

SARNA

La sarna o escabiosis es un cuadro pruriginoso de la piel causada por el ácaro microscópico *Sarcoptes scabiei*. Es común en todo el mundo y afecta a las personas de todas las razas y clases sociales. La sarna se disemina rápidamente en lugares con mucha gente en los que hay contacto frecuente con la piel de otras personas. Los hospitales, los centros de cuidado infantil y los asilos de ancianos y convalecientes son algunos ejemplos. La sarna puede infectar fácilmente a las parejas sexuales y otros familiares en casa. Compartir ropa, toallas y sábanas también puede diseminar la sarna. No se puede adquirir sarna de una mascota. Las mascotas adquieren un tipo diferente de infección denominada sarna animal.

Los síntomas principales son:

- Irritación o erupción con aspecto parecido a las espinillas.
- Picor intenso, especialmente durante la noche.
- Llagas en la piel causadas por el rascado.

Medidas higiénico-sanitarias

- Desinfectar.
- La ropa, las sábanas, las toallas y otros útiles de la persona infectada deberán lavarse en agua caliente y secarse en una secadora con calor. Lo que no se pueda lavar se debe meter en una bolsa de plástico cerrada y dejarla en ella durante una semana.
- Planchar la ropa a alta temperatura.
- También se debe limpiar a profundidad toda la casa; hay que aspirar cuidadosamente las tapicerías, sofás, sillas, alfombras, etc., con el fin de eliminar los ácaros.
- Es una muy buena idea que, en lugar de usar los jabones comunes para el baño, se usen jabones naturales. Estos sirven también para niños y mujeres embarazadas. Los más aconsejables son los de avena y los de lavanda, ya que eliminan las erupciones cutáneas y los escozores, además la piel se vuelve mucho más suave y lubricada.

Tratamiento

El tratamiento de la sarna consistirá en eliminar el ácaro de la piel y en aliviar el picor de la persona infectada. No sólo se debe tratar a la persona enferma, sus familiares o las personas con las que conviva deben recibir tratamiento, aunque no tengan síntomas.

Intentar no rascar las áreas afectadas para no causar lastimaduras que puedan infectarse.

Consumir alimentos ricos en zinc (soja, semillas de girasol, salvado de trigo, productos de grano entero, levadura), ya que propician la curación.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Tratamiento médico

Cuando se comienza el tratamiento de la sarna la posibilidad de contagiar a otras personas es muy baja (24 horas después del inicio la posibilidad de contagio disminuye hasta el 1%). Más del 95% de las personas que reciben tratamiento se curan de la sarna y no tienen ninguna complicación.

Estas son las medidas más utilizadas para ello:

- **Antihistamínicos orales:** el picor tarda en desaparecer varias semanas después de que se elimine el parásito por completo, por eso es necesario que el médico recete un tratamiento específico para aliviarlo y evitar el rascado. Los antihistamínicos se tomarán cada día antes de acostarse. Desgraciadamente, los más potentes también provocan sueño y hay que tener cuidado en personas que conduzcan maquinaria.
- **Corticoides:** cuando los antihistamínicos no sean suficientes o no se puedan dar, los corticoides en crema aliviarán el picor porque disminuyen la alergia. Sólo si los síntomas continúan se tendrán que dar los corticoides por vía oral.
- **Permetrina:** es un tipo de pesticida que se utiliza frecuentemente en la agricultura. En la segunda mitad del siglo XX se empezó a utilizar en Panamá en enfermos de sarna. Hoy es el principal tratamiento en forma de crema o de loción para erradicar el parásito. Sus efectos secundarios más frecuentes son la irritación de la piel y el aumento del picor al inicio del tratamiento. Se debe aplicar por todo el cuerpo, aunque el ácaro sólo haya infectado una región de la piel.
- **Azufre con vaselina:** es el tratamiento para eliminar el parásito más seguro en embarazadas, recién nacidos y niños. El motivo por el que no se utiliza más en el resto de gente es porque es una sustancia muy desagradable y maloliente.
- **Benzoato de bencilo:** otra sustancia que se usa para destruir al ácaro. Se vende en forma de loción y se aplica en la piel afectada por la noche. Es también un fármaco muy útil para eliminar los piojos.
- **Ivermectina:** es un medicamento que se toma por vía oral en forma de pastillas. Se utiliza en muchas infecciones por parásitos, y entre ellas está la sarna. Es la mejor opción para los pacientes enfermos de sida que tienen sarna noruega.

Tratamiento natural

Complementos alimenticios

Microb Balance® (Nutrinat Evolution): Ejerce efectos antiparasitarios, repara los tejidos y mejora la respuesta inmunológica.

Vitamina C Plus (Nutrinat Evolution): La vitamina C ayuda a la cicatrización y apoya el sistema inmune para combatir la infección.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Antiox Care® (Nutrinat Evolution), que contiene, entre otros, dosis altas de vitamina C, zinc y vitamina E, que refuerzan el sistema inmune y ayudan a combatir las infecciones secundarias micóticas de la piel.

Uso externo

Citrobiotic® líquido (Extracto de semilla de pomelo) (Sanitas): Compuesto antimicrobiano de amplio espectro. Diluir 20 gotas de Citrobiotic® en una cucharada de aceite vegetal y aplicar en las zonas afectadas. Repetir este procedimiento durante varios días.

Aceite de ajo (*Allium sativum* L.) (HealthAid) / Aceite de orégano (Nutrinat Evolution): Sus propiedades bactericidas los convierten en un buen desinfectante contra afecciones de la piel como la sarna. Cortar la cápsula y empapar un paño de algodón con este aceite. Aplicar durante media hora sobre la piel.