

# ¿Por qué aparece la psoriasis también en las uñas?

La psoriasis es una enfermedad cutánea inflamatoria crónica que hace que su cuerpo sobreproduzca células de la piel, causando manchas de color rojo, piel escamosa y, en ocasiones, con picor que se acumulan en diferentes partes del cuerpo. Las causas exactas de la psoriasis y de la psoriasis ungueal no están del todo claras, pero se sabe que el sistema inmunitario está implicado. Normalmente, el sistema inmunitario protege al cuerpo de las infecciones destruyendo las bacterias perjudiciales, hongos y virus que entran en el sistema. Pero en una persona con psoriasis, el mal funcionamiento del sistema inmunitario, por el contrario, fomenta la inflamación y un crecimiento de la piel anormalmente rápido, que a su vez hace que las células de la piel se acumulen y la piel se irrite. En la psoriasis de uñas, las uñas pueden decolorarse, agujerearse, engrosarse y, finalmente, caerse. A veces se forman líneas en la uña. Muchos de los síntomas son similares a los causados por los [hongos en las uñas](#) y no es raro verse afectado por ambas enfermedades al mismo tiempo.

## ¿Quiénes contraen psoriasis de uñas?

Cualquiera puede contraer psoriasis de uñas, pero la enfermedad generalmente se desarrolla en la edad adulta temprana. Hombres y mujeres son igualmente propensos a tenerla y afecta a personas de todas las etnias. La gran mayoría de las personas que tienen psoriasis de uñas también tienen síntomas en la piel, pero es posible padecer sólo los [síntomas en las uñas](#). La psoriasis ungueal ocurre en aproximadamente el 50 por ciento de todas las personas con psoriasis de piel y al menos en el 80 por ciento de todas las personas con artritis psoriásica, la enfermedad conjunta relacionada. No se sabe por qué sólo algunas personas con psoriasis desarrollan síntomas en las uñas. Lo más probable es que la enfermedad se deba a una combinación de factores genéticos y ambientales. No es contagiosa, por lo que no puede infectarse al tocar a alguien que la tiene.

## La psoriasis en las uñas - causas genéticas

La psoriasis es una enfermedad hereditaria, por lo que si la enfermedad existe en su familia usted será más propenso a padecerla. Pero llevar el gen no siempre es una causa para que la enfermedad se desarrolle. En algunos casos se puede saltar una generación, es decir, puede afectar a un abuelo y a un nieto, pero no al padre. Se cree que aproximadamente el 10 por ciento de la población está predispuesto a la psoriasis, pero solamente el 2-3 por ciento desarrolla la enfermedad, por lo general después de haber estado expuestos a algunos de los denominados "desencadenantes".

## Los desencadenantes de la psoriasis ungueal

Hay varios factores desencadenantes conocidos en el caso de la psoriasis, pero las causas de la aparición de la enfermedad y de sus diferentes síntomas pueden variar de una persona a otra. Algunas personas tienen brotes de psoriasis con frecuencia, mientras que otras pueden estar varios años sin experimentar ningún síntoma.

- **Estrés.** Muchas personas tienen su primer brote de psoriasis durante períodos de estrés intenso y los brotes a menudo van de la mano, ya que el estrés también puede ser un resultado de la psoriasis. Aprender diferentes técnicas de relajación, por ejemplo, el yoga, la meditación, el taichi o largas caminatas pueden ayudar a paliar los síntomas de la psoriasis.
- **Lesión.** La psoriasis puede estar desencadenada por lesiones o traumatismos en la piel, por ejemplo, debido a vacunas, quemaduras del sol o cortes.
- **Medicamentos.** Ciertos medicamentos que se utilizan para tratar trastornos psiquiátricos, la malaria, la presión arterial alta, enfermedades del corazón y la artritis pueden desencadenar psoriasis o empeorarla.
- **Infección.** Se ha comprobado que la faringitis estreptocócica activa la psoriasis en los niños. Los dolores de oído, bronquitis, amigdalitis o infecciones respiratorias también pueden causar psoriasis.

- *Otros.* El tabaquismo y el consumo de alcohol se han asociado a un aumento del riesgo de psoriasis.

Si obtiene la máxima cantidad de información posible sobre estos factores desencadenantes, podrá reducir el riesgo de padecer un brote de psoriasis. Actualmente no existe cura para la psoriasis, pero cuando la psoriasis ungueal brota, [el tratamiento de la psoriasis de uñas](#) adecuado puede ayudar a controlar la enfermedad con eficacia.

## Síntomas de la psoriasis de uñas

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

## Tratamiento de la psoriasis de uñas

No hay cura para la psoriasis de uñas, pero es posible controlar la enfermedad.