



**Hongos de Pies (Pie de Atleta) y Uñas (Onicomycosis)**

Los hongos son una infección que afecta tanto a la piel como a las uñas de los pies. Los hongos son muy contagiosos y pueden ser transmitidos de una persona a otra al compartir la ducha, los zapatos o hasta una toalla. Estos crecen y se reproducen en ambientes oscuros y húmedos. En la piel del pie, a los hongos se les conoce también como "pie de atleta" y se caracterizan por producir picazón, quemazón, dolor y hacer que la piel se pele. Estos pueden causar ampollas y quebrar la piel. Los hongos se alojan entre los dedos y en la planta del pie. Los hongos de la piel pueden ser tratados con medicamentos tópicos y manteniendo los pies secos usando medias de algodón y zapatos con ventilación para promover la pronta curación. Los hongos de las uñas por otro lado, tardan un poco más en sanar y por lo general los tratamientos tópicos no son lo suficientemente efectivos para mejorar el aspecto físico de sus uñas, deformándolas, engrosándolas, poniéndolas amarillentas e inclusive produciendo mal olor. Sin embargo, gracias a los avances de la ciencia, el tratamiento láser le permite remover los hongos de manera efectiva, sin dolor, de manera rápida. No hay efectos secundarios como sucede con medicinas y es la mejor alternativa especialmente para personas que son alérgicas a ciertos químicos.



**Tratamiento Láser**



El láser elimina los hongos de las uñas y de la piel de manera rápida y eficiente

**Tratamientos Disponibles para Infecciones de las Uñas**

**Medicamentos Orales**

Estos medicamentos deben tomarse por 12 (doce) semanas o más. No siempre son efectivos y no es recomendable para las personas que tengan problemas estomacales o del hígado.



**Medicamentos Tópicos**

(Ungüentos que se aplican en la superficie de la piel y de la uña) son muchas veces efectivos junto con el láser en el tratamiento de infecciones y no tienen efectos secundarios como los medicamentos orales. Sin embargo, debe tenerse en consideración que el medicamento debe ser aplicado diariamente.

**El Tratamiento Láser**

Es muy efectivo (70 a 80%) no tiene efectos secundarios graves y la mayoría de pacientes ven resultados en los primeros 6 a 12 meses. Por lo general los pacientes solo manifiestan una sensación de calor durante el tratamiento, y el tratamiento no daña ninguno de sus órganos.



[www.ClinicaMedicaGeneral.com](http://www.ClinicaMedicaGeneral.com)  
[www.HolaDoctorDaniel.com](http://www.HolaDoctorDaniel.com)  
[www.ClinicaMedicaBelleza.com](http://www.ClinicaMedicaBelleza.com)  
[www.CremasDoctorDaniel.com](http://www.CremasDoctorDaniel.com)

   [/HolaDocDaniel](https://www.youtube.com/HolaDocDaniel)

CLINICA MEDICA GENERAL  
 2208 West 7th Street  
 Los Angeles, CA 90057  
 323-221-1111



**El Cuidado de los Pies CLÍNICA MÉDICA GENERAL**

El cuidado de nuestros pies es muy importante, no solo nos llevan a todos lados sino que además sostienen todo nuestro cuerpo. El dolor de pies puede estar asociado a un problema tan simple como una ampolla y tan complejo como un juanete.

Las causas más comunes del dolor de pies, son las callosidades, verrugas plantares, juanetes, fascitis (dolor intenso en el talón del pie), dedos de martillo, uñas encarnadas, artritis, gota, tendinitis y en caso de diabetes, las infecciones y los hongos.

En el Centro de Podiatría de Clínica Médica General contamos con especialistas que le ayudarán a mantener sus pies sanos, ayudarle a aliviar el dolor y las complicaciones severas. Es muy importante también el tipo de calzado que usamos de acuerdo a nuestro peso y a la forma de pisar.

# Podiatría: El Cuidado de sus Pies



## Dolor del Pie y Tobillo

El dolor de pie y tobillo puede ser causado por múltiples razones. Puede darse por golpes, artritis tendinitis, fascitis plantar, la formación de callos u

osteofitos (protuberancias del hueso como "esqueletos" que resultan de una enfermedad degenerativa y calcificación ósea). Lo importante es encontrar la causa y darle el tratamiento adecuado.

## Dolor de Talón o Fascitis Plantar

El dolor en el talón es causado por la inflamación de la fascia (tejido que conecta al músculo con la piel) en la planta del pie. Esto ocurre cuando la gruesa banda de tejido en la planta del pie se ha estirado demasiado o a sido usada demasiado. Puede llegar a ser muy doloroso y dificulta el caminar. La fascitis plantar se da tanto en hombres como en mujeres. Sin embargo afecta más a los hombres entre los 40-70.

## Usted es más propenso a sufrir de fascitis plantar si es que:

- **Tiene problemas con sus arcos** (pie plano o el arco esta muy desarrollado)
- **Por correr largas distancias**
- **Perdida o aumento de peso repentino**
- **Inflamación del tendón de Aquiles** (el tendón que conecta a los músculos de la pantorrilla con el talón)
- **Zapatos sin un buen soporte del arco o con suelas suaves o muy delgadas**

## Síntomas:

El síntoma más común es dolor y tensión en el talón. El dolor es generalmente mas intenso en la mañana al dar los primeros pasos, después de estar parado o sentado por un largo rato, al subir las escaleras o después de realizar actividades intensas.



## Evaluación del Pie Diabético

Mantener los pies sanos es principalmente importante para las personas que sufren de diabetes debido a que una ampolla en el pie puede infectarse y de no ser tratada a tiempo inclusive causar gangrena. Es recomendable realizar un chequeo cada 2 o 3 meses para evaluar la circulación, el estado



neurológico, así como el estado de la piel y para prevenir complicaciones tales como las fisuras en la piel y úlceras difíciles de curar que se originan comúnmente en las ampollas de los pies, callos o un golpe y potencialmente puede llevar a la amputación.

## Factores riesgosos:

- Historial de enfermedades vasculares, baipás coronario o angioplastía coronaria
- Historial de úlceras en las extremidades inferiores y/o infecciones de las extremidades bajas
- Historial de amputación parcial del pie o dedo del pie
- Síntomas de cojera o caminata inestable
- Quemazón, cosquilleo, adormecimiento o hiperestesia
- Dolor por la noche o sensación de que le falta un pie
- Incapacidad de encontrar zapatos que le queden
- Ulceraciones, fisuras de la piel
- Uña encarnada infectados en el pie, callos, ampollas
- Falta de palpación de la arteria dorsal del pie
- Pérdida del umbral protector diagnosticado con un examen de monofilamento o vibratorio
- Presencia de una deformidad en el pie
- Problemas de nutrición
- Estado final de una enfermedad renal
- Signos de infección de la extremidad inferior
- Palidez de la extremidad inferior al estar elevada y rubor de la extremidad inferior
- Historial de artropatía neuropática o neuropatía periférica

## Juanetes

Los juanetes se producen cuando el hueso del dedo mayor del pie se tuerce produciendo una dolorosa deformación tanto del hueso como también tejido a lo largo del pie. Esta condición es hereditaria, pero puede agravarse por la manera de caminar o el tipo de calzado que la persona usa, como los zapatos en punta y la manera de caminar. Los juanetes pueden ser tratados inicialmente de manera conservativa al cambiar de zapatos y el uso de aparatos ortopédicos o a través de una intervención quirúrgica. La operación remueve la parte anormal del metatarso, alineándolo con el hueso adyacente, enderezando el dedo y el cartílago.



## Dedos en Martillo

Es una deformidad de los nudillos de los dedos del pie que fuerza al dedo del pie a doblarse, eso debido al uso de tacones demasiado altos o zapatos muy ajustados. El tratamiento para mejorar esta condición puede ser terapia física y el uso de zapatos suaves y espaciosos que ayuden a corregir los dedos o cirugía correctiva.

## Lesiones Anormales de la Piel del Pie

Una evaluación clínica debe ser realizada para diagnosticar que tan severa es la herida y como tratarla adecuadamente; esto es especialmente importante si usted sufre de diabetes. Sin embargo, las lesiones pueden estar relacionadas con múltiples patologías que se manifiestan en una erupción de la piel, por lo que muchas veces es recomendable realizar una biopsia de cualquier lesión que cambie de color, sangre o se vea diferente a otras lesiones en su cuerpo. Estas pueden incluir lesiones abiertas, pigmentadas, ampollas, verrugas, etc. ya que pueden ser melanomas.

