

Jan David Tepper, D.P.M., Inc.

Board Certified in Foot, Ankle Surgery and Foot Orthopedics
Fellow, American Academy of Podiatric Sports Medicine
Fellow, American Professional Wound Care Association

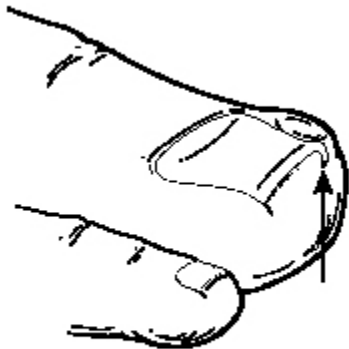
984 West Foothill Blvd, Suite B
Upland CA 91786

(909) 920-0884
Fax (909) 920-9810

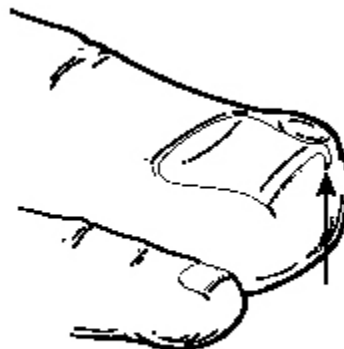
Ingrown Toenail

¿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.



Uña encarnada



Uña encarnada

¿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, daños neurológicos en el pie, o una mala circulación.

Cuidado en casa:

Si usted no tiene una infección o alguna de las anteriores enfermedades, puede remojar el pie en agua a temperatura ambiente (agreguele sales de Epsom si lo desea), y hágase un masaje suave al costado del borde de la uña para ayudar a reducir la inflamación. Evite intentar hacerse “cirugías de cuarto de baño”. El recorte repetido de la uña puede hacer que la enfermedad empeore con el paso del tiempo. Si sus síntomas no mejoran, es hora de visitar a un cirujano de pie y de tobillo.

Atención médica:

El cirujano de pie y de tobillo examinará su dedo del pie y elegirá el tratamiento más apropiado para usted. El tratamiento puede incluir:

- **Antibióticos administrados por vía oral.**

Si hay una infección, le puede ser recetado un antibiótico para ser administrado por vía oral.

- **Cirugía.**

Un procedimiento sencillo, a menudo realizado en el consultorio médico, se necesita por lo general para aliviar el dolor y retirar la uña que lo causa. La cirugía puede implicar anestesiarse el dedo del pie y cortar una esquina de la uña, una porción más grande de la uña, o retirar toda la uña.

- **Remoción permanente.**

Pueden usarse diferentes técnicas para destruir o extirpar la raíz de la uña. Este tratamiento evita la recurrencia de una uña encarnada del dedo del pie. Su cirujano determinará el procedimiento más apropiado para usted.

Después de una cirugía de uña, le será colocado un vendaje ligero. La mayoría de las personas experimentan muy poco dolor después de la cirugía y pueden retomar sus actividades normales al día siguiente. Si su cirujano le ha recetado un antibiótico administrado por vía oral, asegúrese de tomar el medicamento, incluso si sus síntomas han mejorado.

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.

Mitos

Cortar una muesca (una “V”) en la uña reducirá la tendencia de la uña a doblarse hacia abajo. El corte repetido de los bordes de la uña es una buena manera de tratar las uñas encarnadas de los dedos de los pies. Ponerse algodón debajo de la uña aliviará el dolor. Usted puede comprar tratamientos efectivos para las uñas encarnadas de los dedos de los pies en una farmacia.

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. El corte repetido de las uñas no corrige el futuro crecimiento de la uña y puede incluso empeorar la enfermedad. Ponerse algodón debajo de la uña puede ser dañino. El algodón puede alojar bacterias y estimular una infección. Los medicamentos tópicos de venta libre pueden ocultar el dolor, pero no solucionan el problema subyacente.