

## ¿Por qué a mi hijo le salen cardenales?

### ¿Qué son los cardenales?

Los niños [siempre están jugando, corriendo y saltando](#), por lo que se golpean muchas veces y es normal que tengan cardenales.

Los cardenales (moratones o hematomas) son manchas oscuras que salen en la piel cuando nos damos un golpe. Se producen porque se acumulan pequeños restos de sangre debajo de la piel, cuando se rompen los capilares superficiales tras el golpe o presión en esa zona.

Las personas que tienen la piel más frágil o fina pueden tener hematomas con más frecuencia.

No suelen doler mucho y van cambiando de color al pasar los días. Al inicio, son rojos. A las 24-48 horas se vuelven azules, morados o incluso negros. A los 5-10 días, el color es verdoso y poco a poco se van haciendo más claros hasta ser amarillos o marrón claro. En casi todos los casos son leves y se quitan por completo en 2-3 semanas.

Los podemos ver con más frecuencia en zonas más expuestas a los golpes, como son la zona de delante de las piernas, los brazos y en la cabeza, sobre todo en la frente.

### ¿Cómo se tratan?

Los cardenales casi siempre son benignos y se quitan solos en 2-3 semanas, pero siguiendo unos pequeños consejos se puede aliviar la molestia y disminuir la hinchazón:

- Poner [frío local](#) es la medida más útil. Consiste en aplicar hielo en la zona justo tras el golpe, siempre envuelto en una toalla fina, durante 10-15 minutos, 2-3 veces al día, las primeras 24-48 horas.
- Mantener la zona del cuerpo elevada también ayuda a reducir la hinchazón.
- No masajear la zona del moratón.
- Si tiene molestias, se puede dar [paracetamol](#) o [ibuprofeno](#) de forma puntual.

El uso de ciertas plantas medicinales como la caléndula, la lavanda o el aloe vera no está demostrado que mejore el dolor, el hematoma ni la inflamación. Además, pueden irritar la piel, por lo que no se recomienda su uso de forma habitual.

Existe un uso muy frecuente de barritas de árnica. Contienen Árnica montana, una planta que crece en las montañas del centro de Europa y tiene sustancias con efecto antiinflamatorio, que alivian el dolor y evitan los hematomas. Pero también puede ser tóxica, tanto si se ingiere como si se aplica sobre la piel a altas dosis. Se sabe

que las concentraciones menores al 10% son seguras, por ello, los preparados comerciales no sobrepasan esa proporción. Sin embargo, no está claro que tenga algún efecto positivo a dichas concentraciones (debe tener una concentración mayor del 10% para ser eficaz y eso puede ser tóxico también).

### ¿Cuándo hay que consultar?

Aunque casi todos los cardenales son benignos, hay que tener en cuenta los signos de alarma por los que debemos consultar, ya que a veces, [la causa puede ser grave](#) o tener complicaciones.

Hay que consultar si:

- Presenta mucho [dolor](#), deformidad en la zona o no puede moverla bien.
- El hematoma no se le quita en 2-3 semanas o no sigue la evolución de colores esperada.
- Tiene cardenales muy frecuentes, son muy grandes, salen con golpes pequeños o sin ellos, o están en zonas donde es raro darse un golpe.
- En la familia hay personas que tiene moratones con facilidad o enfermedades de la sangre.
- Si junto a los cardenales suele tener sangrado por otros sitios ([nariz](#), [orina](#), al defecar...)
- Se encuentra cansado, está pálido, tiene [fiebre](#) intermitente o frecuente, ha perdido peso, se queja de dolor de piernas...

### Como resumen:

Los hematomas son manchas oscuras que vemos en la piel tras darnos un golpe o tras presión fuerte en una zona. Son muy frecuentes y suelen ser benignos, pero siempre hay que tener en cuenta ciertos signos de alarma por los que debemos consultar. Se quitan solos en 2-3 semanas. La medida más eficaz para disminuirlos y aliviar las molestias es la aplicación de frío local.

---

**Fecha de publicación:** 3-01-2024

**Autor/es:**

- [Ana Montañés Sánchez](#). Pediatra.. Centro de salud Gran Vía. Castellón.

