

TENDENCIAS

5 horribles consecuencias de morderse las uñas que deberías conocer

El Ciudadano · 28 de agosto de 2017



Seguramente eres una de las personas que conoce a alguien que se muerde las uñas constantemente y lleva mucho tiempo que tiene ese hábito.

Anuncio

Tan acostumbrado estamos a ver siempre a muchas personas que hacen eso, que pensamos no existe ningún tipo de riesgo. Los principales rasgos de las personas que hacen esto sufren ansiedad, son poco asertivas y no son capaces de enfrentarse a sus miedos, sino que buscan una manera de reducirlos.

Por ello en este artículo te daremos a conocer cuales son los peligros de morderse las uñas. ¡Atentos!

Anuncio

Peligros de morderse las uñas

Bacterias que causan enfermedades

Sus uñas son un lugar ideal para que las bacterias prosperen, y eso incluye a las bacterias potencialmente patógenas como la E. coli y Salmonella (que se albergan en la parte inferior de las uñas).

A medida que muerde sus uñas, las bacterias se transfieren fácilmente a su boca y al resto de su cuerpo, donde pueden causar infecciones. En realidad sus uñas pueden estar dos veces más sucias que sus dedos,² teniendo en cuenta que son difíciles de mantener limpias, haciendo de este un punto de transporte primordial de organismos infecciosos.

Infecciones de uñas

Las personas que se muerden las uñas son susceptibles a paroniquia, una infección de la piel que ocurre alrededor de las uñas. Mientras mastica las uñas, bacterias, levaduras y otros microorganismos pueden entrar a través de pequeños desgarros o abrasiones, causando hinchazón, enrojecimiento y pus alrededor de la uña.

Verrugas debido a las infecciones de VPH



Las verrugas en los dedos causadas por el virus del papiloma humano, o VPH, son comunes entre los niños que se muerden las uñas. (Aquí me refiero a los tipos de VPH que causan verrugas en las manos, en lugar de aquellas que causan las verrugas genitales y, rara vez, cáncer de cuello uterino.) Estas verrugas pueden propagarse fácilmente a la boca y labios mientras se muerde las uñas.

Problemas dentales

Morderse las uñas puede interferir con la oclusión dental, o la forma en que los dientes superiores e inferiores se unen cuando se cierra la boca.

Sus dientes pueden salirse de su posición natural, deformarse, desgastarse prematuramente y con el tiempo se debilitan.

Deterioro de la calidad de vida

Un estudio publicado este año encontró que las personas que se muerden las uñas crónicamente reportan significativamente un mayor deterioro en su calidad de vida que aquellos que no lo hacen.

El nivel de deterioro aumenta con el tiempo invertido en morderse las uñas, el número de uñas involucradas y aquellos que reportan anomalías visibles en las uñas. La tensión al intentar resistirse a morderse las uñas, que experimentan las personas que se comen o muerden las uñas, influye negativamente en la calidad de vida.

Fuente: El Ciudadano