

HERMAN ZARATE, DPM

7610 Carroll Ave Suite 350
Takoma Park, MD 20912

6510 Kenilworth Ave Suite 2100
Riverdale, MD 20737

13900 Baltimore Ave
Laurel, MD 20707

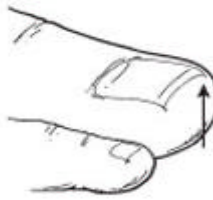
TEL. 301-927-9005

FAX 301-927-1313

Uña Encarnada del Dedo del Pie



Uña encarnada



Uña normal

¿Qué es una Uña Encarnada del Dedo del Pie?

Cuando una uña del dedo del pie se encarna, la uña se dobla hacia abajo y crece enterrándose en la piel, por lo general en los bordes de la uña (a los costados de la uña). Este “entierro” de la uña irrita la piel, a menudo causando dolor, enrojecimiento, hinchazón, y calor en el dedo del pie.

Si una uña encarnada causa una fisura en la piel, pueden entrar bacterias y causar una infección en el área, que a menudo se caracteriza por drenar y producir mal olor. Sin embargo, si su dedo del pie no le duele, no se enrojece, se hincha o se calienta, una uña que se dobla hacia abajo y penetra la piel en todo caso puede llegar a producir una infección.

¿Qué Causa una Uña Encarnada del Dedo del Pie?

Las uñas encarnadas en los dedos de los pies pueden desarrollarse por diversos motivos. En muchas personas, la tendencia a sufrir de este trastorno común es heredada. En otros casos, una uña encarnada del dedo del pie es el resultado de un traumatismo, tal como tropezar el dedo contra algo, o que algún objeto caiga sobre su dedo del pie, o realizar actividades que involucran presionar repetidamente los dedos de los pies, tales como patear o correr.

La causa más común de las uñas encarnadas de los pies es cortarlas de manera inadecuada. Si las deja demasiado cortas estimula a la piel adyacente a la uña a doblarse sobre la uña. Otra causa de las uñas encarnadas de los pies es usar zapatos que le quedan apretados o pequeños.

Ciertas enfermedades de las uñas están asociadas a menudo con las uñas encarnadas de los pies. Por ejemplo, si usted ha tenido infecciones micóticas (hongos) en las uñas de los pies o si usted a perdido una uña por un traumatismo, tiene un mayor riesgo de sufrir de uñas encarnadas de los pies.

Tratamiento

En ocasiones el tratamiento inicial para las uñas encarnadas de los pies puede realizarse en casa de manera segura. Sin embargo, le recomendamos enfáticamente no realizarse tratamientos caseros si sospecha que tiene una infección, o si sufre de alguna condición médica que sea de alto riesgo para sus pies – por ejemplo, diabetes, o daños neurológicos.

Cómo Prevenir las Uñas Encarnadas en los Dedos de los Pies

Muchos casos de uñas encarnadas en los dedos de los pies pueden ser prevenidos siguiendo estos dos consejos importantes:

- **Córtese las uñas de manera correcta.** Corte las uñas de sus pies en línea recta, y no las deje demasiado cortas. Debe poder meter la uña del dedo de su mano debajo de los lados y del extremo de la uña del dedo del pie.
- **Evite usar zapatos que no le quedan bien.** No use zapatos demasiado cortos o apretados en los dedos de los pies. También evite los zapatos muy sueltos, porque ellos pueden también causar presión en los dedos de los pies, especialmente cuando corre o camina velozmente.

La Verdad Acerca de los Tratamientos Caseros

Mitos: Cortar una muesca (una "V") en la uña reducirá la tendencia de la uña a doblarse hacia abajo.

Verdades: Cortar una "V" no afecta el crecimiento de la uña del dedo del pie. El nuevo crecimiento de la uña continuará doblándose hacia abajo.

Mitos: El corte repetido de los bordes de la uña es una buena manera de tratar las uñas encarnadas de los dedos de los pies.

Verdades: El corte repetido de las uñas no corrige el futuro crecimiento de la uña y puede incluso empeorar la enfermedad.

Mitos: Ponerse algodón debajo de la uña aliviará el dolor.

Verdades: Ponerse algodón debajo de la uña puede ser dañino. El algodón puede alojar bacterias y estimular una infección.

Mitos: Usted puede comprar tratamientos efectivos para las uñas encarnadas de los dedos de los pies en una farmacia.

Verdades: Los medicamentos tópicos de venta libre pueden ocultar el dolor, pero no solucionan el problema subyacente.