

La Hiperhidrosis

1. Qué es la hiperhidrosis

La hiperhidrosis es el exceso de sudor o transpiración excesiva que se produce de forma espontánea, sin ser causada por temperaturas altas o por situaciones de tensión física o emocional.

La hiperhidrosis se presenta con más frecuencia entre los 25 y los 64 años y, en un 40% de los casos, suele haber algún familiar más que lo padece, lo que demuestra su tendencia hereditaria.

2. Tipos de hiperhidrosis

1. **Primaria o focal:** Cuando la sudoración excesiva afecta las **manos**, los **pies** y las **axilas**. En la mayoría de los casos, no se puede encontrar la causa, y es un padecimiento que parece ser hereditario.

2. **Secundaria:** Cuando la sudoración ocurre como **resultado de otra afección**.

La transpiración puede darse de forma generalizada, o localizarse en zonas concretas del cuerpo.

3. Grados de afectación

- **Grado I:** La sudoración no se nota nunca ni impide la actividad normal del paciente.
- **Grado II:** La sudoración es tolerable, pero a veces impide la actividad normal del paciente.
- **Grado III:** La sudoración es raramente tolerable y frecuentemente impide la actividad normal del paciente.
- **Grado IV:** La sudoración no es tolerable e interfiere continuamente en la actividad normal del paciente.

El impacto psicológico de la hiperhidrosis puede acomplejar o interferir en la vida diaria de quien lo padece. Los pacientes afectados tratan de acomodarse al problema y suelen adoptar pautas especiales de comportamiento:

- Evitar situaciones que conduzcan al contacto físico, como saludar con un apretón de manos
- Limitar los movimientos de los brazos y adoptar posturas rígidas para ocultar la sudoración excesiva de las axilas
- Cambiarse varias veces de ropa a lo largo del día
- Evitar actividades que supongan sujetar objetos con seguridad



4. Qué causa la hiperhidrosis?

La sudoración puede comenzar de forma inesperada y en muchos casos se relaciona con situaciones de **estrés, miedo, vergüenza y otro tipo de emociones incontrolables**.

Una queja muy común entre los pacientes con hiperhidrosis es que se ponen nerviosos cuando detectan que han roto a sudar, entonces el cuadro se dispara y sudan mucho más profusamente. Cuestiones tan básicas como hacer deporte, conducir (el volante u otros instrumentos se escurren fácilmente de las manos) o elegir la ropa (el sudor deja marcas en las prendas y estas se estropean con rapidez) suponen una suma de impedimentos que pueden terminar minando la autoestima del paciente, y suponiendo para él una barrera a la hora de establecer relaciones con las personas de su entorno, o incluso modificar su personalidad.

Ciertos hábitos, tales como el consumo de bebidas, nicotina, cafeína y ciertas comidas u olores también pueden disparar el grado de sudoración de estos pacientes.

5. Tratamiento de la hiperhidrosis

El tratamiento se aplica en función del grado que sufra **cada paciente.**

- **Antitranspirantes:** se aplican sobre la piel para evitar el exceso de sudor. Este efecto se logra gracias a que estos productos taponan los conductos sudoríparos, evitando así la salida del líquido. Los principales antitranspirantes comercializados son los compuestos por sales de aluminio. Los antitranspirantes pueden producir irritación en la piel.
- **Iontoforesis:** consiste en el cierre de los canales sudoríparos mediante ligeras corrientes eléctricas. El paciente coloca la parte afectada en un baño acuoso a través del cual se aplica la corriente de forma creciente.
- **Botox:** la toxina botulínica tipo A (Botox) se usa para el tratamiento de la sudoración intensa en las axilas, una afección llamada hiperhidrosis axilar primaria. La toxina botulínica inyectada debajo del brazo bloquea temporalmente los nervios que estimulan la sudoración. Los efectos secundarios incluyen dolor en el sitio de la inyección y síntomas seudogripales. El Botox utilizado para el sudor en las palmas de las manos puede causar debilidad leve pero temporal y dolor intenso.
- **Cirugía por debajo del brazo:** se trata de una cirugía para extirpar las glándulas sudoríparas en las axilas. Los métodos empleados abarcan: láser, curetaje (raspado), escisión (corte) o liposucción. Estos procedimientos se realizan utilizando anestesia local.

