
Bromhidrosis o mal olor corporal

¡Los pies del niño huelen a queso! ¡Y qué peste sus axilas!... ¿Tendrá algún problema?

Estas situaciones son frecuentes y suelen acabar con una buena higiene. Aunque a veces hay que pedir ayuda profesional. Por este motivo, en este artículo veremos: el sudor, qué es la bromhidrosis, las causas más frecuentes del mal olor y cómo lo podemos tratar.

¿Qué es el sudor?

Las glándulas sudoríparas son las que producen el sudor. Son los “aires acondicionados” de nuestro cuerpo, es decir, regulan el calor del cuerpo con la evaporación del sudor.

Es un fluido compuesto por agua, minerales y otras sustancias químicas.

Hay dos tipos de glándulas sudoríparas:

- Ecrinas: están por todo el cuerpo, regulan la temperatura, eliminan residuos y funcionan desde que nacemos.
- Apocrinas: están en axilas, ingle, areola, barba, genitales..., son estimuladas durante el [estrés](#) y la excitación sexual, y funcionan desde la [pubertad](#).

También hay otras glándulas, las sebáceas, que producen sebo para protegernos de agresiones externas.

¿Qué es la bromhidrosis y cuáles son las causas?

Se define como “mal olor corporal”.

En general, el mal olor se produce cuando las bacterias que están en nuestra piel descomponen el sudor, ya que el sudor en sí no huele mal.

Las causas más frecuentes son el exceso de sudoración o la poca higiene. Pero hay otras causas:

- Alimentos: ajo, curry, espárragos, cebolla, comino, [alcohol](#), etc.
- Adolescencia: el olor del cuerpo puede ser más fuerte ya que las glándulas sudoríparas apocrinas empiezan a funcionar, como ya hemos visto. Por lo que si antes de la adolescencia un niño huele muy mal, a pesar de buena higiene y de que no sude mucho, habrá que consultar con el pediatra.

Otras causas más raras son:

- [Hiperhidrosis](#): cuando se suda mucho. Es típico en las [manos](#).

- [Diabetes](#): habría más síntomas, como pérdida de peso, orina frecuente, dolor de abdomen que se repite...
- Trimetilaminuria o síndrome del olor a pescado: enfermedad metabólica que produce mal olor corporal tras comer ciertos alimentos.
- [Dermatitis seborreica](#): en las zonas corporales donde hay exceso de sebo se produce mal olor.

¿Hay solución? ¿Cómo se trata?

- Lo primero es mostrar nuestro apoyo y comprensión en caso de que le esté afectando de forma psicológica, ya que pueden sufrir baja [autoestima](#), vergüenza, [timidez](#) e incluso [acoso escolar](#). Si la afectación psicológica es importante, se recomienda la ayuda de un especialista en esta área.
- La higiene frecuente es el segundo consejo en importancia, salvo en los más pequeños con [piel atópica](#), en cuyo caso lo estimará su pediatra o dermatólogo. Se hace con agua y jabón o limpiadores suaves sin olor.
- Hidratarse a menudo y evitar comida que favorezca el mal olor, como la que ya se citó antes.
- Cambiar la ropa con frecuencia y usar tejidos naturales (algodón o lino). Del mismo modo, zapatos que transpiren y abiertos, a ser posible.
- En caso de hiperhidrosis hay tratamientos tópicos como desodorantes que evitan el sudor y lociones específicas. También existen fármacos orales (anticolinérgicos, como la oxibutinina) que reducen el sudor, aunque pueden tener efectos secundarios como que la boca se seque.
- Hay otras formas de tratar que se usan menos en pediatría, como la toxina botulínica, la simpatectomía...

Fecha de publicación: 1-12-2023

Autor/es:

- [Rafael López García](#). Pediatra. Centro de Salud de Alhaurín el Grande. Alhaurín el Grande (Málaga)

