

# Así tratamos las UÑAS ENCARNADAS en Clínica Podal Chiriquí



Dr. Armyn Olivito / Licda. Evelyn del Cid  
Tel. 6717-9587 / David, Chiriquí

## » Primero entendamos por qué se producen

Las uñas encarnadas, o onicocryptosis, se caracterizan por crecer hacia dentro de la piel del dedo del pie, provocando dolor, enrojecimiento, hinchazón e incluso infección. Esta condición, común en el dedo gordo, requiere atención especializada.

## » Dentro de las causas más comunes podemos mencionarte:

### A) Corte incorrecto de las uñas

- Cortarlas demasiado cortas o redondear en exceso las esquinas facilita que la uña se entierre.

### B) Calzado inadecuado

- Zapatos o medias muy ajustadas ejercen presión constante sobre los dedos, obligando a la uña a crecer hacia dentro.

### C) Golpes o traumatismos

- Un golpe en el pie, pisotones o lesiones deportivas pueden cambiar la dirección de crecimiento de la uña.

### D) Forma natural de la uña

- Algunas personas tienen uñas naturalmente curvadas o más anchas, lo que aumenta la probabilidad de encarnarse.

### E) Problemas de salud

- Enfermedades como diabetes, problemas circulatorios o infecciones por hongos debilitan la uña y la piel, favoreciendo la encarnación.

### F) Sudoración excesiva (hiperhidrosis)

- Mantener los pies constantemente húmedos reblanquece la piel y facilita que la uña penetre en ella.

### G) Crecimiento rápido de la uña en adolescentes

- En jóvenes y adolescentes, el crecimiento acelerado de la uña puede favorecer que, si no se corta bien, termine encarnándose.

## » El primer paso

Es un examen cuidadosamente realizado por nuestro equipo de quiropedia. Evaluamos el grado de la onicocryptosis, determinamos si hay inflamación o infección, y revisamos factores que la causaron para cada caso en particular. Por ejemplo: calzado inadecuado, malos hábitos de corte de uñas o predisposición anatómica

## » Sobre el tratamiento

En casos leves lo podemos manejar sin cirugía, realizándose un corte profesional, retirando el fragmento de uña encarnado, aliviando presión y molestia.

En otros casos, educamos al paciente en técnicas de reeducación ungual que corrigen el crecimiento y previenen recurrencias y lo complementamos con recomendaciones de calzado adecuado y cuidados diarios para evitar que el problema regrese.

## » En casos más complicados

Si la uña está muy clavada, inflamada o hay presencia de granuloma, se recurre a procedimientos ambulatorios. Bajo anestesia local, extraemos cuidadosamente la porción afectada o, en casos recurrentes, parte de la matriz ungual para evitar que la zona se regenere. Tras ello, realizamos curaciones avanzadas con apósitos de clínica de heridas.

## » La prevención y el seguimiento son la clave

**La prevención es fundamental. En la consulta, te enseñamos:**

- A cortar las uñas de forma recta, siguiendo su contorno natural, evitando "esquinas" puntiagudas.
- A utilizar calzado con espacio adecuado y evitar la presión lateral excesiva
- A acudir a revisiones periódicas con podólogos o quiropodistas, especialmente si se padecen condiciones como diabetes o mala circulación.

## » Y por esta razón puedes confiar en nosotros:

- Especialización en quiropedia: la Licda. Evelyn Del Cid es experta en el manejo clínico de uñas encarnadas, cuidado preventivo y pedicura clínica

**- Atención personalizada y profesional:**  
el Dr. Olivito y su equipo garantizan una evaluación completa y tratamientos adaptados al paciente.

**Ubicación accesible en David, Chiriquí,  
Escanea el Código Qr y pide más  
información**

