



Center for  
Young Women's Health  
Children's Hospital  
Boston

## Infecciones Vaginales (Vaginitis)

¿Has oído hablar de vaginosis bacteriana? ¿Y de las infecciones por hongos? ¿Sabes cuáles son las secreciones vaginales normales? Aunque muchas mujeres han oído hablar de las infecciones por hongos, muchas mujeres no han oído hablar ni están bien informadas sobre la vaginosis bacteriana. Las infecciones vaginales afectan a mujeres de todas las edades, tanto a las mujeres que están activas sexualmente como a las que no lo están. La mayoría de las mujeres ha tenido una infección vaginal por lo menos una vez en su vida. Las infecciones vaginales son la razón principal de las visitas de las mujeres adultas a su proveedor de cuidados de salud..

### ¿Cuáles son las secreciones normales?

La mayoría de las adolescentes notan manchas amarillas o blancas en la ropa interior después de entrar en la pubertad. Éste es un líquido normal que ayuda a limpiar y humedecer la vagina. Esto es completamente saludable y normal si la secreción:

- Es blanca y turbia
- No tiene olor o tiene un olor ligeramente salado
- Aumenta o se vuelve "fibrosa" (como la clara de los huevos) a mediados del ciclo menstrual, cuando estás ovulando

Si tus secreciones normales te molestan, puedes usar una toalla sanitaria absorbente en la ropa interior. Para mantener tus secreciones vaginales bajo control, asegúrate de usar ropa interior de algodón (que absorbe la humedad y permite que el aire circule). Dúchate o báñate diariamente y asegúrate de lavarte la parte externa del área vaginal todos los días con un jabón suave, y luego enjuágate y sécate. No uses toallas sanitarias desodorizadas ni desodorantes en aerosol en el área vaginal. Los cambios en tus secreciones pueden ser una señal de que tienes una infección vaginal y necesitas ver a tu proveedor de cuidados de salud

### ¿Qué es una infección vaginal?

El término médico para una infección vaginal es "vaginitis". Las 3 causas más comunes de las infecciones vaginales son las infecciones por hongos, la vaginosis bacteriana, y la tricomoniasis. También se pueden producir secreciones vaginales si se tiene una infección en el cuello uterino con gonorrea o Chlamydia (ver enfermedades de transmisión sexual o ETS). Hay otras causas de infecciones vaginales que son menos comunes. Cada tipo de vaginitis es causado por un tipo diferente de germen u organismo y, por consiguiente, debe tratarse de manera diferente.

### ¿Cuáles son los signos y síntomas de una infección vaginal?

Si tienes una infección vaginal, puedes tener cualquier a de las cosas siguientes:

- Olor vaginal
- Picor vaginal
- Ardor vaginal
- Dolor o irritación al orinar o tener relaciones sexuales
- Secreción diferente de la normal

Sin embargo, algunas mujeres pueden no tener síntomas. Algunas mujeres pueden ni siquiera darse cuenta de estos síntomas si no son demasiado severos. El proveedor de cuidados de salud puede notar signos de una infección vaginal, como secreción u olor, durante un examen ginecológico y mandar a hacer análisis del líquido vaginal para ver si hay una infección. Es importante hacerse revisar con regularidad por un proveedor de cuidados de salud para que él(ella) pueda detectar cualquier problema de salud que a ti te pase desapercibido.

### ¿Qué debo hacer si me parece que tengo una infección vaginal?

Si tienes cualquiera de los síntomas de una infección vaginal, debes ver a tu proveedor de cuidados de salud de inmediato. Cada tipo de infección vaginal tiene síntomas diferentes. Aunque creas que sabes qué tipo de infección vaginal tienes, ten en cuenta que es fácil

confundir los síntomas, ya que a veces los síntomas externos de las infecciones vaginales (los que tú puedes notar) pueden parecerse. A veces se puede tener más de un tipo de infección vaginal al mismo tiempo. Otra razón por la cual es una buena idea ver a tu proveedor de cuidados de salud si notas síntomas de una infección vaginal es que es posible que tengas algo más serio, como una enfermedad de transmisión sexual (ETS). Es posible confundir las infecciones vaginales con una ETS como la gonorrea o el herpes, ya que éstas pueden tener síntomas similares a los de una infección vaginal. Tu proveedor de cuidados de salud es el único que puede determinar con certeza si tienes una infección vaginal, y si éste fuera el caso, el tipo exacto de infección que tienes. Debes ser completamente franca con tu proveedor de cuidados de salud en cuanto a los síntomas que tienes, como olor, ardor o secreciones vaginales anormales, aun cuando te dé pudor hablar de esto. De esta manera, tu proveedor de cuidados de salud podrá diagnosticar correctamente el tipo de infección vaginal que tienes. Esto es muy importante, porque el tipo de tratamiento depende del tipo de infección vaginal.

Por ejemplo, los medicamentos contra los hongos sólo ayudan a curar las infecciones por hongos. No sirven para otros tipos de infecciones vaginales como la vaginosis bacteriana, que requieren medicamentos que se venden bajo receta. Además, si usas medicamentos contra los hongos cuando en realidad lo que tienes es una vaginosis bacteriana, a tu proveedor de cuidados de salud le puede resultar más difícil hacer el diagnóstico correcto.

Una vez que tu proveedor de cuidados de salud te diagnostique, él(ella) podrá darte medicamentos o recetas de medicamentos para combatir la infección. Para las infecciones por hongos también hay medicamentos que se pueden comprar en las farmacias sin receta médica.

### **¿Puedo aplicarme duchas vaginales si tengo una infección vaginal?**

¡Nunca te apliques una ducha vaginal! Las duchas vaginales pueden causar infecciones al alterar el equilibrio normal de organismos en la vagina. Si ya tienes una infección, las duchas vaginales también pueden hacer que la infección empeore o se extienda hacia arriba al área reproductora, u ocultar los síntomas de una infección vaginal haciendo que sea más difícil de diagnosticar y tratar. Otras cosas que pueden causar una infección vaginal son los tampones aromatizados, los desodorantes en aerosol y los jabones fuertes. Ninguna de estas cosas es necesaria para limpiarse la vagina. Tu vagina se limpia mejor a sí misma cuando no usas ninguna de estas cosas.

### **¿Cómo puede determinar mi proveedor de cuidados de salud con certeza si tengo una infección vaginal?**

Tu proveedor de cuidados de salud usará un palillo algodónado para tomar una muestra de tus secreciones vaginales para examinarla bajo un microscopio y hacer pruebas con una papel de pH. Esto puede requerir sólo un examen externo con muestras tomadas con Q-tip, o un examen vaginal con un espéculo (un instrumento metálico o plástico que se inserta en la vagina y luego se abre para poder ver mejor la vagina y el cuello del útero). Pregúntale a tu proveedor de cuidados de salud cuál de estos exámenes es el más adecuado en tu caso para averiguar si tienes una infección vaginal. Las pruebas son muy simples y rápidas.

### **Cuando mi proveedor de cuidados de salud me hace una prueba de Papanicolaou, ¿verifica si tengo una infección vaginal?**

Una prueba anual de Papanicolaou es muy importante para detectar cambios en las células de tu cuello uterino que pueden causar cáncer del cuello uterino. Si los síntomas externos, como las secreciones o el olor, son lo suficientemente obvios, tu proveedor de cuidados de salud hará algunas pruebas para ver si tienes una infección vaginal. Tienes que asegurarte de decirle a tu proveedor de cuidados de salud si estás teniendo síntomas de una infección vaginal.

### **¿Qué puedo hacer para prevenir una infección vaginal?**

La mejor manera de prevenir una infección vaginal es seguir prácticas de buena higiene femenina. Las infecciones vaginales pueden ocurrir más de una vez. Siempre debes seguir las recomendaciones siguientes:

- Mantén tu área vaginal limpia y seca. Debes lavarte la parte externa de la vagina todos los días con un jabón suave, y luego enjuagarla y secarte bien
- No te apliques duchas vaginales. Las duchas vaginales pueden alterar el equilibrio normal de organismos de la vagina, lo cual puede causar una infección vaginal, empeorar una infección o extender la infección hacia arriba, al área reproductora (el útero o las trompas de Falopio).
- No uses jabones perfumados, baños de burbujas o espumosos perfumados, tampones aromatizados, talcos vaginales o desodorantes vaginales en aerosol. Éstos pueden irritarte la vagina y causar una infección vaginal. SI tu área vaginal ya está irritada, no debes usar papel higiénico aromatizado, espermicidas o jabones fuertes.
- Después de ir al baño, asegúrate de limpiarte bien, de adelante hacia atrás, para que la bacteria que normalmente está presente en tu recto no pase al área vaginal.
- No uses ropa ajustada o húmeda, ya que puede atrapar la humedad e irritarte la vagina. Esto puede hacer que crezca bacteria dañina. Si tienes que usar ropa ajustada, no la uses por períodos prolongados.
- Usa ropa interior de algodón blanco. Evita el nylon y el lycra. El algodón ayuda a absorber la humedad y permite que el aire circule. Nunca uses medias de nylon ("pantyhose") sin usar ropa interior de algodón por debajo.
- Sigue las prácticas más seguras al tener relaciones sexuales. No debes tener relaciones sexuales con una persona que tenga una enfermedad de transmisión sexual. Pase lo que pase, debes usar siempre condones de látex (o poliuretano) para disminuir tus probabilidades de contraer enfermedades de transmisión sexual.
- Mantén bajo tu nivel de estrés.
- Si usas diafragmas, tapones cervicales o aplicadores medicinales, tienes que asegurarte de limpiarlos con agua tibia y jabón y de secarlos bien.

## OTRAS CAUSAS DE INFECCIONES VAGINALES

Hay otras causas de infecciones vaginales además de las 3 causas más comunes: infección por hongos, vaginosis bacteriana y tricomoniasis. Estas causas pueden incluir las enfermedades de transmisión sexual (ETS), un tampón que se ha dejado puesto accidentalmente, un problema congénito (algo que se tiene de nacimiento) de la vagina o el útero (esto es muy raro), o una alergia a o irritación por:

- Espermicidas
- Productos de higiene vaginal
- Detergentes
- Suavizantes de prendas

Estos productos pueden causar irritación a la vagina. Pero cuando tu proveedor de cuidados de salud hace pruebas de tus secreciones vaginales, puede determinar si tu infección se debe a una de las 3 causas más comunes o se trata de algo diferente. Si se trata de algo diferente, tu proveedor de cuidados de salud deberá decidir el tratamiento en base a la causa. Por lo tanto, si notas síntomas de una infección vaginal, debes ver siempre a tu proveedor de cuidados de salud para asegurarte de que se la diagnostique y trate correctamente.

**Escrito por Lara Hauslaib, B.A., Leadership Education in Adolescent Health (LEAH),  
Coordinadora del Programa de Entrenamiento, Coordinadora del Programa de Asesoramiento  
para la Juventud de la Red de AOL, CYWH, Escritora de Educación en Salud**

Copyright © 2000, Center For Young Women's Health, Children's Hospital. All rights reserved.