

---

## Hongos en las uñas, ¿cómo podemos solucionarlos?

### ¿Qué son los hongos en las uñas?

Se llama también onicomycosis. Es la infección de las uñas por hongos.

Se dan con más frecuencia en los adultos y adolescentes. Las uñas de los pies se afectan con mayor frecuencia que las uñas de las manos. Dentro de las uñas de los pies, la del primer dedo suele ser la más afectada y luego se puede extender a las demás.

Hay otras formas especiales, como la paroniquia. Esta se inicia en el pliegue alrededor de la uña. Aparece hinchado, rojo y doloroso, pudiendo salir exudado. Después se extiende al resto de la uña.

### ¿A qué se deben?

Los hongos causantes prosperan en áreas húmedas: piscinas, gimnasios o duchas son lugares ideales para facilitar estas infecciones. También hay mayor riesgo si hay lesiones previas en la uña, si se cortan las uñas con utensilios usados por otras personas o si se usa calzado cerrado. Suele asociarse a otras enfermedades de la piel. También pueden producirse a la vez que la infección por [hongos del pie o pie de atleta](#).

### ¿Qué síntomas notarás?

Es raro que cause molestias. Los síntomas más frecuentes son [cambios del aspecto de las uñas](#): fragilidad, decoloración, franjas blanquecinas o amarillentas, engrosamiento, levantamiento, rotura, desmoronamiento de los bordes de la uña o detritos atrapados bajo la uña.

### ¿Qué tipos hay?

- **Subungueal distal:** Es el tipo más común en el dedo gordo del pie. El borde libre de la uña se pone amarillento y se engruesa. La superficie se vuelve más rugosa y puede fragmentarse.
- **Subungueal proximal:** Se daña primero la raíz de la uña. Se ven zonas amarillentas o blanquecinas que se desplazan hacia el extremo libre. Es un tipo raro.
- **Blanca superficial:** Comienza con pequeños puntos blancos en la uña, que después se unen y forman áreas más grandes.
- **Melanoniquia:** Esto quiere decir "uña pigmentada" o "uña marrón". Es muy rara.
- **Onicodistrofia:** Hay una deformación total de la uña, que se vuelve muy engrosada, curvada, y se deshace con facilidad. Es, en muchos casos, la fase final de la infección.

## ¿Cómo sabemos los pediatras que se trata de hongos en las uñas?

Afortunadamente es fácil de diagnosticar. Se puede hacer a simple vista. A veces puede ser necesario raspar la uña y mirar al microscopio o enviar muestras al laboratorio para cultivo (puede tardar hasta tres semanas).

## ¿Cómo se puede tratar?

El uso de [cremas](#) y ungüentos de venta libre, por lo general, no sirve para tratar esta infección.

Si la raíz no está afectada, al principio se pueden emplear antifúngicos en forma de lacas y pintauñas durante 6-12 meses.

El pediatra indicará, si hace falta, el tratamiento específico ([antifúngico o antimicótico](#)) por boca. Este es mejor darlo con las comidas, ya que se absorbe mejor. El tratamiento es largo (2-3 meses para las uñas de los pies o algo menos para las uñas de las manos).

Los tratamientos con láser pueden ser útiles. En algún caso, el médico puede decidir quitar la uña.

Ten en cuenta que son infecciones difíciles de tratar. Los medicamentos eliminan el hongo en aproximadamente la mitad de los pacientes. Incluso si el tratamiento va bien, el hongo puede reaparecer. Los hongos de la uña se curan al crecer uñas nuevas no infectadas. Tras un tratamiento efectivo, puede pasar hasta un año para que crezca una uña nueva.

## ¿Se pueden prevenir?

Sí. Así que toma nota de las principales medidas a seguir:

1. Lleva una [buena higiene](#). Dúchate después de hacer deporte e intenta mantener los pies limpios y secos. Sácalos muy bien.
2. Usa chanclas en vestuarios, duchas públicas y piscinas.
3. Usa [zapatos](#) bien ventilados de manera habitual.
4. Cuídate adecuadamente las uñas.
5. [Lava y seca las manos](#) muy bien después de estar en contacto con alguien con hongos.
6. No compartas utensilios para el corte de las uñas de las manos y los pies con nadie.

## ¿Cuándo debo consultar con el pediatra?

Siempre que sospeches una infección por hongos. También si la infección persiste a pesar del tratamiento o si tienes un área del pie enrojecida, dolorosa o que drena pus.

## Información adicional:

- [Hongos en las uñas](#) Del blog *Dermapixel*: Blog de divulgación de la prestigiosa dermatóloga Rosa Taberner, que te puede proporcionar más información interesante para ampliar tus conocimientos.
- [Onicomiosis](#) De la web del Servicio de Dermatología del *Hospital del Mar* de Barcelona.

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:

# Hongos en las uñas, ¿cómo podemos solucionarlos?

Matilde Zornoza Moreno. Pediatra



[www.familiaysalud.es](http://www.familiaysalud.es)

---

**Fecha de publicación:** 7-10-2014

*Última fecha de actualización:* 25-07-2018

**Autor/es:**

- [Matilde Zornoza Moreno](#). Pediatra. Consultorio de Los Garres. Los Garres (Murcia)

