

Exostosis subungueal

versión para pacientes

¿Qué es?

La **exostosis subungueal** es un crecimiento **benigno (no canceroso)** de hueso que aparece **debajo o junto a la uña**, casi siempre en el **dedo gordo del pie**. Al crecer, puede **levantar o deformar la uña** y causar dolor.

¿Por qué ocurre?

No siempre se conoce la causa. En algunas personas puede relacionarse con **roce repetido**, presión del calzado o **pequeños traumatismos**. No es contagiosa.

Síntomas frecuentes

- **Bulto duro** debajo de la uña.
- **Dolor** al caminar, hacer deporte o usar zapatos cerrados.
- Uña **levantada, deformada** o parcialmente separada.
- A veces enrojecimiento, callosidad o una pequeña herida por el roce.

¿Cómo se diagnostica?

1. **Historia clínica y exploración** del dedo y la uña.
2. **Radiografía** (Rx) del dedo: suele mostrar claramente el crecimiento óseo.
3. En algunos casos, el médico puede pedir **ecografía** o **resonancia** si hay dudas.

Tratamiento

El tratamiento más efectivo suele ser una **cirugía pequeña** para retirar el crecimiento óseo.

- Se realiza con anestesia local (en la mayoría de los casos).
- El objetivo es retirar el crecimiento **hasta hueso sano** y **cuidar la "raíz" y el lecho de la uña** para que vuelva a crecer lo mejor posible.
- La pieza se envía a **análisis** para confirmar el diagnóstico.

¿Qué puedo esperar después de la cirugía?

- Dolor e inflamación leves a moderados los primeros días.
- Curación progresiva de la herida.
- La uña puede tardar **meses** en verse normal mientras crece (el tiempo depende del dedo y de cada persona).
- En algunos casos puede quedar cierta **deformidad ungueal** (más probable si el crecimiento dañó el lecho/matriz antes de operar).

Cuidados en casa (orientativos)

Sigue siempre las indicaciones de tu cirujano/a o dermatólogo/a. En general:

- Mantén el vendaje **limpio y seco** el tiempo indicado.
- Eleva el pie las primeras 24–48 h si es posible.
- Usa calzado **amplio** o abierto según te indiquen.
- Toma analgésicos solo como te lo indiquen (evita automedicarte si tienes dudas).
- Vigila signos de infección.

¿Cuándo debo consultar pronto?

Contacta a tu equipo médico si aparece:

- **Dolor intenso** que no mejora con lo indicado.
- **Secreción**, mal olor, aumento de enrojecimiento o calor local.
- **Fiebre**.
- Sangrado que no se detiene con presión suave.
- Entumecimiento persistente del dedo.

Señales de alarma (urgencias)

Busca atención urgente si:

- Hay **hinchazón rápida** del dedo o pie, dolor desproporcionado, cambio de color (pálido/morado) o dificultad para mover el dedo.
- Presentas **síntomas generales** importantes (fiebre alta, escalofríos) o empeoramiento rápido.

¿Puede volver a salir?

A veces puede **recurrir**, sobre todo si no se retiró completamente la base del crecimiento. Si vuelve el bulto o reaparecen los síntomas, consulta para reevaluación.

Aviso importante

Esta hoja es solo para **información general** y **no sustituye** la evaluación, diagnóstico ni tratamiento de un profesional de salud. Las recomendaciones pueden variar según tu caso (edad, enfermedades previas, medicación, estado vascular, etc.). Si tienes dudas o síntomas preocupantes, consulta a tu médico/a.