

¿Te haces esmaltado permanente? Estos son los riesgos que corren tus uñas



Tienes un matrimonio el fin de semana. ¿Qué haces con tus uñas? Esmaltado permanente. Te vas de vacaciones unas semanas: esmaltado permanente. Se vienen reuniones importantes en el trabajo: esmaltado permanente.

¿Qué pasa si sigues esmaltando una y otra y otra vez? ¿Es inofensivo para tus uñas someterlas constantemente a este intenso tratamiento? No del todo.

Tras esa apariencia impecable, con colores brillantes y acabado perfecto, hay varias precauciones que tomar en cuenta, en especial si lo aplicas a menudo en tus manos. Tener un esmalte de uñas duradero por semanas, sin perder color ni brillo, tiene sus consecuencias, y hacerlo de forma constante puede provocar daños difíciles de reparar.

El esmaltado permanente no es inocuo

“El uso frecuente de esmaltado permanente puede ocasionar daño a las uñas, tanto de forma temporal como a largo plazo”, asegura Constanza Ullrich, dermatóloga de la Clínica RedSalud Vitacura. Todas quienes se han hecho este tratamiento saben que no es nada sutil: los químicos que se usan, como los acrilatos, también están presentes en pinturas y barnices industriales, y adhesivos como el cionacrilato también pueden tener un efecto corrosivo con el tiempo.

Pero lo más agresivo es la remoción del esmaltado: si se realiza de forma muy seguida o periódica puede provocar la destrucción de la lámina ungueal, la capa natural que está en la superficie de la uña, y que es susceptible de romperse ante un tratamiento demasiado intenso. “Al retirar el esmaltado, cuando se raspa el plástico o lámina, el proceso puede ser muy fuerte y traumático, generando cierta destrucción en el proceso”, explica Ullrich.

“Los cosméticos para las uñas son utilizados por millones de personas y si bien son relativamente seguros, pueden existir complicaciones asociadas tanto al instrumental que se utiliza cómo al quitaesmalte o la lámpara de radiación UV”, comenta Catalina Jahr Andrade, dermatóloga y académica de Medicina en la U. Andrés Bello Viña del Mar.

“Todos estos procesos físicos pueden causar un adelgazamiento de la uña y una debilidad ungueal”, dice. “Una mala técnica puede provocar una infección y también pueden desarrollar una dermatitis alérgica por el contacto de los agentes utilizados”, asegura.

Irene Araya, dermatóloga de Clínica Santa María, es todavía más tajante. Para ella lo ideal es no usar ningún producto dermocosmético sobre las uñas.

“Las uñas entregan señales de nuestra salud”, cuenta. “A través de la lámina ungueal, por ejemplo, y según su estado o color, es posible detectar enfermedades que comprometen distintos órganos del cuerpo (como enfermedades renales, hepáticas o déficit de hierro), lo que se verá obstaculizado si se encuentran esmaltadas”.

Al mantener constantemente las uñas con algún tipo de cubierta estética —como esmaltes o uñas acrílicas— es más fácil incubar y al mismo tiempo enmascarar una infección ungueal, ya sea por hongos o bacterias. “Los dermatólogos lo vemos con frecuencia de regreso de vacaciones: los pacientes se retiran el esmalte y notan cambios de color y otras alteraciones que demuestran una infección que ha permanecido oculta”, comenta.

Más retiro, más daño

Cuando el retiro del esmalte se hace de una forma brusca, traccionando el esmalte, puede dañar la capa más superficial de la uña, compuesta principalmente por queratina y otras proteínas. Francisca Daza, dermatostética de Clínica Alemana, dice que “lo ideal, para provocar el menor daño posible, es mantener el esmaltado mucho tiempo, ojalá tres semanas o más, ya que retirarlo con una mayor frecuencia genera más deterioro”.

También sugiere que el retiro lo haga una profesional o bien hacerlo con los productos adecuados y sin apuro. “La acetona también daña la uña, si se aplica en demasía. Por eso hay que remover con mucho cuidado, ojalá nunca hacerlo uno mismo, tampoco de forma apurada o limando en exceso”, advierte.

“El uso de estos removedores, que pueden contener acetona u otros solventes orgánicos como acetato o hidroxietanol, pueden deshidratar la uña y disminuir la adhesión de sus componentes fundamentales, favoreciendo la fragilidad ungueal”, asegura Araya.

La lámpara no se queda atrás

Así como el “raspado” y el líquido removedor pueden dañar a la uña, también la lámpara de luz UV, aunque se vea inofensiva, genera sus consecuencias negativas si se exponen constantemente las manos o pies en ella.

Actualmente, estos aparatos son fáciles y no muy caros de conseguir. Pero a pesar de que las use todo el mundo, tanto en salones como en sus casas, no son inocuas ven. “La mayoría de las lámparas UV emiten una radiación ultravioleta tipo A (UVA), que utilizada desmedidamente puede causar daño celular en la piel, acelerar el envejecimiento y aumentar el riesgo de cáncer”, detalla. Daza complementa que, si bien este último riesgo es más bien improbable, “sí lo es que se genere un envejecimiento prematuro de la mano”.

“Si uno se hace cada un esmaltado permanente cada 15 días, es como meter la mano a un solárium semana por medio. Eso puede llevar a una alteración de la piel, aumentando las probabilidades de tener un cáncer de piel. Pero también se produce un daño estético, puesto que aparecen más manchas y se acelera el envejecimiento”.

La temida onicólisis

Quizá no te suene de nombre, pero la onicólisis es uno de los problemas más comunes asociados al uso desmedido de esmaltes permanentes. “Onico proviene de ‘uña’ en griego, mientras que *lisis* significa destrucción”, explica Ullrich. En síntesis, la onicólisis se traduce como “la destrucción de la uña”.

En términos sencillos, “si se observa algún daño en la estructura de la uña, ya sea separación de la lámina o su destrucción, se utiliza el término onicólisis. Este puede tener diversas causas, como accidentes, lesiones u otros, pero el esmaltado permanente también la puede ocasionar”, destaca.

En su experiencia, la manifestación más común después de aplicar esmaltado permanente por mucho tiempo es la onicólisis distal, que implica la separación de la lámina ungueal y su destrucción en la parte final de la uña.

“Esta condición tiende a ser persistente, pero con el crecimiento natural de la uña y sin manipulación, suele mejorar con el tiempo. También he observado casos más graves que involucran la destrucción total de la uña y, en ocasiones, traumas significativos que resultan en cambios permanentes en la estructura de la uña”, cuenta Ullrich.

La onicólisis, agrega Araya genera una incomodidad importante en los pacientes, porque produce molestias al acumularse detritus o materiales en el espacio generado, siendo bastante difícil de limpiar, además del consecuente efecto antiestético. “También favorece la producción de infecciones por hongos y bacterias que pueden anidarse en este espacio”, complementa. En los peores casos, la uña puede despegarse de forma permanente.

“La onicólisis es algo que se puede revertir”, comenta Daza. Para eso, como ya debes sospechar, no conviene hacerse esmaltado permanente ni tampoco sumergirlas tanto en agua. “También es muy importante hidratarlas, colocando cremas hidratantes, sobre todo alrededor de las cutículas, cuidándose de golpes y manteniéndolas cortas”, aconseja.

Entonces, ¿conviene evitar los esmaltados permanentes?

“Lo importante es tener cuidado al momento de realizarlo y ser responsables”, propone la dermatóloga de Clínica RedSalud Vitacura. Como vimos, no es un proceso inocuo, y uso constante puede causar repercusiones.

“Todo lo que uno hace en el cuerpo tiene pros y contras”, plantea, por lo que es importante evaluar antes de guiarse por las modas o tendencias. “El esmaltado permanente, hecho de manera desmedida y con mala técnica, puede dañar la uña permanentemente”, agrega Ullrich.

Sin embargo, opina que tampoco es que esté prohibido si es que se realiza de vez en cuando. Todo depende de la persona: para aquellas con uñas débiles, alguna patología o alteraciones importantes en la piel de la mano, como dermatitis, incluso los esmaltados normales pueden ser contraproducentes.

“Hoy las uñas son consideradas por mucha gente como un foco de atención indiscutible en su rol estético, y es una industria que mueve mucho dinero”, observa Araya. Ella sugiere mantenerlas cortas y limpias, hidratando con cremas o aceites especiales para evitar daños. También es importante mantener una dieta saludable, con los aportes necesarios en vitaminas y minerales para favorecer su crecimiento adecuado, así como evitar el contacto con químicos dañinos que alteren su estructura, como detergentes y lavalozas —“¡siempre usar guantes!”— y no realizarse procedimientos cosméticos en forma continua.

Últimas recomendaciones

- **Siempre proactiva con la manicurista:** a pesar de que “hacerte las uñas” sea un momento de relax dentro de tu rutina, es importante involucrarse en el proceso. “Ser proactiva con la manicurista, preguntarle si las herramientas están esterilizadas y pedirle que desinfecte tanto los implementos como el lugar después de cada cliente”, señala Jahr. Otro punto es no dejar nunca que se empuje o corte la cutícula. “Es el sistema que tiene el dedo para protegerse”, explica, por lo que la tracción y recorte aumentaría el riesgo de inflamación e infección.
- **Usa factor solar:** como la lámpara funciona es un solarium de manos, es importante usar un protector solar para protegerlas. Jahr sugiere aplicarlo 20 minutos antes de hacerse el esmaltado permanente. “Debe ser un bloqueador de espectro amplio, que sea tanto para radiación UV como para UVA, con un FPS 30 o superior, para así prevenir el cáncer de piel y el envejecimiento prematuro de la piel”, sugiere.
- **Ojo con el esmalte tradicional:** con él, te ahorras la exposición a la luz y esa tracción de pintura pegada a la uña. Aunque es menos invasivo, tampoco hay que caer en su uso desmedido. “Siempre hay que tener cuidado y no hacerlo tan seguido: no más de una vez a la semana o cada 10 días, ya que el retiro se hace con acetona y eso puede causar un daño en la uña”, plantea Daza.
- **Descanso entre esmaltados:** antes de hacer tu siguiente manicura, es preferible darle descanso a la uña entre un esmaltado permanente y otro. “Tratar de pasar directo de un esmalte a otro y darle unas dos semanas o más para que la uña tiempo para repararse”, plantea Jahr. Durante el periodo de descanso, se recomienda aplicar algún producto humectante. “Puede ser vaselina, tanto en uñas como cutícula, varias veces al día: eso minimiza la fragilidad y evita que las uñas se astillen”, aconseja.