



## Occhi specchio della salute? No, le unghie

Alterazioni del colore o della consistenza sono spie di possibili infezioni, problemi vascolari. Fino alla psoriasi. Come evitarle

**G**li occhi sono lo specchio dell'anima, e della salute. Può essere. Ma, almeno per la salute, c'è anche un'altra parte del corpo, molto più facile "da leggere", che può svelarci come stiamo: le unghie. Alterazioni della loro forma, del loro colore e della loro consistenza possono essere la spia che qualcosa non va a livello locale, ma talvolta anche generale. Un'unghia sana ha di solito una lamina rosea, dura ma non troppo e una superficie liscia, regolare e semitrasparente. Una modificazione di questo aspetto può essere dovuta, per esempio, a smalti di cattiva qualità oppure al contatto con sostanze irritanti, ma a volte a patologie anche serie. Proviamo a fare una breve rassegna di quello che possono "dirci" le unghie. Un cambiamento del colore, per cominciare, potrebbe segnalare un'infezione sostenuta da funghi (onicomicosi) come dermatofiti, lieviti (la famosa *Candida albicans*) o muffe, più frequenti, sulle unghie dei piedi, che diventano bianche o giallastre e più frastagliate e friabili. Puntini bianchi sull'unghia possono essere invece dovuti a piccoli traumi che creano bolle d'aria, o a manicure troppo "spinte", ma se le macchie sono molto numerose e su tutte le unghie potrebbero essere un indizio di psoriasi (talvolta ne sono addirittura l'unica manifestazione visibile). La psoriasi delle unghie si può presentare, peraltro, anche con alterazioni di colore rosso-giallastro (aspetto a macchia d'olio), striature longitudinali od orizzontali, depressioni puntiformi con aspetto della lamina a ditale da cucito, nonché con il distacco graduale della lamina, a partire dal margine libero. Macchie nere possono essere invece la conseguenza di piccole emorragie causate da un trauma, ma non vanno mai sottovalutate (così come le striature scure), perché, sebbene raramente, potrebbero rivelare anche

un tumore maligno come il melanoma. Altro problema assai comune sono le unghie sottili e fragili, oppure con striature, solchi, punteggiature. In questi casi si può pensare a carenze vitaminiche o di sali minerali (ferro, zinco) oppure al risultato di diete drastiche o di malattie debilitanti. Possono essere anche dovute però all'utilizzo di agenti corrosivi, come solventi e altre sostanze chimiche, oppure all'assunzione di alcuni farmaci. Sulla forma vale la pena soffermarsi con particolare attenzione: l'unghia a cucchiaino può essere indizio di anemia da carenza di ferro, mentre quella convessa, a vetrino d'orologio, può essere segno di malattie dell'apparato respiratorio, come la bronchite cronica o addirittura di tumori al polmone. Un'unghia che fa male può invece segnalare una patologia del sistema nervoso. Ancora: se la lamina ungueale s'ispessisce vanno sospettate alterazioni vascolari e/o ossee o, più spesso, traumatismi indotti dall'utilizzo di calzature non idonee. «Infine», aggiunge Antonino Di Pietro, direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis, di Milano, «va ricordato che manicure aggressive e anche la cattiva abitudine di eliminare a tutti i costi la pellicina che circonda l'attaccatura dell'unghia (perionichio) sono a volte all'origine di infezioni batteriche». «Con la punta di forbicine o limette appuntite», spiega il dermatologo, «si creano piccole ferite attraverso cui penetrano batteri che creano pus, arrossamento, gonfiore e dolore alla pressione, un quadro caratteristico definito giradito (o perionissi) che causa alterazioni e talvolta perdita dell'unghia».

**Fare manicure aggressive e togliersi le pellicine danno origine a volte a gonfiori e pus in un quadro medico definito "giradito"**