

# Cómo mantener las uñas fuertes y saludables durante el tratamiento de cáncer

Una guía para  
mantener las uñas  
saludables durante la  
quimioterapia



Enfrentar la quimioterapia puede ser abrumador. Si bien la mayoría de las personas están conscientes de la posibilidad de caída del cabello, el impacto en uñas de manos y pies a menudo se subestima. Esta guía tiene como objetivo facilitar su viaje proporcionando consejos prácticos para gestionar los potenciales efectos secundarios en las uñas.

**La quimioterapia, las terapias dirigidas, las inmunoterapias y las terapias hormonales pueden provocar daños en las uñas de las manos y los pies, lo que puede causar dolor, infecciones e incluso la caída de las uñas.**

**Este daño es muy probable si se tiene un proceso de quimioterapia largo o especialmente si se utilizan taxanos o antraciclinas**

Estos tipos de quimioterapia se utilizan comúnmente para tratar cáncer de mama, ovario, próstata, pulmón, leucemia, linfoma, estómago y útero.

Sin embargo, muchas otras quimioterapias, incluidas las terapias dirigidas, también pueden causar daños en las uñas.

Las siguientes páginas explican cómo funciona la quimioterapia, por qué puede dañar las uñas, los diferentes tipos de daños en las uñas que puede esperar y qué puede hacer para reducir las posibilidades de daño a las uñas.

¿Cómo afecta la quimioterapia el aspecto y la salud de las uñas?

# Entendiendo el daño en las uñas causado por la quimioterapia

La quimioterapia, en particular taxanos y antraciclinas, pero también otras terapias contra el cáncer y tratamientos hormonales, pueden provocar afectaciones físicas en las uñas. Esta sección profundiza en los tipos de daños, sus causas y el posible impacto en las uñas.

El tipo y severidad de daños en las uñas pueden variar. La mayoría de tratamientos intravenosos (inyectados) pueden generar Líneas de Beau (crestas en las uñas) y melanoniquia (descoloración de la uña) y pueden variar dependiendo del periodo o estado del tratamiento con quimioterapia.

**Las afectaciones más severas causadas por la quimioterapia pueden ocurrir después de los primeros ciclos del tratamiento y puede llevar a un hematoma subungueal (morado debajo de las uñas que conduce a la decoloración).**






onicoquicia (las uñas quebradizas pueden provocar roturas de la placa ungueal), paroniquia (una infección de los tejidos blandos alrededor del lecho ungueal), coiloniquia (uñas cóncavas) y onicólisis (aflojamiento o separación de la uña del lecho ungueal).

**Los síntomas raros incluyen paroniquia aguda. (Dolor intenso e infección secundaria). Estos últimos son más preocupantes en pacientes con cáncer con niveles bajos de neutrófilos, un tipo de glóbulo blanco que combate infecciones.**

Se cree que la quimioterapia también daña las uñas debido a las propiedades antiangiogénicas de los fármacos.

Medicamentos antiangiogénicos como Axitinib. (Inlyta®), Bevacizumab (Avastin®), Cabozantinib (Cometriq®) impiden que el cáncer crezca en los vasos sanguíneos, lo que retarda el crecimiento del cáncer y puede reducir los tumores. Cuando el suministro de sangre al lecho ungueal se ve afectado de la misma manera, esto puede hacer que las uñas se separen del lecho ungueal, lo que provoca dolor e infecciones bacterianas y fúngicas secundarias.

## Efectos secundarios comunes en las uñas causados por la quimioterapia

<p><b>Decoloración de las uñas</b> (Melanonychia)</p>		<p>Marcas visibles y líneas blancas u oscuras en la uña que pueden ser transversales, longitudinales o difusas y aparecen principalmente entre 1 y 2 meses después del inicio de la quimioterapia.</p>
<p><b>Separación de la uña</b> (Onycholysis)</p>		<p>La quimioterapia altera la unión entre la uña y el lecho ungueal. Por lo general, da como resultado un área blanca u opaca bien definida de la uña. El aflojamiento de la uña y su pérdida son comunes. Puede ser doloroso y aumenta el riesgo de infección, ya que las bacterias y los hongos pueden ingresar fácilmente al espacio entre la uña y la piel.</p>
<p><b>Descamación</b> (Onychoschizia)</p>		<p>Un efecto secundario generalizado de toda quimioterapia son las uñas quebradizas, descamadas, partidas y débiles. Estas condiciones son causadas por daño a la matriz de la uña y el adelgazamiento de la uña. En casos más extremos, la uña puede agrietarse y resultar dolorosa, aumentando el riesgo de infección. La matriz ungueal es una estructura vital dentro de la unidad ungueal. Es donde se crean nuevas células ungueales. A medida que se crean nuevas células, las células más viejas avanzan y la placa ungueal crece.</p>
<p><b>Infección alrededor de la uña</b> (Paronychia)</p>		<p>Si el recuento de glóbulos blancos se reduce debido a la quimioterapia, se produce un estado conocido como neutropenia inducida, una infección de la piel alrededor o debajo de la uña. Esta es una de las condiciones más comunes. Por lo general, la piel alrededor de la uña especialmente la cutícula se enrojece, se hincha, duele al tacto y, a veces, produce pus. Esto puede ser doloroso y requerir tratamiento médico para resolver la infección y aliviar los síntomas.</p>
<p><b>Sangrado bajo la uña</b> (Subungual hematoma)</p>		<p>Un efecto secundario de la quimioterapia puede ser el sangrado debajo de la uña, que a menudo se manifiesta como un hematoma de color marrón oscuro y puede ser doloroso.</p>
<p><b>Crestas o abolladuras</b> (Beau's lines)</p>		<p>Las líneas de Beau son surcos que recorren horizontalmente las uñas. Son comunes y pueden desarrollarse durante y después de la quimioterapia. Las uñas pueden cambiar de color a amarillo y las líneas en ellos pueden parecer más claras o más oscuras que las demás.</p>
<p><b>Uñas cóncavas</b> (Koilonychia)</p>		<p>Los pacientes sometidos a quimioterapia pueden experimentar cambios en la forma o textura de las uñas llamados coiloniqia. La mayoría de las veces se trata de una forma de uñas cóncava, en forma de cuchara. Las uñas también pueden quedar estriadas. Estas alteraciones se deben a que los medicamentos de quimioterapia alteran el patrón de crecimiento normal de las uñas. Los cambios en la forma o textura de las uñas pueden resultar incómodo para los pacientes y puede afectar su agarre.</p>



# Cuidado de sus uñas durante la quimioterapia

Polybalm® está específicamente  
formulado y clínicamente  
probado para proteger las uñas  
de los pacientes en quimioterapia.

Nutre y protege las uñas de los  
angustiosos efectos secundarios  
de la quimioterapia.



# El ensayo clínico

A través de rigurosas pruebas y refinamientos, Polybalm® ha logrado su capacidad clínicamente probada para nutrir profundamente el lecho ungual de manos y pies, evitando que se sequen, se partan y se agrieten.

El profesor Thomas, junto con su grupo de expertos multidisciplinarios, fue testigo con frecuencia del desafiante impacto de la quimioterapia en las uñas de los pies y las manos de los pacientes. Frustrados por la falta de soluciones efectivas y clínicamente probadas para recomendar con confianza, desarrollaron Polybalm®.

El equipo reconoció que algunos pacientes y profesionales médicos eligen sin darse cuenta productos que pueden irritar y secar las uñas, exacerbando los efectos secundarios de la quimioterapia.

**La formulación de Polybalm incluye ingredientes ricos en polifenoles, que aportan propiedades antiinflamatorias y antioxidantes. Estas cualidades, combinadas con sus propiedades antimicrobianas, contribuyen a prevenir infecciones.**

Era crucial realizar pruebas cuidadosas de la cantidad precisa de cada ingrediente, ya que un exceso de aceites esenciales puede causar irritación en la uña.

Para saber más sobre el estudio Polybalm® visite [polybalm.com/the-poly-balm-study/](http://polybalm.com/the-poly-balm-study/)

## El ensayo clínico: participantes, método y resultados.



### Diseño del ensayo

60 adultos - 23 cáncer de próstata:  
37 cáncer de mama, la mitad tratados con Polybalm®, la mitad con bálsamo de petróleo, entre 4 y 5 ciclos de quimioterapia hasta finalizar su tratamiento



### Efectividad

**Polybalm® probó ser efectivo en 27 de los 29 usuarios (97% de efectividad).**

Más de la mitad de los usuarios del bálsamo de petróleo sufrieron daños significativos en las uñas



### Garantía de seguridad

No se reportaron efectos secundarios negativos por el uso de Polybalm®



### Reconocimiento Global

El ensayo fue presentado en una conferencia de la Sociedad Americana de Clínica Oncológica y publicado en la Revista de Investigación de Cáncer de Mama en el año 2018

# Equipo de especialistas

El profesor Robert Thomas es un consultor oncológico en los hospitales de Addenbrooke y Bedford, Profesor de la Universidad de Cranfield y Cambridge University. Autor del libro “Estilo de vida después del cáncer”, miembro de Comité de Asesoría Experto en Ejercicio de Macmillan Cancer Support y editor de Cancernet.co.uk. Desarrolló el primer programa de rehabilitación de pacientes con cáncer aprobado por el gobierno británico.

Dirige su unidad de investigación, quienes han desarrollado varios estudios clínicos, publicado 75 artículos científicos y presentado en más de 100 conferencias.

En 2001 fue nombrado como el “Doctor del Año” en *Hospital Doctor Magazine* y en 2007 en La Asociación Británica de Médicos Oncólogos, fue nombrado “Oncólogo del Año”

El profesor Rob Thomas dirigió un grupo de oncólogos, científicos, enfermeras, herbolarios y terapeutas complementarios expertos para crear Polybalm®.

Procedían de los hospitales de la Universidad de Cambridge y de todo el Reino Unido y trabajaban con el comité de cambio de comportamiento del Instituto Nacional de Investigación del Cáncer (NCRI por sus siglas en inglés).



The image shows a screenshot of a SpringerLink article page. On the left is the journal cover for 'Breast Cancer Research and Treatment', featuring a photograph of hands holding a small jar. The main content area on the right includes the SpringerLink logo, the article title 'A double-blind, randomised trial of a polyphenolic-rich nail bed balm for chemotherapy-induced onycholysis: the UK polybalm study', the authors 'Robert Thomas, Madeleine Williams, Michael Cauchi, Saul Berkovitz & Sarah A. Smith', the journal citation 'Breast Cancer Research and Treatment 171, 103–110 (2018)', and statistics: '2887 Accesses | 6 Citations | 6 Altmetric | Metrics'. The article is marked as a 'Clinical trial' and 'Open Access', published on 07 May 2018.

Thomas, R., Williams, M., Cauchi, M. et al. A double-blind, randomised trial of a polyphenolic-rich nail bed balm for chemotherapy-induced onycholysis: the UK polybalm study. *Breast Cancer Res Treat* 171, 103–110 (2018). <https://doi.org/10.1007/s10549-018-4788-9>

# Ingredientes

Polybalm ha sido cuidadosamente formulado, utilizando ingredientes naturales, que han pasado por un proceso de extracción suave para preservar los compuestos activos.

Los ingredientes naturales, elegidos deliberadamente en lugar de alternativas químicas, actúan de forma suave y eficaz para mejorar el estado de la uña durante la quimioterapia, sin efectos secundarios.

Aceite de salvia africana	Antiséptico, antifúngico y antibacteriano. Más humectante que el árbol de té australiano
Cera de abejas	De colmenas cercanas a chopos. Antibacteriano, emulsionante y humectante (hidratante)
Aceite de oliva virgen extra	Rico en ácido oleico. antioxidante y antiinflamatorio
Hoja de eucalipto	Antiinflamatorio, antioxidante, antifúngico, antibacterial y analgésico
Flor de lavanda	Antiinflamatorio, antioxidante, antifúngico y antibacterial
Manteca de semillas de cacao orgánica	Rico en polifenoles y vitaminas A y E. Reestructurador, regenerativo y antioxidante
Manteca de karité sin refinar	Hidratante y antiinflamatorio con aceites grasos que crean una barrera natural
Hoja de gaulteria	Salicilato natural que reduce inflamación y dolor. en bajas cantidades no es irritante

# ¿Cómo usar Polybalm® para resultados óptimos?

Para saber más acerca de Polybalm, visite [polybalm.com](http://polybalm.com)



## Aplicar cuanto antes para mejores resultados

Empiece a aplicar Polybalm® cuando comience la quimioterapia y continúe por 3 - 4 semanas después de que haya terminado el tratamiento.



## Trate el daño en las uñas

Si la quimioterapia ya comenzó, comience a usar Polybalm® inmediatamente después de notar los primeros signos de daño en las uñas, como hormigueo, dolor leve o líneas marrones.



## Enfóquese en la cutícula

Use el aplicador para masajear Polybalm® alrededor de las uñas, prestando especial atención en la cutícula



## Evite contaminación

Cada empaque contiene dos tubos. Uno para las manos y otro para los pies, reduciendo el riesgo de contaminación cruzada.



## Aplique frecuentemente

Aplice Polybalm® dos veces al día y después de exposiciones a irritantes como jabón de manos



Polybalm® está hecho de productos 100% de origen natural, lo que significa que la consistencia puede fluctuar con la temperatura. Si el bálsamo se enfría, suavice Polybalm® calentándolo con sus manos o agua tibia en baño de maría.

**Polybalm es más efectivo cuando se combina con un buen cuidado de las uñas.**

# Cuidado de las uñas durante la quimioterapia

Mantener una buena salud de las uñas durante la quimioterapia puede minimizar los posibles efectos secundarios de decoloración, desfiguración, inflamación, infección, dolor y aflicción. Aquí hay algunas cosas para tener en cuenta:



## Manicure y limpieza

**Mantenga las uñas de las manos y de los pies cuidadosamente recortadas.**

Recorte el exceso de uñas que pueda engancharse y rasgar las uñas aún más profundamente, pero no las recorte demasiado ni toque los lechos ungueales, lo que puede causar más daño.

Asegúrese de limpiar los residuos de debajo de las uñas y alrededor de los lechos ungueales, que pueden contener hongos y bacterias.

**Evite el uso de palillos metálicos para uñas.**

Un palillo de metal puede causar daños mayores; siempre use uno de madera.



## Jabón

**Asegúrese de que las manos y pies estén previamente mojados antes de aplicar el jabón.** Pies y manos mojados reducirán el efecto irritante del jabón en las uñas.

Después de lavarse las manos y pies, siempre use bálsamo de uñas natural probado clínicamente.

Eliga un jabón natural y asegúrese de que no contenga **Lauril éter de sodio (SLS)**. SLS es un irritante, ya que son parabenos. Los parabenos son conservantes que prolongan la vida útil del jabón. Las fragancias sintéticas también son potenciales irritantes. Lo mejor es elegir productos de belleza "limpios".



## Onicofagia

Si se come las uñas, **rompa el hábito usando guantes de algodón.** Comerse las uñas incrementará las posibilidades de infección.



## Baños

Las piscinas, duchas y baños reducen la humectación alrededor de la uña, debido a esto, **usar un bálsamo natural de uñas clínicamente comprobado después de dichas actividades será esencial.**



## Desinfectante de manos

Los desinfectantes de manos tienen altos contenidos de alcohol. El alcohol es un irritante que secará las uñas haciéndolas más susceptibles a la aflicción por quimioterapia.

**Recomendamos lavarse las manos y evitar desinfectarlas siempre que sea posible.**



## Jardinería y lavado de platos

**Use guantes de algodón** para proteger sus uñas de manos. **Guantes de caucho deben ser usados cuando lave platos** para evitar exposición a químicos que puedan dañar y continuar secando la piel previamente sensible.



## Marcas reconocidas

Muchas marcas bien establecidas contienen químicos e ingredientes artificiales que pueden irritar la piel alrededor de las uñas y obstruyen los poros.



## Uñas artificiales

**Evite usar uñas artificiales.**

Elas son una cuna para bacterias e infecciones. Además, los productos químicos utilizados para eliminar las uñas postizas pueden provocar sequedad y mayores daños a las uñas ya debilitadas por la quimioterapia.

Aunque no es recomendado, si siente la necesidad de usar uñas postizas, asegúrese de que todo el equipo utilizado sobre sus uñas que use el técnico, están esterilizados o, mejor aún, lleve el suyo propio.



## Barniz/esmalte de uñas

A los pacientes usualmente se les recomienda el uso de esmaltes o barnices oscuros en las uñas. No existe ningún ensayo clínico publicado que soporte y avale este tipo de prácticas.

Muchos de los esmaltes de uñas contienen químicos, específicamente químicos que propician sequedad que pueden agravar las uñas y piel sensibles por la quimioterapia.

**Si usa barniz de uñas, cerciúrese de que sea a base de agua.** Cuando vaya a retirarlo, **asegúrese de que el removedor sea libre de acetona** para reducir el efecto de resequedad. Posterior al uso de barniz y removedor, **hidrate la piel alrededor de la uña, un bálsamo de uso exclusivo para las uñas que sea clínicamente comprobado será esencial.**



## Aplice aceite alrededor de las uñas

Varios grupos de pacientes y asesores recomiendan **aplicar aceites masajeando la piel alrededor de las uñas**, asumiendo que esto puede ayudar a prevenir el daño y aflicción.

Polybalm® es el único bálsamo de uñas clínicamente comprobado para tratar y prevenir el daño en las uñas causado por la quimioterapia.

No hay otro estudio clínico que soporte estas prácticas. De hecho, si se aplican altas cantidades de aceites esenciales, esto puede irritar las uñas.



## Enfriamiento de uñas

El profesor Thomas, en un informe en coautoría, demostró que enfriar el lecho ungueal en agua helada durante la quimioterapia reduce la gravedad del daño en las uñas. Usar guantes para el frío y aplicar hielo en las manos con regularidad puede ser una experiencia incómoda e inconveniente, pero la investigación ha demostrado que es beneficioso.

Guantes de enfriamiento especiales están disponibles en el NHS. La práctica no ha sido ampliamente adoptada dentro de las unidades de quimioterapia ocupadas ya que cubren las venas de las manos y previenen evaluación rápida de las extremidades del paciente.



## Zapatos

Calce zapatos cómodos y **holgados** para minimizar el trauma causado a las uñas de los pies.



## Pedicure

Si tiene pedicura, **no permita que el técnico use elementos corto punzantes** para remover la piel muerta y no permita que recorten sus cutículas. Además, **asegure que todo el equipo utilizado está esterilizado** o, mejor aún, lleve el suyo propio.



## Uñas debilitadas

Si una de sus uñas se encuentra suelta, **no intente quitarla o removerla**. Será mejor **cubrir cuidadosamente el área con una venda** o gaza para evitar removerla accidentalmente, permitiéndole que se caiga de forma natural.

# Dieta (y buena salud intestinal) durante la quimioterapia

**Fitoquímicos, vitaminas y aminoácidos esenciales** son requeridos por el cuerpo para reparar el ADN en las uñas y en todo el cuerpo, esto puede verse dañado por la quimioterapia. También son vitales para la producción de queratina, la cual es indispensable para la salud y formación de las uñas.

**Una dieta saludable ayudará a adquirir estos vitales componentes de forma natural y reducir la inflamación. Aquí algunas ideas:**

**Reduzca el número de químicos artificiales y aditivos que consume**

Intente evitar los alimentos ultraprocesados y los carbohidratos horneados a alta temperatura como patatas fritas, frituras o productos cárnicos quemados. Ejemplos de alimentos ultraprocesados incluyen la mayoría de las comidas preparadas, postres dulces, pizza, margarina, helado, jamón, salchichas, patatas fritas, pan producido en masa, la mayoría de los cereales para el desayuno, galletas, bebidas carbonatadas, yogures con sabor a frutas y alimentos instantáneos deshidratados.

**Evite productos como bebidas dulces, pasteles, postres y frituras**

Gran cantidad de estudios de laboratorio han demostrado que azúcares procesados y carbohidratos en fritura promueven la inflamación crónica.

**Aumente la cantidad de fitoquímicos consumidos**

Se encuentra en el té verde, las cebollas, las crucíferas y las verduras de color verde oscuro (por ejemplo, el brócoli, el repollo, la coliflor y la col rizada) y en hierbas como el jengibre y la cúrcuma.

**Asegure una buena ingesta de vitaminas y proteínas**

Alimentos ricos en vitamina B, incluida la tiamina (B1), El folato (B9) y la biotina (B7) son los cereales y vegetales de color verde oscuro. Los alimentos saludables ricos en proteínas incluyen huevos, lentejas, frijoles y legumbres.

**Omega 3**

Se cree que el omega 3, que se encuentra en pescados grasos y animales de pastoreo orgánico, tiene propiedades antiinflamatorias, aun cuando no se ha demostrado que ayude al aspecto de las uñas. Sin embargo, hoy es común la deficiencia en omega 3 y aumentar la ingesta de pescados ricos en grasas al menos tres veces por semana es recomendado.





### Galligirl

Usé Polybalm® durante mi quimio...**5 meses y aún mantengo mis uñas...**un par de crestas en la punta ahora pero apenas se ven. Encontré Polybalm® fácil de usar y muy efectivo. Lo recomendaría.



### Sara, Sussex

Estoy finalizando mi quimio y solo quería agradecerles por este producto. **Mis uñas se han mantenido fuertes y saludables.** Una amiga me recomendó usar Polybalm®, y estoy muy agradecida por haberlo hecho. Soy vanidosa acerca de mis uñas, así que durante estos meses que he estado enferma, ha sido fantástico ver el buen aspecto de mis uñas. Muchas gracias



### CH, Bristol

**Polybalm® es impresionante, y no podría recomendarlo lo suficiente.** De hecho me he vuelto muy creyente hacia él y le cuento a la gente lo bien que funciona.



### Val, Glastonbury

Recibí EC taxotere y herceptina para mi cáncer de mama. Afortunadamente, la hija de mi amiga había escuchado de Polybalm® y compró unos tubos para mí. Ninguno de los doctores y enfermeras lo había mencionado aun cuando tiene un estudio que comprueba su efectividad. Después me enteré de que **Yo era la única paciente en quimioterapia con uñas perfectas!** Muchas gracias

# En conclusión

El color, aspecto y dureza de sus uñas se verán afectados durante la quimioterapia.

También hay un aumento en el riesgo de infección y dolor. Algunas moléculas utilizadas para quimioterapia, como los taxanos, son más propensos a causar pérdida de uñas.

**La mejor forma de reducir la afectación en las uñas por el daño e infección causados por la quimioterapia, es tomar especial cuidado a sus uñas y al mismo tiempo usar un bálsamo especial para uñas, clínicamente comprobado.**

Muchas marcas reconocidas contienen químicos de baja calidad e ingredientes artificiales que pueden irritar y secar el lecho ungueal y taponar los poros.

La efectividad de Polybalm® se encuentra en la frecuente aplicación de sus meticulosamente balanceados, cuidadosamente extraídos y naturales, **ingredientes ricos en polifenoles**, que hacen sinergia para minimizar el daño causado por la quimioterapia.

---

Cómo se menciona en el estudio clínico

Polybalm® es el  
único producto  
comprobado  
clínicamente en  
reducir  
profundamente el  
daño en las uñas  
causado por la  
quimioterapia\*

 @polybalm.colombia  @polybalmcolombia  @polybalm.colombia  @polybalm.colombia

Para más información de Polybalm®  
comuníquese con nuestra  
línea de Whatsapp: 📞 310 4735723



Derechos de distribución en Colombia.  
Registro Sanitario INVIMA # NSOC33072-24CO

