

Contexto e Introducción

Las infecciones por hongos en la piel, como la tiña, son muy comunes en la infancia debido al contacto constante con otros niños, mascotas y entornos compartidos como piscinas o escuelas. Aunque el término 'tiña' puede sonar alarmante, se trata de una afección superficial y generalmente leve que responde muy bien al tratamiento adecuado.

Reconocer los síntomas de estas infecciones —que suelen presentarse como manchas rojas, escamosas y circulares que pican— es el primer paso para evitar su propagación. Mantener una buena higiene, secar bien la piel después del baño y no compartir objetos personales son medidas sencillas pero altamente efectivas para prevenir su aparición y contagio.



¿Cómo se contagian los hongos en la piel?

Los hongos se propagan fácilmente por contacto directo de piel a piel con una persona o animal infectado, o al tocar objetos contaminados como toallas, ropa, peines o suelos de piscinas y vestuarios.

¿Cómo diferencio un hongo de un simple eccema?

La tiña corporal típica tiene forma de anillo: los bordes son rojos, elevados y escamosos, mientras que el centro de la mancha parece piel sana. Si tienes dudas, el pediatra o dermatólogo puede confirmarlo visualmente o mediante un pequeño cultivo.

¿Mi hijo puede ir a la escuela si tiene tiña?

Una vez iniciado el tratamiento médico (habitualmente cremas antifúngicas), el riesgo de contagio disminuye rápidamente. Por lo general, los niños pueden volver a la escuela a las 24-48 horas de haber comenzado el tratamiento, siempre cubriendo la lesión si es posible.

FUENTES Y REFERENCIAS PEDIÁTRICAS

- Organización Mundial de la Salud (OMS) (<https://www.who.int/es>)
- Asociación Española de Pediatría (AEPap) - Familias y Salud (<https://familiaysalud.es/>)
- Healthy Children - AAP (<https://www.healthychildren.org/>)



1. ¿Qué son la tiña y los hongos en la piel?

La tiña y otras infecciones por hongos (dermatofitosis) son muy comunes en la infancia. Afectan la capa superficial de la piel, el cuero cabelludo, los pies o los pliegues.

No son peligrosas y no tienen nada que ver con “gusanos”, pero sí se contagian fácilmente y necesitan tratamiento para evitar que se extiendan o contagien a otros.



2. SIGNOS INICIALES

1. Tiña corporal (anillos en la piel)

- Mancha redonda u ovalada, con bordes elevados.
- Centro más claro que el borde.
- Picazón leve.
- Crece poco a poco si no se trata.
- **En distintos tipos de piel:**
 - En piel clara: suele verse roja.
 - En piel morena u oscura: puede verse marrón, violácea o grisácea, a veces menos llamativa; el borde es lo más visible.

2. Tiña del cuero cabelludo (hongos en la cabeza)

- Zonas donde el cabello se rompe o se cae → “parches sin pelo”.
- Piel seca, escamosa o con pequeñas costras.
- Puede picar.
- En casos más avanzados: inflamación dolorosa (querion).
- **Dato importante:** La tiña del cuero cabelludo siempre requiere tratamiento por vía oral, porque las cremas no penetran en el folículo.

3. Pie de atleta (hongos en los pies)

- Piel entre los dedos blanca, húmeda o macerada.
- Descama, pica o arde.
- A veces aparecen pequeñas grietas.

4. Tiña inguinal (ingles y pliegues)

- Enrojecimiento en los pliegues.
- Picazón.
- Bordes definidos con descamación.



CÓMO SE CONTAGIA

- Contacto directo piel con piel.
- Compartir toallas, peines, gorras, almohadas, auriculares.
- Superficies húmedas: piscinas, duchas, tatamis.
- Ropa o zapatos mojados por sudor.
- Mascotas con manchas sin pelo o costras.
- Deportes de contacto (lucha, judo, fútbol, baloncesto): mayor riesgo por el sudor y el uso de colchonetas compartidas.



CUÁNDO CONSULTAR AL PEDIATRA

Consulta si:

Ves un anillo o lesión redonda que crece. ⚠️

Hay pérdida de cabello en parches. 🚑

Las lesiones son múltiples o muy extendidas. ⚠️

No mejora tras 2 semanas de la crema indicada. ⚠️

Hay dolor, inflamación, secreción o fiebre. 🚑

Varios miembros de la familia tienen síntomas parecidos (posible brote). ⚠️

Sospechas que la mascota puede estar afectada. ⚠️



QUÉ HACER EN CASA: CUIDADOS INMEDIATOS

- Lavar diariamente la zona con agua y jabón suave.
- Mantener la piel seca y descubierta.
- Aplicar la crema antimicótica indicada por el pediatra.
- Evitar rascarse: mantener uñas cortas.
- No compartir objetos personales.
- Lavar ropa, toallas y sábanas en agua caliente, cuando sea posible.
- Revisar cuero cabelludo del niño cada pocos días si sospechas contagio.

LO QUE NO SE DEBE HACER (MUY IMPORTANTE)

- No usar antibióticos tópicos (no funcionan contra hongos).
- No cubrir con vendajes gruesos que mantienen humedad.
- No suspender el tratamiento antes de tiempo aunque la piel “parezca bien”.
- No usar cremas con corticoides sin indicación médica: pueden empeorar el cuadro y “disfrazar” la lesión (tinea incognita).
- No aplicar remedios caseros irritantes (alcohol, vinagre fuerte, pasta dental).



En casa:



Secar bien pliegues, pies e ingles después del baño.



Usar ropa interior y calcetines de algodón; cambiar si están húmedos.



Colocar sandalias en piscinas y duchas públicas.



Desinfectar peines y cepillos semanalmente.



Revisar mascotas con zonas sin pelo y llevarlas al veterinario si es necesario.



Evitar que los niños compartan almohadas, gorros o colchas durante juegos o siestas en grupo.

En la escuela / guardería:

- Enseñar a no compartir peines, gorras, cascos deportivos, auriculares ni toallas.
- Avisar a la escuela si el niño tiene tiña para que revisen al grupo.

Asistencia escolar:

- El niño puede asistir si ya está en tratamiento y las lesiones están cubiertas.
- En casos de tiña del cuero cabelludo, debe iniciar tratamiento oral primero y asistir según indique el pediatra.



TRATAMIENTO (DURACIÓN Y CLAVES)

- **Tiña corporal:** 2–4 semanas de crema.
- **Tiña inguinal:** 2–3 semanas.
- **Pie de atleta:** 2–4 semanas.
- **Tiña del cuero cabelludo:** 6–8 semanas con medicación oral + champú antifúngico para reducir contagio.

Para evitar recaídas y resistencia

- Completar el tratamiento por el tiempo indicado, aunque la lesión mejore rápido.
- No usar cremas con esteroides sin receta.
- Lavar semanalmente objetos que tocan la piel: gorros, sábanas, colchas, uniformes deportivos.
- Reemplazar cepillos, peines o accesorios de cabello si la infección es del cuero cabelludo.

SEÑALES DE ALARMA

Busca atención médica urgente si:

La lesión se vuelve muy dolorosa o muy roja. 🚑

Hay secreción amarillenta u olor. 🚑

El niño presenta fiebre. 🚑

Se observa un querion (gran área inflamada en el cuero cabelludo). 🚑

El niño parece decaído o la infección se extiende rápidamente. 🚑



RESUMEN PARA PADRES

La tiña es frecuente y tratable, pero requiere tratamiento correcto para evitar contagio y recaídas.

Observa los signos iniciales: anillos, descamación, parches sin cabello.

La prevención incluye higiene, no compartir objetos y revisar mascotas.

La constancia con el tratamiento es la clave.

Consultar si no hay mejoría, si hay varios casos en casa o si afecta el cuero cabelludo.

Mensaje Final para los Padres

La tiña y otras infecciones por hongos son comunes y tratables, pero no deben subestimarse. Un diagnóstico correcto y un tratamiento constante son esenciales para curar la infección, evitar que se extienda a otros miembros de la familia y prevenir recaídas.

La prevención a través de buenos hábitos de higiene es tu mejor aliada. Observa la piel de tus hijos, actúa ante los primeros signos y no dudes en consultar al pediatra. ¡Tu atención es clave para su bienestar!





CONTENIDO REVISADO POR:

Dra. Ariana

Especialista en Pediatría & Máster en Atención Integral al Niño

Con **más de 35 años de experiencia** clínica y docente como pediatra en Cuba (actualmente retirada y sin homologación médica en otros países). El contenido de este sitio resume su amplia experiencia y lo recomendado por las guías pediátricas actuales.

Aviso importante: Todo el material de este sitio es **estrictamente educativo y didáctico**. No constituye una recomendación, indicación médica, ni llamada a la acción. No sustituye bajo ninguna circunstancia la evaluación presencial de tu pediatra.

"La mejor herramienta de prevención es la educación y la tranquilidad familiar."

[Ver credenciales completas y biografía](#) > (/dra-ariana)

Apoya la divulgación independiente

Este proyecto se mantiene libre de publicidad farmacéutica gracias al apoyo de las familias. Si nuestras guías te han ayudado, puedes contribuir a mantener el sitio activo.



Hacer una aportación voluntaria (<https://gumroad.com>)





Aviso Legal y Educativo

Este artículo tiene un propósito **estrictamente educativo y divulgativo**. Ha sido redactado basándose en la experiencia de la Dra. Ariana (pediatra jubilada en Cuba, sin homologación en otros países) como un resumen didáctico de las pautas pediátricas actuales.

Nada de lo expresado en este sitio web constituye una recomendación médica, un diagnóstico, un tratamiento, ni una llamada a la acción.

Esta información no sustituye en ningún caso la valoración médica presencial. Ante cualquier síntoma o duda sobre la salud de un menor, debes acudir inmediatamente a un centro de salud o consultar con su pediatra tratante.

