

Golondrino (Hidrosadenitis supurativa)

Inflamación aguda o crónica de las glándulas sudoríparas. Cuando afecta a la axila se conoce como “golondrino”. No es una infección, ni se contagia.

De causa desconocida, favorecen su aparición predisposición genética y factores externos. Afecta a un 1- 4% de la población, de los dos sexos aunque es más frecuente en mujeres. Aparece en la adolescencia, porque es cuando empiezan a funcionar las glándulas afectadas, responsables del olor corporal. Las zonas afectadas con más frecuencia son las axilas, pero también afectan ingles, nalgas, zona perianal, alrededor de las mamas o pubis.

¿Cuáles son sus síntomas?

Inicialmente aparece picor, enrojecimiento y aumento de la sudoración. Después aparecen por debajo de la piel unos granos (nódulos) inflamados muy dolorosos que pueden persistir durante semanas hasta desaparecer de forma espontánea. En ocasiones se transforman en abscesos y pueden desprender pus.

La forma crónica cursa con brotes. En cada brote la zona inflamada afectada se hace más grande creando un espacio por debajo de la piel, como una red en el que se forman caminos fistulosos que comunican entre sí las zonas afectas. La inflamación crónica causa cicatrices y retracción de la piel.

¿Cómo se diagnostica?

Su médico de cabecera se basará simplemente en la molestia que el paciente explica, en la exploración de las lesiones características en las zonas típicas, así como su curso crónico y la evolución en forma de brotes.

¿Qué pronóstico tiene?

Es una enfermedad benigna, pero dado su carácter crónico y los síntomas que presenta en sus formas moderadas o severas puede ser

muy debilitante física y psicológicamente, con gran impacto sobre la calidad de vida de la persona afectada.

¿Qué puedo hacer?

Acuda a su médico de cabecera en cuanto aparezcan los primeros síntomas.

Su médico de cabecera valorará el grado de su afectación, le aconsejará el tratamiento tópico o general más adecuado y hará el seguimiento. El uso prolongado de antibióticos sistémicos no es adecuado. En determinadas situaciones, su médico de familia le derivará al dermatólogo para valorar juntos el tratamiento más adecuado.

¿Cómo podemos prevenir nuevos brotes?

- **Asee la zona afectada** con jabones antisépticos o geles con pH ácido.

- **Use ropa suelta** incluyendo la ropa interior y evite los cinturones ajustados, para disminuir la fricción sobre las zonas afectadas.

- **Evite el afeitado** de la zona afectada.

- **Mantenga la piel fría**, evite el calor y la sudoración.

- **Evite el sobrepeso y la obesidad.** La forma más eficaz para controlar la enfermedad es bajar peso, seguir una dieta equilibrada y practicar ejercicio físico de manera regular..

- **Deje de fumar.** Disminuirán los brotes y su gravedad.

En caso de que su estado de ánimo se vea afectado, será de ayuda el **soporte emocional psicológico**.

