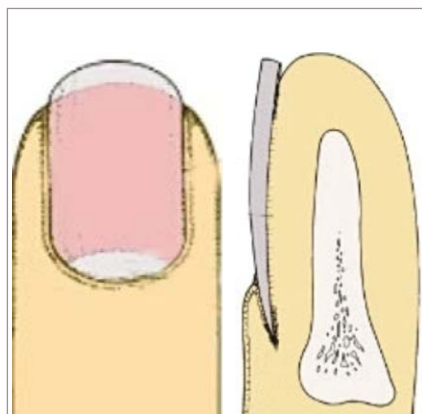




UÑAS

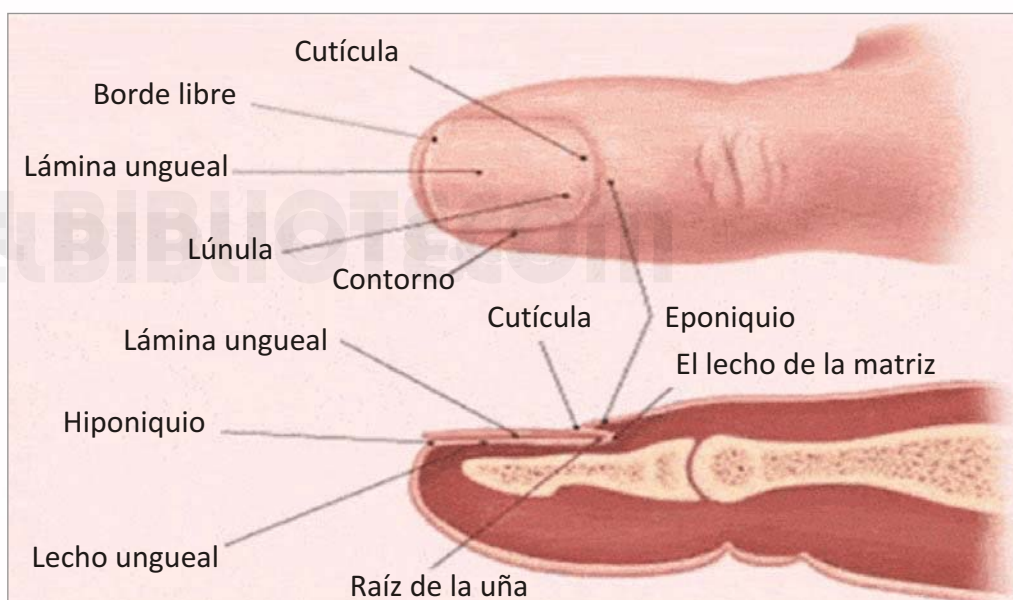


Las uñas están formadas principalmente por células muertas endurecidas que contienen queratina, una proteína a la que se debe su dureza y resistencia. La queratina, una sustancia muy rica en azufre. Las uñas también contienen una pequeña cantidad de grasas que contribuyen a retener agua. Ambos elementos, la grasa (presente en un 5%) y el agua (en un 10-15%), aportan fortaleza y un cierto grado de flexibilidad a las uñas, necesario para que éstas no se rompan.

Las uñas son unas *estructuras anexas de la piel* que se localizan en los extremos de los dedos. Están formadas, principalmente, por *queratina*, una proteína fibrosa que les aporta consistencia y dureza. El aspecto de las uñas es el de una *lámina córnea, de consistencia dura, con una superficie dorsal convexa y una coloración translúcida que adquiere un tono rosáceo por la transparencia de los vasos sanguíneos subyacentes*.

Además de *proteger las terminaciones nerviosas* sensitivas de los dedos y contribuir a perfilar el sentido del tacto, las uñas poseen una gran *importancia estética y reflejan el estado de salud del organismo*. Muchos de los cambios que se observan en las uñas son signos de alguna enfermedad orgánica.

La velocidad de crecimiento de las uñas varía de una persona a otra, de un dedo a otro e incluso de un clima a otro, pero en general vienen a crecer de 3 a 4 mm al mes. El ritmo de crecimiento también se acelera en verano y en los ambientes cálidos. También crecen más deprisa las uñas de las manos que las de los pies.



ESTRUCTURA DE LA UÑA

La uña suele ser *rectangular u ovalada* y tener un *grosor que oscila entre 0,50 y 0,75 mm*. Sus bordes se encuentran delimitados por unos pliegues de la capa más superficial de la piel, conocidos como *pliegues laterales* (los de ambos lados) y *pliegue proximal* (en el centro). *Estos pliegues dan forma a la uña y la unen al dedo*, quedando libre uno de sus extremos.

En el borde del pliegue proximal se proyecta la *cutícula*, una especie de película semitranslúcida que recubre aproximadamente en medio milímetro el cuerpo de la uña y tiene una *función protectora*.

En su región más cercana a la falange, se observa a veces una zona nacarada llamada *lúnula*. La uña descansa sobre el *lecho ungueal*, una estructura que participa en su formación, nutrición y crecimiento. El lecho ungueal se continúa a los lados con los pliegues laterales, en el centro con la *matriz ungueal* y en el extremo más externo con el *hiponiquio*. Se trata de una pequeña zona localizada entre el pulpejo del dedo y el lecho ungueal que impermeabiliza como un sello la base de la uña, protegiéndola de las infecciones. La matriz ungueal, conocida también como raíz de la uña, se encuentra debajo de la piel donde nace la uña y es la parte donde crece.



CAUSAS ANOMALÍAS

- Aplastar la base de la uña o el lecho ungueal puede producir una deformidad permanente.
- Quitarse o friccionarse la piel por detrás de la uña, de una forma crónica, puede hacer que la uña tome forma de tabla de lavar.
- La exposición prolongada a la humedad o al esmalte para uñas puede hacer que las uñas se pelen o descascaren y se vuelvan frágiles

ANOMALÍAS DE LA UÑA

Son problemas con el color, la forma, la textura o el espesor de las uñas de los dedos de las manos o de los pies. Como sucede con la piel, las uñas de los dedos de las manos dicen mucho acerca de su estado de salud.



Leuconiquia

Corresponde a vetas o puntos blancos en las uñas. Las lesiones punteadas de la uña corresponden a la presencia de pequeñas depresiones en la superficie de ésta, frecuentemente acompañadas de desmoronamiento. La uña puede aflojarse y algunas veces desprenderse. Las crestas son líneas pequeñas y levantadas que se desarrollan a lo largo de o arriba y abajo de la uña.



Líneas de Beau:

Son depresiones a través de la uña. Estas líneas pueden ocurrir después de una enfermedad, una lesión de la uña y cuando hay desnutrición de la persona



Uñas frágiles o quebradizas

A menudo son el resultado normal del envejecimiento, pero también pueden deberse a ciertas enfermedades y afecciones.



Coiloniquia

Es una forma anormal de las uñas de los dedos de la mano en donde la uña tiene crestas levantadas y es delgada y cóncava. Este trastorno está asociado con una anemia ferropénica.



Onicólisis

Las uñas se aflojan y pueden hasta desprenderse del lecho ungueal debido a la onicólisis. Cuando no están bien plantadas en su sitio, las uñas se dañan fácilmente y se acumula sucio debajo de ellas



UÑA DEL PIE ENCARNADA



La uña del pie encarnada es una condición en la que el borde de la uña crece dentro de la piel del dedo. El dedo gordo del pie es, por lo general, el más comúnmente afectado. Entre los síntomas están dolor, enrojecimiento e inflamación alrededor de la uña.

CAMBIOS EN LAS UÑAS POR EL ENVEJECIMIENTO

Las uñas cambian con el envejecimiento, *creciendo más lentamente y haciéndose más opacas y quebradizas. El color puede cambiar de transparente a amarillento y opaco.* Las uñas, especialmente las de los dedos de los pies, se pueden poner *duras y gruesas*, y pueden encajarse con más frecuencia. Las puntas de las uñas de la mano se pueden fragmentar. Algunas veces, se desarrollan líneas longitudinales en las uñas de manos y pies. Estos pueden ser cambios normales de la edad. Sin embargo, algunos cambios de las uñas pueden ser causados por infecciones, deficiencias nutricionales, trauma, u otro tipo de problemas.



ENFERMEDADES DE LA UÑA

- Las enfermedades que afectan la cantidad de oxígeno en la sangre (como una anatomía cardíaca anormal y enfermedades pulmonares, incluyendo el cáncer o la infección) pueden producir dedos hipocráticos.
- La nefropatía puede provocar una acumulación de productos de desecho nitrogenado en la sangre, lo cual causa daño a las uñas.
- La enfermedad hepática puede dañar las uñas.
- Las enfermedades de la tiroides, incluyendo el hipertiroidismo o el hipotiroidismo, pueden producir uñas quebradizas o separación del lecho ungueal de la lámina ungueal (onicólisis).
- Una enfermedad grave o una cirugía puede producir depresiones horizontales en las uñas (líneas de Beau).
- La psoriasis puede producir hendiduras, separación de la lámina ungueal del lecho ungueal (onicólisis) y la destrucción crónica de dicha lámina (distrofia de la uña).
- Otros problemas de salud que pueden afectar la apariencia de las uñas abarcan amiloidosis sistémica, desnutrición, deficiencia de vitaminas y líquen plano.