

SALUD / TENDENCIAS

# ¡Tu cuerpo envía señales que dicen cuando no estas saludable, no las ignores!

El Ciudadano · 21 de octubre de 2015

---



### **1. Lunares**

Los lunares son generalmente inofensivos, pero si notas que los lunares aparecen después de que tu piel ha sido expuesta al sol, asegúrate de consultar a tu médico.

### **2. Las canas (antes de los 40)**

Si el 50 por ciento de tu cabello se vuelve gris en las edades más jóvenes, y no hay un caso similar en tu historia familiar, se puede tratar de diabetes.

### **3. Los labios agrietados**

Esto es comúnmente causado por los cambios de temperatura y el viento. Pero, si tratas con esta condición con más frecuencia, es posible que tengas una infección por hongos o una deficiencia de vitamina B.

### **4. Inflamación del cuello**

No debes ignorar esto. El cuello humano se hincha como resultado de un mal funcionamiento de la tiroides, por lo general en mujeres de entre 20 y 50 años.

### **5. Ojos blanquecinos**

Deben ser siempre blancos, tan literales como puede parecer. Por supuesto, eso no se aplica en los casos de insuficiente sueño o frío. Los ojos amarillos indican

problemas de ictericia o relacionados al hígado / biliares. Si lo blanco de los ojos esta rojos, es posible que tenga hipertensión o cualquier enfermedad viral.

## **6. Palmas rojas**

Esta es una señal de eczema o reacción alérgica. Las palmas rojas a veces indican problemas en el hígado.

## **7. Las cejas**

Si pierdes tus cejas repentinamente, puedes tener problemas con la glándula tiroides, que podría ser hipertiroides o hipotiroides.

## **8. Los cambios en las uñas**

Las uñas dicen mucho sobre tu estado de salud y ciertos cambios pueden indicar una amplia serie de dolencias. Uñas delgadas y débiles son a menudo una cuestión de genes, pero también pueden indicar la deficiencia de calcio. La función tiroidea inadecuada también causa cambios en las uñas.

**Fuente:** [Medicinas Naturales](#).

---

**Fuente:** [El Ciudadano](#)