

Obtenga ayuda para los cambios en las uñas

Getting Help for Nail Changes

Los cambios en las uñas conforman diversos problemas que pueden surgir en las uñas de las manos, las de los pies o ambos. Normalmente, hay una uña en el extremo de cada uno de los dedos de las manos y los pies.

Las uñas están conformadas por:

- Lámina ungueal (la placa en el lado exterior, la parte dura y visible de la uña)
- Lecho ungueal (el tejido en el lado interior, la parte blanda debajo de la uña)

¿Qué es lo que causa los cambios en las uñas?

Algunos tipos de cáncer y sus tratamientos pueden causar cambios en las uñas. Dependiendo de lo que esté causando cambios en sus uñas, usted podría notar cambios en su aspecto, al igual que en la manera en que se sienten y funcionan. Los cambios en las uñas pueden ser temporales o puede que perduren.

¿A qué cambios en las uñas hay que estar alertas?

- Manchas oscuras debajo de las uñas que se asemejan a moretones y que por lo general ocurren en la base de la uña.
- Pequeñas grietas delgadas, cortes profundos o rasgaduras en las puntas, así como en la lámina ungueal o en el lecho ungueal, lo cual puede resultar doloroso.
- Pequeñas líneas rojas en las uñas que son diminutas áreas de sangrado (hemorragias) debajo de la lámina ungueal.
- Oscurecimiento de la piel alrededor de la uña, o en la uña misma (cambios en la coloración).
- Enrojecimiento, en ocasiones acompañado de inflamación, en el lecho ungueal y alrededor del dedo, lo cual puede ser una señal de infección.

- Levantamiento de la lámina ungueal, lo cual es propenso a resultar en la caída de la uña, facilitando el surgimiento de una infección.
- Pérdida completa de la lámina ungueal, que por lo general es temporal pero puede resultar doloroso e incrementar el riesgo de infección.
- Crestas (rebordes) de aspectos diferentes o líneas de colores en la lámina ungueal.

Lo que puede hacer para prevenir o controlar los cambios en las uñas

- Examinar sus manos y pies todos los días para ver si hay cambios en sus uñas.
- Evitar en lo posible tener cualquier tipo de lesión en las uñas.
- Aplicar sobre las uñas con rebordes irregulares una capa de recubrimiento o barniz para uñas soluble en agua, así como en aquellas que luzcan delicadas o que se partan. El barniz puede ayudar a fortalecer y proteger las uñas.
- Mantener sus uñas cortas. Las uñas cortas tienen menos probabilidades de romperse o de engancharse con algún objeto.
- Mantener sus uñas limpias para evitar infecciones.
- Usar guantes para las labores domésticas para proteger sus uñas al mojarse las manos (como al lavar los platos, hacer jardinería o labores de limpieza).
- Siempre confirme con su médico si está bien acudir a que le hagan una manicura por un profesional en caso de estar recibiendo tratamiento contra el cáncer.
- Usar calzado holgado.

- Evitar la presión sobre el lecho ungueal (tanto en dedos de las manos, como en los de los pies).
- Tomar la medicina como se le indica, si su doctor le receta medicamento para tratar los cambios en sus uñas.
- Informar a su doctor sobre cualquier cambio que note en sus uñas. Si tiene dolor o infección debido a los cambios que se estén generando en las uñas, hable con su equipo de profesionales médicos antes de probar con remedios caseros.

Hable con su equipo de profesionales médicos

Consulte con su equipo de profesionales médicos sobre los cambios en las uñas que puede esperar que le ocurran y cómo controlarlos. Infórmeles tan pronto como note algún cambio previsto o imprevisto en sus uñas. Si recibe medicamentos para tratar los cambios en sus uñas, asegúrese de decirle a su médico cómo le está surtiendo efecto el medicamento o si surgen problemas nuevos.

Para información, ayuda día-a-día y apoyo emocional en relación con el cáncer, visite www.cancer.org/es o póngase en contacto con la Sociedad Americana Contra El Cáncer llamando al **1-800-227-2345**. Estamos a su disposición para cuando nos necesite.

