Spanish - Number 08j
STI Series - May 2025

Candidiasis vaginal
Vaginal yeast infection

¿Qué es una candidiasis vaginal?

Una candidiasis vaginal es una infección común causada por el crecimiento excesivo de hongos en la vagina, lo que puede provocar síntomas irritantes pero tratables.

¿Qué causa las candidiasis vaginales?

Las candidiasis vaginales pueden ser causadas por muchos factores, entre ellos:

- uso actual o reciente de antibióticos;
- uso de corticosteroides;
- problemas con su sistema inmunitario, incluida la infección por VIH no controlada;
- aumento de los niveles de estrógeno, como durante el embarazo;
- nivel elevado de azúcar en sangre por una diabetes mal controlada;
- humedad como por ropa mojada por nadar, hacer ejercicio, o usar toallas sanitarias o protectores diarios durante mucho tiempo sin cambiarse.

¿Cómo se transmite?

Las candidiasis generalmente no se transmiten durante las relaciones sexuales. Sin embargo, si su pareja presenta síntomas, también debe consultar a su proveedor de asistencia sanitaria para que la evalúe y le brinde tratamiento. La candidiasis masculina no es tan común como la candidiasis vaginal, pero puede ocurrir.

¿Cuáles son los síntomas?

Entre los síntomas de la candidiasis vaginal se pueden incluir:

- picor vaginal/genital
- un cambio en la cantidad y el color (normalmente de color blanco, espesa, grumosa e inodora) de la secreción vaginal;
- piel enrojecida, irritada o hinchada alrededor de la entrada a la vagina;
- dolor durante las relaciones sexuales vaginales;
- dolor o una sensación de ardor al orinar;

La candidiasis masculina con mayor frecuencia se muestra como un sarpullido bajo el prepucio o en el pene. El prepucio o el pene también puede dar picor o estar irritado.

Otras infecciones vaginales, las infecciones de transmisión sexual (ITS) y ciertos jabones con perfume, productos de higiene femenina o desodorantes en spray pueden causar síntomas similares a los de una candidiasis vaginal. Consulte a su profesional de asistencia sanitaria de inmediato si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- está embarazada;
- no está seguro/a de si sus síntomas son los de una candidiasis;
- se trata de su primera candidiasis;
- tiene síntomas recurrentes de candidiasis.

¿Cuál es el tratamiento?

El tratamiento para la candidiasis vaginal puede incluir pastillas que se toman por vía oral, cremas o pomadas para la piel de los genitales, o comprimidos o cremas que se insertan en la vagina. Para algunos de los tratamientos se necesita una receta de su proveedor de asistencia sanitaria mientras que otros se pueden adquirir directamente en la farmacia.

Con tratamiento, la mayoría de las candidiasis vaginales mejoran en 2 o 3 días.

¿Cómo puedo evitar contraer una candidiasis vaginal?

Entre algunos ejemplos de cómo prevenir la candidiasis se incluyen:

- evitar el uso innecesario de antibióticos;
- cambiar las toallas sanitarias cada 4 horas y los tampones cada 4 a 6 horas. Evitar usar tampones mientras esté tratando una candidiasis;
- evitar la ducha vaginal o el uso de jabones con perfume, sprays o tampones;
- utilizar jabones sin perfume o evitar el uso de jabones por completo en sus genitales. Cambiarse inmediatamente si su ropa está húmeda, como trajes de baño o la ropa para hacer ejercicio;
- llevar una dieta equilibrada baja en azúcar, carbohidratos refinados (es decir, panes y pastas blancas) y alcohol;
- llevar ropa interior de algodón y ropa suelta. Evitar el nailon u otros tejidos sintéticos que retienen el calor corporal y la humedad cerca de la piel.

¿Cómo reducir el riesgo de contraer una infección de transmisión sexual (ITS)?

Práctica del sexo seguro mediante el uso del preservativo

Cuando se usan según las indicaciones, los preservativos masculinos y femeninos ayudan a evitar la transmisión de muchas ITS durante las relaciones sexuales vaginales, anales y orales. Los preservativos son menos efectivos a la hora de prevenir las ITS que se transmiten por contacto piel con piel, como el herpes simple, las verrugas genitales (virus del papiloma humano, VPH) y la sífilis (cuando hay úlceras).

Datos importantes a tener en cuenta al usar preservativos:

- revise el paquete del preservativo para asegurarse de que no esté dañado. No utilice preservativos dañados;
- compruebe la fecha de caducidad. No utilice preservativos caducados;
- abra el paquete cuidadosamente para no rasgar el preservativo. No utilice preservativos rasgados;
- mantenga los preservativos alejados de objetos filosos, como anillos, pendientes o piercings;
- guarde los preservativos a temperatura ambiente;
- use un preservativo nuevo cada vez que tenga relaciones sexuales. No reutilice los preservatives;
- no utilice 2 preservativos a la vez;
- ciertos medicamentos vaginales, como los tratamientos para las infecciones por hongos, pueden reducir la eficacia de los preservativos de látex. Los tratamientos que contienen estrógeno son particularmente propensos a dañar los preservativos de látex;
- utilice únicamente lubricantes a base de agua con los preservativos masculinos de látex. Los lubricantes a base de aceite, como la vaselina, la crema o el aceite de bebé, pueden debilitar y destruir el látex;
- los lubricantes a base de agua o de aceite se pueden usar con condones de poliuretano;
- utilice solo preservativos de látex o poliuretano (plástico);
- los preservativos de látex o poliuretano son los más eficaces para prevenir el embarazo y las ITS (los preservativos de piel animal no son tan eficaces como los de látex o poliuretano a la hora de prevenir las ITS).

Práctica de relaciones sexuales más seguras usando barreras bucales u otros métodos de protección

Una barrera bucal es una lámina fina de látex que se coloca sobre la vagina, los genitales internos o el ano durante el sexo oral. También se le llama barrera/lámina de látex, protector de látex, protector o lámina oral. Las barreras bucales son una buena manera de reducir la probabilidad de contraer o transmitir infecciones de transmisión sexual (ITS).

Aspectos importantes a tener en cuenta al usar una barrera bucal:

- antes de usar la barrera bucal, sosténgala a contraluz y compruebe que no tenga agujeros;
- enjuáguela suavemente con agua tibia para eliminar cualquier resto de polvo;
- coloque la barrera bucal sobre la vagina/genitales internos o el ano;
- asegúrese de que solo un lado de la barrera bucal toque la vagina/genitales internos o el ano;
- use una nueva barrera bucal cada vez que practique sexo oral;

- utilice una barrera bucal diferente para la zona anal y la vagina, y para la zona genital interna;
- aplique lubricante en la vagina, los genitales internos o el ano para mejorar la sensación;
- deseche la barrera bucal en la basura.

Medicamentos

Existen medicamentos que pueden reducir el riesgo de contraer o transmitir ciertas ITS. Para obtener más información, visite HealthLinkBC File #08o Prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS).

Vacúnese

Algunas ITS, como la hepatitis A, la hepatitis B y el virus del papiloma humano (VPH), se pueden prevenir mediante las vacunas. Hable con su proveedor de asistencia sanitaria sobre cómo recibir estas vacunas.

Conozca cuál es su estado de salud sexual

Si ha cambiado recientemente de pareja sexual o tiene más de una pareja sexual, hágase pruebas de ITS con frecuencia. Las pruebas de detección de ITS confirmarán si tiene alguna infección. Algunas personas pueden tener una ITS y no presentar ningún síntoma. Detectar y recibir tratamiento para una ITS disminuye el riesgo de transmitirle la infección a su(s) pareja(s).

Tener más parejas sexuales aumenta el riesgo de contraer infecciones de transmisión sexual (ITS).

Hable sobre la prevención

Antes de tener relaciones sexuales, hable con su(s) pareja(s) sobre las ITS y sobre cómo le gustaría prevenirlas. Si tiene dificultades para abordar el tema de las relaciones sexuales más seguras con su pareja o parejas, hable de ello con su proveedor de asistencia sanitaria o con un consejero.

Para obtener consejos sobre cómo hablar con su pareja o parejas, consulte el material informativo Smart Sex Resource (Recursos sobre sexo responsable) del BC Centre for Disease Control (BCCDC): https://smartsexresource.com/sexual-health/partners-communication/talking-to-your-partners.

Informar a las parejas

Si tiene una infección de transmisión sexual y está sexualmente activo/a, es importante que informe de ello a su(s) pareja(s) sexual(es). Esto les permitirá tomar decisiones informadas sobre su salud y sobre las pruebas de detección.

Para más información

Para obtener más información sobre cómo reducir el riesgo de contraer una ITS, visite HealthLinkBC File #08o Prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS).

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority