

Cambios en las uñas

¿De qué forma el tratamiento afectará mis uñas?

Durante el tratamiento, es probable que observe ciertos cambios en las uñas. Por ejemplo, quizás se vean más oscuras o amarillentas. También es probable que se vuelvan quebradizas y frágiles, crezcan menos y se rompan con más facilidad. Además, pueden aparecer líneas relacionadas con los ciclos de la quimioterapia. Estas líneas no son permanentes y crecerán con la uña hasta que puedan cortarse, por lo general, en aproximadamente 6 meses. El área alrededor de la base de la uña también puede researse, las cutículas pueden deteriorarse y es posible que la uña se desprenda de la base.^{1,2} Afortunadamente, la mayoría de estos cambios no son permanentes, y usted puede tomar ciertas medidas para ayudar a prevenir o aliviar algunos de estos problemas.

¿Qué puedo hacer si mis uñas empiezan a cambiar?

- No se coma las uñas ni las cutículas. Si es un hábito difícil de dejar, piense en usar guantes ligeros de algodón mientras está en su casa como una ayuda²
- Córtese las uñas y no se desgarre ni se quite las cutículas que se desprenden. Córte las cuidadosamente con tijeras

limpias para las uñas, o bien, use cremas o geles removedores de cutículas y empújelas con delicadeza. Diariamente, aplíquese crema para cutículas a fin de evitar la sequedad, el resquebrajamiento y los padrastrós²

- No use uñas postizas, ya que pueden contener bacterias. Tampoco use acrílicos ni otras cubiertas en las uñas. Use esmalte sólo si tiene las uñas sanas y, únicamente, quitaesmalte sin acetona²
- Si tiene una manicura profesional, lleve sus propias herramientas para protegerse contra las infecciones^{2,3}
- Para proteger sus uñas, use guantes mientras realiza las tareas del hogar, como lavar los platos o trabajar en el jardín¹
- Debe saber que la uña puede desprenderse de la base. Con el tiempo, volverá a la normalidad, pero deberá tener cuidado, ya que esto puede provocar la caída de la uña. Puesto que la uña no está firmemente pegada, también puede convertirse en un lugar de acceso para las bacterias. Asegúrese de higienizarse bien para evitar las infecciones²

La información incluida aquí no es exhaustiva y está pensada sólo como guía.

Converse con su médico o el personal de enfermería sobre cualquier cambio que experimente durante o después del tratamiento. Asegúrese de mantenerlos siempre informados sobre cualquier cambio que planea hacer en su dieta o sus regímenes diarios.

Otras sugerencias de los proveedores de cuidado de la salud:

Referencias: **1.** National Cancer Institute (Instituto Nacional del Cáncer). Chemotherapy and you: a guide to self-help during cancer treatment (La quimioterapia y usted: guía de autoayuda durante el tratamiento para el cáncer). National Institutes of Health (Institutos Nacionales de Salud); 2003. Publicación N° 03-1136. **2.** Breastcancer.org. Chemotherapy and your nails (La quimioterapia y sus uñas). Disponible en: http://www.breastcancer.org/hsn_your_nails.html. Se obtuvo acceso el 10 de julio de 2006. **3.** MedicineNet.com. Chemotherapy dries skin (La quimioterapia reseca la piel). Disponible en: <http://www.medicinenet.com/script/main/art.sp?articlekey=22099>. Se obtuvo acceso el 10 de julio de 2006.



sanofi aventis

Because health matters