

## *¿El sudor en las manos es producto de una enfermedad?*

La hiperhidrosis puede ser primaria, es decir que no tiene causa, o, secundaria a enfermedades generales como diabetes, obesidad, tiroides, tuberculosis, linfomas, enfermedades cardíacas, neurológicas, fiebre. El ejercicio, alcohol y ciertos medicamentos también la generan. Cuando el sudor aparece en manos, o pies o axilas exclusivamente, se dice que es localizada y en esos casos no responde a las causas enumeradas. Cuando el paciente refiere sudor generalizado en el cuerpo siempre es necesario descartar enfermedades.

## *¿Qué ocurre si tengo sudor en los pies?*

Si bien uno tiende a pensar que el exceso de sudor es solamente un factor estético este concepto es equivocado. Se trata de un círculo vicioso donde el zapato oclusivo genera aumento de temperatura en los pies, por lo tanto más sudor, lo que lleva a la humedad persistente y el pie se torna propenso a padecer infecciones por hongos. Las uñas también se alteran, porque la humedad la ablanda y genera uña encarnada y despegamiento del lecho. Otros efectos del sudor son el mal olor y la dishidrosis (pequeñas ampollas que pican).

## *¿Qué opciones de tratamiento existen?*

Las opciones terapéuticas son desde lociones hasta cirugía. La hiperhidrosis genera en los pacientes que la padecen vergüenza, aislamiento social, obsesiones. Su tratamiento es fundamental para evitarlos.

Siempre se recomienda comenzar por el método más simple antes de pasar a los más complejos. El clorhidróxido de aluminio es el más eficaz de los agentes de aplicación local. Es seguro y relativamente efectivo. Los desodorantes antitranspirantes en general de venta libre no son efectivos ya que no contienen aluminio en cantidad suficiente. La iontoforesis es un equipo que permite, a través del paso de corriente eléctrica, ingresar principios activos hacia la piel. No tiene efectos adversos y es bien tolerada. Cuando éstos no actúan se puede optar por el segundo escalón de tratamiento: la toxina botulínica (Botox®, Dysport® y otras marcas). Se inyecta de manera superficial en las axilas, en este sitio el método es de fácil aplicación o en palmas y plantas colocando anestesia previa, logrando un efecto duradero de alrededor de 8 meses. No es doloroso, la sesión dura aproximadamente 30 minutos y los resultados se observan en 3 días. Es un método seguro y eficaz.

La última opción es la cirugía, se busca inhibir el sudor desde el sitio que lo estimula.

