

## Dermopatías en el pie del deportista

Algunos problemas cutáneos son propios de los deportistas y, en algunos casos, incluso exclusivos de un deporte en particular. El Centro Andaluz de Medicina del Deporte (CAMD) llevó a cabo un trabajo que estudia las dermatopatías que se presentan con mayor frecuencia en el pie del deportista a través de una encuesta a los deportistas que acudieron al CAMD de Málaga durante los meses de febrero y marzo de 2006. Se encuestó a un total de 59 deportistas, que practicaban natación, atletismo, triatlón y baloncesto. Como resultado, el estudio concluyó que de las cuatro modalidades diferentes el 79,6% tuvieron algún tipo de dermatopatía en el pie a causa de la práctica deportiva. La mayor incidencia correspondía al triatlón (84,2%), seguido del atletismo (83,3%), la natación (78,6%) y, por último, el baloncesto (71,4%), sin que hubiera diferencias significativas entre ellos.

La lesión dérmica con mayor incidencia fueron las ampollas, con una frecuencia total de 66,1%, seguidas por las micosis (25,4%) y la uña encarnada (18,6%). Según los diferentes deportes, el tipo de lesión más frecuente y predominante en atletismo fueron las ampollas (75%), seguido de triatlón (73,7%), el baloncesto (71,4%) y, por último, la natación (42,9%). En cuanto a las micosis, los nadadores presentaron una inciden-

cia del 50%, seguida del triatlón (36,8%), el atletismo (8,3%) y el baloncesto (ningún caso). Existen diferencias estadísticamente significativas entre los deportes de agua (natación y triatlón) y el resto que demuestran la relación que hay entre los deportes que se practican en ambientes húmedos y las micosis. La tercera lesión referida por los encuestados fue la uña encarnada, que predominó en atletismo (33,3%), seguido de natación y triatlón (21% cada uno) y baloncesto (ningún caso). Analizando la causa según el tipo de lesión, de los que presentaron ampollas, el 73,1% culpó al calzado, el 11,5% a la humedad y el 15% no conocía la causa. Dentro del grupo con micosis, el 50 y el 33% culparon a la humedad o al calzado, respectivamente, como causa de su lesión. Por último, para todos los que presentaron uña encarnada el calzado fue el único responsable.

El conjunto de lesiones hizo que se perdieran un total de 70 días de entrenamiento entre los 59 deportistas, con una media de 1,2 días y un rango máximo de 15 días en 3 de ellos. En respuesta al tratamiento que habían utilizado para la curación de las lesiones, 3 de los sujetos del estudio tuvieron que recibir tratamiento especializado; el resto de ellos curaron sus lesiones a base de desinfección y métodos caseros.



### EL MATIZ

La uña encarnada es un problema frecuente, habitualmente leve, pero importante si se va a practicar deporte, sobre todo si precisa carrera continua, cambios de dirección e intensidad o deceleraciones bruscas, como en atletismo, o el uso del pie como instrumento de golpeo, como en fútbol o rugby. Existe predisposición familiar para padecerla y el abuso del calzado deportivo puede contribuir a su aparición. Pero donde hay que insistir es en la costumbre del deportista de cortar el extremo ungueal de forma circular, recortando de manera agresiva la zona de contacto con la piel. El deportista cree que limitará su desarrollo aunque en realidad sucede lo contrario. Ante el estímulo, la uña se introduce debajo de la piel aumentando la hipertrofia del muñón, la inflamación y el dolor. Al contrario, la uña debería cortarse longitudinalmente sin introducir la tijera en los bordes.