

## Uña Encarnada del Dedo del Pie

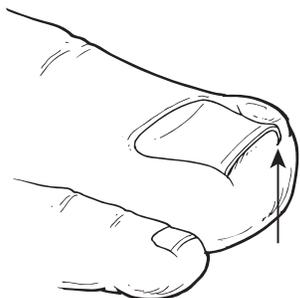


American College of  
Foot and Ankle Surgeons®

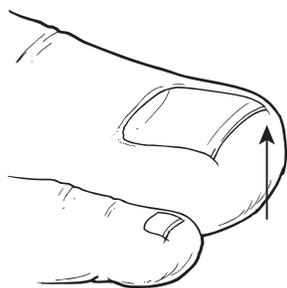
### ¿Qué es una uña encarnada del dedo del pie?

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 misma). Este “enterramiento” de la uña irrita la piel, a menudo provocando dolor, enrojecimiento, hinchazón y calor en el dedo del pie.

Si una uña encarnada causa una fisura en la piel, pueden entrar bacterias y provocar una infección en el área que a menudo se caracteriza por tener secreciones y producir mal olor. Sin embargo, aunque el dedo del pie no produzca dolor o esté enrojecido, hinchado o caliente, una uña que se dobla hacia abajo y penetra en la piel puede llegar a convertirse en infección.



Uña encarnada



Uña normal

### Causas

Entre las causas de una uña encarnada del dedo del pie se incluyen:

- **Factores hereditarios.** En muchas personas, la tendencia a padecer uñas encarnadas del dedo del pie es un factor hereditario.

- **Traumatismo.** En ocasiones, 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 el dedo del pie o realizar actividades que involucren presionar repetidamente los dedos de los pies, tales como patear o correr.
- **Cortar las uñas de manera inapropiada.** La causa más común de las uñas encarnadas es cortarlas demasiado. Esto promueve que la piel adyacente se doble sobre la uña.
- **Calzado de tamaño inadecuado.** Las uñas encarnadas pueden ser el resultado de usar medias y zapatos que le queden demasiado apretados o pequeños.
- **Padecimientos de las uñas.** Las uñas encarnadas pueden ser provocadas por problemas de la uña, como infecciones micóticas o perder una uña debido a traumatismo.

### Tratamiento

En ocasiones el tratamiento inicial para las uñas encarnadas puede realizarse en casa de manera segura. Sin embargo, se le recomienda enfáticamente no realizarse tratamientos caseros si existe sospecha de tener una infección o en aquellas personas que tienen enfermedades que ponen en riesgo los pies, como la 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 (agréguele sales de Epsom si lo desea) y darse un masaje suave al costado del borde de la uña para ayudar a reducir la inflamación.

Evite recurrir a “cirugías de cuarto de baño”. Cortarse repetidamente la uña puede hacer que la enfermedad empeore con el paso del tiempo. Si sus síntomas no mejoran, deberá visitar a un médico especialista en pie y tobillo.

## Uña Encarnada del Dedo del Pie *continuó*

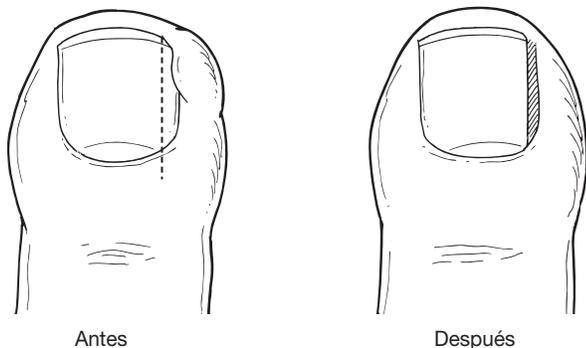


American College of  
Foot and Ankle Surgeons®

### **Atención médica:**

Después de examinar el dedo del pie, el médico especialista en pie y tobillo selecciona el tratamiento más apropiado para usted. Si hay alguna infección, le puede recetar un antibiótico oral.

En ocasiones se necesita un procedimiento quirúrgico menor, a menudo realizado en el consultorio médico, para aliviar el dolor y retirar la uña que lo causa. Después de aplicar anestesia local, el doctor quita parte del borde lateral de la uña. Algunas uñas vuelven a encarnar y es necesario extirparlas de raíz.



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 médico le recetó un antibiótico administrado por vía oral, asegúrese de tomar todo el medicamento aunque hayan mejorado sus síntomas.

### **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 consejos:

- **Cortar 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.
- **Zapatos y medias bien ajustados.** No use zapatos demasiado cortos o apretados en los dedos de los pies. Evite usar zapatos sueltos, porque también pueden causar presión en los dedos, especialmente al correr o caminar rápidamente. ■

### **Lo que debe saber acerca de los tratamientos caseros**

**No corte una muesca en la uña.** Contrario a lo que piensan algunas personas, esto no reduce la tendencia de la uña a doblarse hacia abajo.

**No se corte repetidamente los bordes de las uñas.** Cortar repetidamente las uñas no cambia la forma en que éstas crecen y puede hacer que empeore el padecimiento.

**No coloque algodón debajo de la uña.** No solamente no alivia el dolor, sino que proporciona un lugar para que se alojen las bacterias y se produzca una infección.

**Los medicamentos de venta libre no son efectivos.** Los medicamentos tópicos pueden ocultar el dolor, pero no solucionan el problema de fondo.



American College of  
Foot and Ankle Surgeons®

Esta información ha sido preparada por el Comité de Educación Pública de la American College of Foot and Ankle Surgeons, una organización profesional de 6.000 cirujanos de pie y tobillo. Miembros de la organización son doctores de medicina podiátrica que han completado internados en cirugía.

Esta organización tiene el propósito de adelantar el cuidado de los pacientes con problemas del pie o el tobillo por educación, investigación, y la promoción de normas superiores de la profesión.

Copyright © 2010, American College of Foot and Ankle Surgeons • [www.FootHealthFacts.org](http://www.FootHealthFacts.org)