

# Uñas engrosadas: un signo común de hongos en las uñas

Muchas personas consideran que las uñas gruesas son principalmente un problema cosmético y simplemente ignoran o tratan de encubrir los síntomas. Pero las uñas gruesas pueden ser un signo de [hongos en las uñas](#), un trastorno común en las uñas que requiere tratamiento. Si no se trata, el engrosamiento de las uñas puede hacer que estas sean difíciles de recortar y que el simple hecho de caminar con zapatos llegue a ser incómodo. El aspecto antiestético también puede causar vergüenza y afectar su calidad de vida.

El engrosamiento de las uñas o su sobrecrecimiento - llamado onichausis en términos médicos - son enfermedades comunes que pueden afectar tanto a las uñas de las manos como de los pies. Aunque cualquier persona puede verse afectada por el engrosamiento de las uñas, es más frecuente en los ancianos que en los jóvenes. La genética también pueden aumentar el riesgo de engrosamiento de las uñas.

Aparte del sobrecrecimiento, la onichausis puede causar también [uñas quebradizas](#) y [uñas descoloridas](#). Las uñas pueden perder su translucidez y, si se dejan sin tratar, podrían llegar a doblarse hacia arriba y a veces empezar a caerse o romperse a medida que crecen hacia fuera.

## ¿Cuál es la causa de las uñas gruesas?

- Los hongos en las uñas. El engrosamiento de las uñas puede ser tanto un síntoma como un factor de riesgo para los hongos en las uñas. La mayoría de las infecciones de hongos en las uñas están causadas por dermatofitos - microorganismos parásitos que crecen sobre la uña y debajo de ella, haciendo que engrose y, a veces, se suelte desde el lecho de la uña. Los hongos prosperan en ambientes cálidos y húmedos y las [infecciones por hongos son contagiosas](#). Las levaduras y mohos también pueden causar infecciones fúngicas en la uña.
- La psoriasis de uñas. La psoriasis es una enfermedad crónica que produce ronchas eritematosas y escamosas en la piel de todo el cuerpo. La enfermedad también suele afectar a las uñas, haciendo que las células muertas de la piel alrededor de la uña se irriten y que la uña comience a engrosarse. Otros [síntomas de la psoriasis ungueal](#) son, por ejemplo, el agujereamiento de la placa de la uña, la aparición de líneas, decoloración y, finalmente, el desprendimiento.
- Traumatismos. Pillarse los dedos con una puerta o lesionárselos mientras se practican deportes llevando un calzado cerrado pueden causar onichausis, aunque por lo general la uña volverá a la normalidad después de que se haya curado. Los pequeños traumatismos repetidos, por ejemplo, derivados del uso de calzado demasiado ajustado, también pueden hacer que la uña engrose.
- La mala circulación. Si se reduce el suministro de sangre a los dedos de los pies y los dedos de las manos, las uñas no pueden recibir suficientes nutrientes necesarios para el crecimiento normal. Esta podría ser otra razón por la cual las personas mayores y los diabéticos, que suelen tener una mala circulación, son más propensos a padecer uñas engrosadas que otras personas.

## Tratamiento para las uñas gruesas

Las opciones de tratamiento que tiene a su alcance dependerán de las causas de la uña engrosada. Cambiar el calzado antiguo por uno más ancho y cortarse las uñas con frecuencia podrían ayudar a aliviar el dolor y dar a la uña un mejor aspecto, y hacer ejercicio puede ayudar a aumentar la circulación sanguínea en los dedos de los pies y de las manos. Pero si los hongos en las uñas o la psoriasis ungueal son los culpables de las uñas gruesas, deberá tratar la enfermedad subyacente. No ignore sus síntomas: cuanto antes comience el tratamiento, mayores serán sus posibilidades de éxito.

En el caso de los hongos en las uñas leves o moderados puede intentar el [tratamiento tópico](#) primero. Para las infecciones graves en las uñas, puede ser que un tratamiento antimicótico tópico no sea suficiente, en cuyo caso el

médico podrá recomendarle medicamentos orales, la extirpación de las uñas o el tratamiento con láser. Aunque no existe cura para la psoriasis de uñas, los casos graves se tratan a veces con inyecciones de esteroides.

## Causas de los hongos en las uñas

Los hongos en las uñas es la enfermedad ungueal más común, pero ¿cuál es su causa?

## Síntomas de la psoriasis de uñas

Aproximadamente la mitad de las personas con psoriasis tiene síntomas en las uñas.