

## 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 palmaditas con una toalla.
  - No use baños de burbujas ni jabón perfumado. Cuando su hija tenga la edad adecuada, dígame 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 recuérdela 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 Huguélet, MD;  
Approved by the Patient Family Education Committee Dec. 2012

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

