

Uñas negras o amoratadas

El dedo gordo del pie se lesiona con mayor frecuencia, y esto resulta en la uña negra o amoratada. Cuando los vasos sanguíneos bajo la uña se lesionan o se rompen, dan como resultado este color amoratado o negro. Si se lesionó de repente, puede que le duela mucho el dedo.



¿Cómo se diagnostican las uñas negras o amoratadas?

Su proveedor de atención médica hablará con usted acerca de sus síntomas y actividades físicas. Probablemente le palpará y examinará el extremo del dedo para determinar el nivel de dolor que usted tiene. Le examinará el dedo y todo el pie para ver si hay signos de infección. Si el proveedor sospecha que usted tiene una fractura o un espolón óseo, puede ser necesario que le tomen radiografías. Si se observan manchas negras bajo la uña, es posible que deban hacerle más pruebas para determinar si hay otros problemas.

Tratamiento para las uñas negras y amoratadas

Si el dolor es intenso, es posible que el proveedor de atención médica extraiga la uña. Puede que haga un orificio en la uña y deje salir el líquido que hay debajo para aliviar la presión. Es posible que primero le coloquen un anestésico local. También se puede aliviar el dolor mediante medicamentos con receta. Mojar o enfriar con hielo la zona afectada también podría ayudar. Si el dolor no es intenso, tal vez no necesite tratamiento. Es posible que le reduzcan el espesor de la uña o que se la dejen tal como está hasta que caiga por sí misma. Cuando esto ocurra, crecerá una nueva uña en su lugar.

Cómo prevenir las uñas negras y amoratadas

Muchos problemas de las uñas pueden evitarse si usa los zapatos adecuados y se corta las uñas correctamente. Para ayudar a evitar infecciones, mantenga los pies limpios y secos. Si tiene diabetes, hable con su proveedor de atención médica antes de administrarse cualquier tipo de autocuidados en los pies.

- **Los zapatos correctos.** Solicite que le midan los pies (es posible que el número que usted calza cambie con la edad). Use zapatos que le den un buen soporte y que tengan espacio suficiente para que los dedos puedan moverse. Busque zapatos hechos de materiales naturales, como el cuero, para que sus los puedan respirar.

-
- **Técnica adecuada para cortarse las uñas.** Para evitar problemas, córtese las uñas de los pies en línea recta sin redondear las esquinas hacia adentro. Si no puede cortarse las uñas usted mismo, pídale a su proveedor de atención médica que lo haga.