

Erupción por el Calor (*Miliaria Rubra*)

Es una erupción muy común que ocurre debido al sudor excesivo cuando hace demasiado calor y hay mucha humedad, y es ocasionada por una obstrucción de las glándulas del sudor. Más frecuentemente se caracteriza por pequeñas lesiones rojas que a veces parecen ampollas en la piel. La piel tiene una consistencia espinosa al tacto. La erupción se ve con más frecuencia en el cuello, la parte alta del pecho y la espalda y en los pliegues de la piel.

¿En qué consiste la afección?

Hay varios tipos de erupciones causadas por el calor, pero la más común es la denominada miliaria rubra. Ocurre cuando hay sudoración excesiva, la cual causa una obstrucción de las glándulas del sudor. Esto ocurre más frecuentemente cuando hace un calor intenso. Pero también puede aparecer por usar mucha ropa, especialmente en los bebés, o como consecuencia de la fiebre. La erupción es inofensiva y mejora rápidamente.

¿Cuáles son los síntomas?

- Pequeñas lesiones de la piel que a veces parecen ampollas muy pequeñas o granos. Al tocar la piel se tiene la sensación de espigas.
- Puede haber una ligera comezón, pero ningún otro síntoma.
- Ocurre más comúnmente en los pliegues de la piel o en las áreas que rozan constantemente con la ropa. Los sitios donde aparece con más frecuencia son el cuello, el área del pañal, las axilas, la parte alta de la espalda y el pecho.
- Otra forma de erupción por el calor, llamada miliaria cristalina, ocurre mayormente en los recién nacidos.

Consiste en pequeñas vesículas, sin enrojecimiento, que pueden romperse fácilmente.

- La erupción desaparece a los pocos días, especialmente si el área se mantiene menos caliente o aun fría.

¿Qué aumenta el riesgo de una erupción por calor?

- Exposición excesiva a altas temperaturas y humedad.
- Usar muchos vestidos cuando hace calor o aun en días fríos.

¿Cuál es el tratamiento?

- Por lo general, enfriar al niño es todo lo que se necesita. En días calurosos, no lo exponga al calor; manténgalo en un cuarto con aire acondicionado si es posible. Quitele toda la ropa que sea excesiva. Una compresa fría (una toalla empapada en agua fría) puede ser beneficiosa.
- No aplique nada en la piel (ni lociones ni cremas). Éstas pueden agravar el problema al bloquear las glándulas del sudor.
- La erupción debe mejorar a los pocos días. Si esto no sucede, llame a nuestro consultorio.

¿Cuándo debo llamar a su consultorio?

Llámenos si:

- La erupción por el calor no desaparece a los pocos días.
- El niño tiene episodios repetidos.

Otras condiciones pueden causar una erupción similar. Llámenos si el niño tiene otros síntomas, incluyendo fiebre, o si simplemente el bebé parece estar enfermo.