

# Uñas quebradizas - un síntoma común de hongos en las uñas

Las uñas quebradizas, también conocidas como onicorrexis o una forma de distrofia ungueal en términos médicos, pueden afectar a cualquier persona, pero son especialmente comunes entre las mujeres de edad avanzada. La distrofia ungueal significa literalmente la formación de uñas pobres y la enfermedad está causada por un traumatismo o una infección, tales como [hongos en las uñas \(onicomicosis\)](#) o [psoriasis ungueal](#). El aire seco, el lavado frecuente de las manos y la exposición a productos químicos pueden aumentar el riesgo de uñas quebradizas. El envejecimiento y los factores hereditarios también pueden hacer que sus uñas sean más débiles y más susceptibles a romperse.

Si usted tiene las uñas secas y quebradizas, las capas de proteína en las uñas son propensas a separarse y a romperse.

## Los síntomas de las uñas quebradizas

Los síntomas comunes de las uñas secas y quebradizas son placas de uñas deformes o escamosas que se pueden dividir longitudinalmente. Se pueden desprender pequeñas piezas de la uña. A veces se acumula queratina blanda, de color amarillo, debajo de la uña, haciendo que la superficie de la uña se levante y, con el tiempo, se afloje (onicolisis). Si la uña se cae, puede que no crezca correctamente. Aunque la distrofia ungueal no es una enfermedad peligrosa, las [uñas dañadas](#) pueden resultar dolorosas y desagradables, lo cual provoca vergüenza en actos sociales.

## Las causas de las uñas quebradizas:

- Hongos en las uñas. La onicomicosis, o infección por hongos en las uñas, es una de las causas principales de las uñas quebradizas. Los hongos son microorganismos parásitos que pueden entrar en la uña a través de pequeños cortes o espacios entre la uña y la piel debajo de ella. Las uñas de los pies son particularmente susceptibles a la onicomicosis, ya que los zapatos ajustados proporcionan un ambiente perfecto para los hongos, que prosperan donde hay oscuridad, humedad y calor. Aparte de causar la caída y la descamación de las uñas, las infecciones por hongos pueden conducir a la [decoloración](#) y al [engrosamiento](#).
- Psoriasis. La psoriasis ungueal afecta a aproximadamente la mitad de todas las personas con psoriasis cutánea y la enfermedad puede causar lesiones debajo de la uña, resultando en uñas resquebrajadas o uñas deformes. Descamación, uñas sueltas, resquebrajamiento o decoloración son otros de los síntomas de la psoriasis ungueal.
- Traumatismo. Un pellizco o la rotura de un dedo del pie pueden causar que la sangre se acumule debajo de la uña, algo que puede conducir a la decoloración y al resquebrajamiento. Con el tiempo, se puede desprender del lecho de la uña y caerse por completo. Si el lecho de la uña se daña como resultado de un traumatismo, la nueva uña no podrá crecer correctamente.
- Otras enfermedades. En algunos casos, las uñas quebradizas son un signo de una enfermedad médica subyacente más grave, como la desnutrición, el hipertiroidismo u otros trastornos endocrinos.

## Tratamiento para las uñas secas y quebradizas

Si usted tiene fragilidad, descamación o uñas partidas, principalmente debido a factores ambientales, algunos cambios en su estilo de vida pueden ayudarle a mejorar el problema. Por ejemplo, evite remojar las manos y los pies en agua durante largos períodos de tiempo, y asegúrese de secarlos muy bien después de mojárselos. Use

un jabón suave y no se lave las manos en exceso. Además, trate de evitar la exposición de las uñas a productos químicos, tales como quitaesmaltes, e hidrátelas diariamente.

Pero si los [hongos en las uñas](#) o la [psoriasis ungueal](#) son los causantes de sus uñas secas y quebradizas, necesitará un tratamiento adicional para deshacerse de la infección, y cuanto antes se inicie el tratamiento, mejor. Para casos de onicomycosis de leves a moderados, son varias las cremas sin prescripción médica, ungüentos y [lacas de uñas](#) disponibles.

Para las infecciones graves en las uñas, un tratamiento antimicótico tópico no es suficiente y el médico puede recomendar medicamentos orales, la retirada de las mismas o un tratamiento de uñas con láser. Aunque no existe cura para la psoriasis de uñas, los casos graves se tratan a veces con inyecciones de esteroides.

El tratamiento de los hongos en las uñas y la psoriasis de uñas son un reto y, con independencia del tratamiento que elija, la cicatrización completa puede tardar hasta seis meses para una uña de la mano y un año para una uña del pie.

## 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.