede dormir sin ropa interior. Evitar el uso de pijamas o mamelucos de una sola pieza. Otra opción es usar pantalones de pijamas muy sueltos y suaves o pantaloncillos cortos holgados.
- Evitar usar leotardos apretados de una pieza, pantalones o mallas muy ajustados. Preferir faldas y pantalones holgados. Usar ropa cómoda, que permita la circulación del aire y no cause fricción o presión adicional.
- Bañarse todos los días. (*Podemos recomendar bañarse más de una vez al día hasta que su hija se sienta mejor.*) Asegúrese de enjuagar bien la tina de baño para que no queden restos de blanqueador o productos de limpieza, ni restos de jabón o baño de burbujas.
 - Sumergirse en agua limpia y tibia. No se necesita usar jabón, vinagre ni bicarbonato de sodio. El agua simple, tibia, es lo mejor para evitar la irritación.
 - No talle la vulva con una toalla. Sólo deje que el agua moje y lave el área.
 - Use sólo un jabón suave (como Dove) cuándo y dónde se necesite *realmente* en la piel visiblemente sucia. Use el jabón al final del baño y luego enjuáguelo por completo. Por lo general NO es necesario usar jabón en el área genital.
 - Seque con cuidado el área genital dando palmas con una toalla.
 - No use baños de burbujas ni jabón perfumado. Cuando su hija tenga la edad adecuada, dígale que nunca hay motivo para usar aerosoles femeninos, duchas, polvos u otros productos femeninos perfumados.
- Si la zona vulvar está hinchada, adolorida o produce comezón, trate de usar una compresa fría durante unos minutos. También puede usar vaselina o ungüento para pañales A&D para ayudar a proteger la piel.

- Hable con su hija y recuérdele cómo debe limpiarse después de evacuar. Es importante limpiarse del frente hacia atrás para alejar a las bacterias de la vulva.
- Después de nadar, cambiarse y ponerse ropa seca en seguida.

¿Cuándo podemos esperar que las cosas mejoren?

Después de poner en práctica las recomendaciones de cuidado personal anteriores, los síntomas mejoran por lo general en una o dos semanas.

¿Y si las cosas no mejoran o si se presentan nuevos síntomas?

Llame a Ginecología pediátrica y de adolescentes al 720-777-2667.

Queremos volver a verla en nuestro consultorio. Dependiendo de la situación específica, es posible que sea necesario programar a su hija para hacerle un examen bajo sedación.

Eliza Buyers, MD, FACOG; Stephen Scott, MD; Patricia Huguelet, MD;
Approved by the Patient Family Education Committee Dec. 2012

Adolescent & Pediatric Gynecology
©2012 Children's Hospital Colorado, Aurora, CO

