

EL CUIDADO DE LAS UÑAS

Fundación Ricardo Fisas Natura Bissé

Ricardo Fisas
FUNDACIÓN | NATURA BISSÉ

**POR UN CUIDADO ESTÉTICO Y SOLIDARIO DE LA PIEL
DE PERSONAS EN TRATAMIENTOS ONCOLÓGICOS**



Pasos a seguir para la prevención y el tratamiento de las alteraciones de las uñas

Cuidados generales

- Mantener las **uñas cortas, usar lima grano fino** y limar en una sola dirección.
- **No cortar cutículas** (para evitar infecciones), hidratar con producto adecuado.
- **No eliminar durezas** (evitar cortes o rozaduras para evitar infecciones).
- No morder las uñas ni las cutículas. Si hay dificultad para dejar de hacerlo, considerar la posibilidad de usar **guantes blancos de algodón en casa**.
- **Usar guantes** mientras se realizan las tareas del hogar, como lavar los platos (evitar contacto con productos irritantes).
- La **exposición excesiva al agua** puede causar infecciones por hongos en el lecho ungueal (evitar la humedad).
- Evitar golpes y cambios bruscos de temperatura.
- Emplear **calzado cómodo**.
- **Acudir a la esteticista referente** para mantener las uñas cortas y revisadas periódicamente.
- **Consultar con su equipo médico** si aparece algún signo de inflamación o infección.

Recomendaciones estéticas

- Para ocasiones especiales, se puede usar esmalte de uñas hipoalergénicos (sin formol, tolueno, colofonia o níquel) y quitar el esmalte para la visita médica.
- Se recomienda mantener las uñas visibles con el fin de identificar posibles alteraciones.
- Para quitar el esmalte, se aconseja utilizar quitaesmalte sin acetona.
- Evitar esmaltes semipermanentes o uñas postizas.
- Hidratar las cutículas a diario con producto adecuado como un aceite de rosa mosqueta.
- Se recomienda llevar los instrumentos personales en caso de acudir a una esteticista profesional.

Conclusiones

- Gran parte de los pacientes tratados con quimioterapia presentan alguna alteración ungueal.
- Las alteraciones ungueales se presentan entre las 4 y las 8 semanas desde el inicio del tratamiento.
- Las alteraciones suelen desaparecer tras el fin del tratamiento médico.
- Las alteraciones ungueales más frecuente pueden afectar a la estructura, color, crecimiento y/o grosor, o en posibles infecciones.



- Se aconseja seguimiento por parte de un equipo multidisciplinar (oncólogos, dermatólogos, podólogos y esteticistas).
- Recomendaciones generales:
 - No utilizar cortaúñas.
 - Usar una lima de grano fino y limar en una sola dirección.
 - No cortar las cutículas.
 - Masajear la zona de las cutículas con crema hidratante y aceites vegetales como la rosa mosqueta.
 - Evitar la exposición al sol y utilizar un SPF50.
 - No utilizar uñas postizas ni esmaltes semipermanentes.
- Las alteraciones de la estructura, el crecimiento, el grosor o el color de la uña habitualmente no precisan tratamiento no estético. Se pueden controlar con medidas para su cuidado y protección, siempre revisándolas con frecuencia.
- Las alteraciones de la piel periungueal y las infecciones han de derivarse al equipo especialista si presentan un grado 2 o 3.

EL CUIDADO DE LAS UÑAS

Fundación Ricardo Fisas Natura Bissé

Este material contiene contenido sensible. Prohibida su difusión.

Queda prohibida la reproducción, distribución o difusión, total o parcial, de este material por cualquier medio o soporte, sin autorización expresa de la Fundación.

La información ofrecida tiene carácter orientativo y no sustituye en ningún caso la consulta con profesionales médicos o sanitarios. Los consejos han sido desarrollados y testados con productos de la marca Natura Bissé®. La FUNDACIÓN RICARDO FISAS NATURA BISSÉ no se responsabiliza del uso de esta información con productos de otras marcas ni de su aplicación fuera del contexto indicado. Para cualquier duda, consulta siempre con tu médico/a o esteticista profesional especializado/a en tratamientos oncológicos.

Todos los logotipos, marcas registradas y nombres comerciales de terceros incluidos en este material pertenecen a sus respectivos titulares.

©2025 FUNDACIÓN RICARDO FISAS NATURA BISSÉ.