Continue

A mancha branca na unha pode ser causada por alergia a esmaltes ou produtos químicos, deficiências nutricionais, traumas nas unhas ou até por doenças como micose de unha, vitiligo ou insuficiência renal ou hepática crônicas. Encontre um Dermatologista perto de você! Parceria com Buscar Médico Estas manchas brancas, conhecidas cientificamente como leuconíquia podem surgir tanto nas unhas dos pés quanto das mãos e, de forma geral não são motivo de preocupação. No entanto, se as manchas brancas na unha surgem com frequência, é recomendado consultar o dermatologista para identificar sua causa e realizar o tratamento adequado. Assista ao vídeo a seguir e conheça mais sobre as causas das manchas brancas na unha: 12 causas de mancha branca na unha As principais causas de manchas brancas nas unhas são: 1. Alergias a substâncias A alergias à substâncias, como esmalte, removedor de esmaltes ou produtos de limpeza, podem provocar manchas brancas nas unhas. Como tratar: deve-se usar esmaltes antialérgicos, usar removedor de esmaltes que não contenham acetona e evitar o contato direto das mãos com produtos de limpeza, usando luvas ao utilizá-los. 2. Deficiências nutricionais Algumas deficiências nutricionais, como deficiência de cálcio, ferro, zinco, silício, ácido fólico ou vitamina B12, também podem causar manchas brancas na unha, além de deixar as unhas fracas e quebradiças. Outros sintomas que podem surgir são cansaço excessivo, falta de energia, tontura ou palidez, por exemplo. As deficiências nutricionais podem ser causadas por má alimentação ou até por dietas restritivas ou à cirurgia bariátrica, por exemplo. Como tratar: o tratamento é feito pelo clínico geral ou dermatologista que pode indicar o uso de suplementos de acordo com o tipo de deficiência nutricional. Além disso, é importante fazer uma dieta orientada pelo nutricionista de acordo com a necessidade nutricional da pessoa. 3. Traumas na unha A mancha branca na unha também pode ser causada por pequenos traumas na unha, como prender o dedo em algum local ou sofrer algum dano na manicure ao retirar as cutículas, por exemplo. Como tratar: à medida que a unha cresce a mancha branca desaparece, sendo recomendado apenas manter as unhas e as cutículas hidratadas, aplicando cremes hidratantes próprios para as mãos. 4. Alterações hormonais As alterações hormonais ao longo do ciclo menstrual também podem provocar manchas brancas na unha da mulher. Como tratar: como as alterações hormonais ao longo do ciclo menstrual são normais, não é necessário tratamento específico, sendo recomendado aplicar cremes hidratantes nas unhas e cutículas para mantê-las hidratadas. 5. Uso de antibióticos As manchas brancas na unha também pode ser causadas pelo uso de antibióticos, especialmente as sulfonamidas, como sulfametoxazol + trimetoprima (Bactrim), por exemplo. Como tratar: deve-se continuar utilizando o antibiótico pelo tempo de tratamento recomendado pelo médico. Normalmente a mancha branca na unha desaparece naturalmente à medida que a unha cresce. 6. Quimioterapia A quimioterapia para o tratamento do câncer pode afetar o crescimento da unha, deixando-a mais fraca, frágil e quebradiça, o que pode contribuir para o aparecimento de manchas brancas na unha. Essas manchas normalmente são percebidas através de faixas ou estrias brancas na unha, causadas por alterações nas células da matriz da unha pelo quimioterápico. Como tratar: deve-se manter as unhas hidratadas, usar sapatos confortáveis para evitar atritos ou pressão nas unhas, utilizar luvas ao ter contato com produtos químicos e manter as unhas cortadas adequadamente. Geralmente, quando o tratamento com a quimioterapia termina, as manchas brancas na unha desaparecem naturalmente. 7. Vitiligo O vitiligo é uma doença autoimune em que o sistema imunológico ataca as células que produzem pigmento na pele provocando manchas brancas. No entanto, o vitiligo também pode afetar as unhas, provocando manchas brancas na forma de listras verticais ou meia lua na base da unha. Como tratar: o tratamento do vitiligo é feito pelo dermatologista que pode indicar o uso de pomadas ou comprimidos de corticoides ou imunossupressores, ou fototerapia, por exemplo. Em todos os casos, deve-se ter cuidados com as unhas, como aplicar hidratantes e evitar a exposição aos raios UV. 8. Psoríase ungueal A psoríase ungueal, também conhecida por psoríase das unhas, acontece quando as células de defesa do corpo atacam as unhas, provocando manchas brancas nas unhas. Além disso as unhas podem ficar mais onduladas, quebradiças ou grossas, por exemplo. O que fazer: o dermatologista pode indicar o uso de esmaltes e pomadas com clobetasol e vitamina D, além de aplicar cremes hidratantes nas unhas com frequência. 9. Micose de unha A micose de unha, também chamada de onicomicose, pode provocar manchas brancas nas unhas, principalmente quando causada por fungos, como a Candida albicans. Esse tipo de micose normalmente se inicia nos tecidos em volta da unha, se espalhando para a unha. Como tratar: o tratamento é feito com o uso de antifúngicos na forma de esmalte medicamentoso ou comprimidos, como ciclopirox olamina, itraconazol ou terbinafina, por exemplo. 10. Hanseníase A hanseníase é uma infecção causada pela bactéria Mycobacterium leprae que provoca alterações na pele, como manchas brancas ou avermelhadas. Essa infecção pode causar alterações nas unhas, como manchas brancas, devido a produção acelerada de células queratinizadas, podendo também deixar as unhas mais grossas, pequenas, irregular ou com estrias. Como tratar: o tratamento é feito pelo dermatologista ou infectologista com o uso de antibióticos por 6 meses a 2 anos para eliminar a bactéria do corpo. 11. Insuficiência renal ou hepática crônicas A insuficiência renal ou hepática crônicas também podem causar manchas brancas na unha, devido a alterações no leito ungueal e não diretamente na unha. Essas manchas brancas, conhecidas como unhas de Terry, podem afetar quase toda a unha, deixando-a esbranquiçada. Como tratar: o tratamento da insuficiência renal é feito pelo nefrologista e normalmente envolve o uso de remédios ou hemodiálise, e nos casos mais graves, transplante de rins. Já a insuficiência hepática deve ser tratada pelo hepatologista e pode envolver o uso de medicamentos ou até transplante de fígado. 12. Doenças hereditárias Algumas doenças hereditárias, como a síndrome de Bart-Pumphrey e a doença de Darier, podem causar manchas brancas nas unhas. Isso porque essas condições levam ao aumento da produção de queratina, e geralmente afeta uma grande área da unha, causando leuconíquia total. Como tratar: o tratamento das condições hereditárias devem ser feitas pelo geneticista, clínico geral ou pediatra, e variam com os sintomas apresentados. 13. Envenenamento por arsênico As manchas brancas na unha também podem ser causada por envenenamento agudo por arsênico, surgindo geralmente em forma de linhas nas unhas das mãos ou dos pés, conhecidas como linhas de Mees. Além disso, outros sintomas são vômitos, dor abdominal, diarreia que pode ter sangue ou câimbras musculares. Como tratar: o tratamento deve ser feito rapidamente no hospital, com uso de remédios, oxigenoterapia, transfusão de sangue ou lavagem gastrointestinal, pois a intoxicação por arsênico pode colocar a vida em risco. Todos nós já tivemos uma mancha branca na unha alguma vez em nossas vidas. E, em vários momentos, deixamos para lá, deduzindo que seja uma alteração comum e pouco preocupante. De fato, geralmente as manchas na unha são inofensivas e desaparecem sozinhas. Porém, em determinados casos, o quadro pode ser um sinal alerta. [1] Por isso, conhecer as causas e saber quando se preocupar é fundamental. A seguir, confira o que são e possíveis tratamentos para essas alterações na unha. O que é uma mancha branca na unha? A mancha branca, também chamada de leuconíquia, como o nome indica, é uma área descolorida ou de cor branca que pode aparecer nas unhas. [1] Não existe um padrão para essas marcas, que podem ser de diferentes tamanhos, formas, aparecer em qualquer parte e até em mais de um dedo. [1] Vários fatores podem explicar o surgimento desse sinal, sobre os quais falaremos com mais detalhes abaixo. O que pode causar uma mancha branca na unha? Entre as causas mais comuns de mancha branca na unha do pé ou da mão, estão: [1] Traumas ou machucados Falta de vitaminas ou minerais Infecção por fungos Alergias Traumas ou machucados Quem nunca chutou a quina da parede ou de um móvel que atire a primeira pedra! Essa batida, por mais rotineira que seja para os mais desastrados, pode danificar as unhas e ser a explicação para as manchas brancas. Isso porque a pancada pode ser considerada um trauma, causando uma lesão [1]. Assim como acontece quando você deixa um objeto pesado cair nos pés, por exemplo. Em termos gerais, qualquer ação mais agressiva que machuque a unha pode resultar em leuconíquia, muitas vezes até provocando sua queda. [1] Para você ter noção, é possível lesionar a unha ao fazer a manicure! Logo, todo cuidado é pouco. Leia também: Como tratar o calcanhar ressecado? Conheça as 5 melhores soluções Falta de vitaminas ou minerais Outra explicação para a mancha branca na unha da mão, por exemplo, é a deficiência nutricional. [2] Isso porque diversas vitaminas e minerais desempenham papéis importantes na saúde das unhas, desde sua formação até sua manutenção e crescimento. [2] Portanto, você pode imaginar o que pode acontecer caso faltem esses nutrientes no organismo, não é? Entre os sintomas, podemos citar a fragilidade (quebra constante), crescimento lento e as manchas esbranquiçadas. [2] Qual falta de vitamina deixa a unha branca? Caso os sinais na sua unha estejam relacionados com a falta de vitaminas, é preciso investigar possíveis deficiências nutricionais. Para isso, o médico pode solicitar um exame de sangue. Entre os nutrientes que podem estar associados com as manchas brancas, estão: vitamina B12, B7 (biotina), ferro, cálcio e zinco. [2] Infecção por fungos A infecção por fungos, também chamadas de onicomicoses, é outro problema que pode causar manchas brancas nas unhas, e afeta 1 em cada 4 pessoas em algum momento da vida. [3] Essas infecções são mais comuns nas unhas dos pés do que nas das mãos, e normalmente ocorrem quando a unha já está danificada, e os microrganismos encontram espaço para “penetrar”. [3] Além disso, outros fatores que favorecem a contaminação são: [3] Sistema imunológico enfraquecido; Pessoas com diabetes, de idade ou com problemas de circulação; Frequentadores de ambientes quentes e úmidos, como academias, locais com piscinas etc.; Uso constante de calçado fechado, entre outros. Leia também: Como usar hidratante para as mãos? Dicas para melhorar o ressecamento Alergias Em geral, quando se fala em alergia, logo pensamos nas reações cutâneas e respiratórias, não é? Porém, saiba que a unha também pode ser afetada. Esse é o caso de quem tem alergia a esmaltes, produtos de limpeza e até certos alimentos. 4,5 Quando a pessoa alérgica mantém o uso destes itens (normalmente acontece quando ainda não se tem o diagnóstico), as manchas esbranquiçadas podem ser uma reação. 4,5 Então, se você se deparar com uma mancha branca na unha após tirar esmalte, já sabe, não é? Procure um dermatologista para verificar se há sinal de alergia. Como tratar mancha branca na unha? Agora você conhece as causas mais comuns dessa alteração. O próximo passo é entender como tratar o problema para voltar ao aspecto natural da unha. Identificar e evitar a causa O tratamento ideal só pode ser realizado quando a causa é identificada. Portanto, a avaliação profissional é crucial. Afinal, se a causa for trauma, é necessário proteger as unhas de danos adicionais. Já se for a falta de vitaminas ou minerais, ou alterações na dieta, suplementos podem ser indicados. No caso de uma alergia, por exemplo, evitar o produto que causa a reação é o cuidado principal. Suplementação nutricional Se após a avaliação for constatado um caso de deficiência nutricional, a suplementação alimentar pode ajudar a resolver o problema [2]. No entanto, é importante consultar um médico antes de tomar qualquer produto. Além disso, é imprescindível recorrer a marcas confiáveis para garantir a eficiência e segurança do tratamento, como a Mantecorp Skincare, a mais recomendada pelos dermatologistas. O Nouve Silício Orgânico, por exemplo, é um suplemento focado na manutenção da pele, cabelos e unhas, que contém Silício Orgânico, estabilizado em Colina, Biotina, Zinco, Selênio, Vitaminas E, B3 e B6 e Óleo de Borragem. Essa associação inteligente ajuda a deixar as unhas mais fortes, menos quebradiças e saudáveis. Confira mais informações! Manter as unhas limpas e secas Manter as unhas limpas e secas pode ajudar a prevenir infecções por fungos. Então, deve ser um cuidado diário para evitar as manchas esbranquiçadas. [3] Lembre-se de secar as mãos sempre após lavá-las e depois do banho. Não se esqueça também de higienizá-las quando mexer com produtos químicos (como os produtos de limpeza) e ao tirar o sapato fechado depois de um longo dia. [3] Tratamento médico Em alguns casos, as manchas brancas podem ser um sinal de uma condição médica subjacente. Nesses cenários, o médico pode indicar um tratamento medicamentoso para resolver o problema (esse tipo de tratamento é bastante comum em quadros de infecção fúngica). [1] Paciência É importante ter paciência ao tratar qualquer condição, e com as manchas nas unhas não é diferente. Afinal, pode levar meses para que os sinais desapareçam completamente. Fora isso, em determinados casos, pode ser necessário mudar o tratamento, incluir novas abordagens etc., para ter um resultado satisfatório. Consultar um dermatologista ou especialista em unhas Falando nisso, caso você tenha reparado manchas brancas em suas unhas, antes de buscar por medicamentos, pomadas e afins, passe por um dermatologista ou outro especialista em unha para uma avaliação. Afinal, somente após saber a origem e o que desencadeou a alteração, é possível recorrer ao tratamento adequado. E caso uma suplementação alimentar seja recomendada, não se esqueça: prefira marcas confiáveis e seguras, como Mantecorp Skincare, que está há mais de 40 anos desenvolvendo dermocosméticos focados nas necessidades dos brasileiros. As manchinhas brancas nas unhas são um problema comum. Elas podem ser causadas por várias razões. Isso inclui deficiências nutricionais, traumas físicos, condições médicas e fatores ambientais.É crucial entender o que significam essas manchinhas. Elas podem indicar problemas de saúde mais sérios. O tratamento depende da causa.As manchas brancas pequenas são comuns em crianças. Elas também podem aparecer em mulheres adultas por cuidados excessivos na manicure. Isso nos leva a buscar soluções para prevenir essas condições.O que significa manchinhas brancas na unhaAs manchinhas brancas nas unhas, chamadas de leuconiquia, podem vir de pequenos traumas ou falta de nutrientes. É crucial saber o que significam essas manchas e quando se deve se preocupar. Elas podem ser superficiais ou profundas.Os tipos de manchas brancas incluem:Manchas brancas superficiais, geralmente causadas por deficiências nutricionais ou traumas físicosManchas brancas profundas, que podem ser causadas por condições médicas relacionadas ou fatores ambientaisÉ importante se preocupar com essas manchas, pois podem indicar doenças raras. Mas, na maioria das vezes, elas são inofensivas e desaparecem com o crescimento da unha.Tipos comuns de manchas brancasAs manchas brancas podem vir de falta de nutrientes, traumas ou condições médicas. É essencial entender os diferentes tipos para saber quando deve se preocupar.Quando se preocupar com as manchasSe as manchas brancas aparecerem e junto com ela dor, inchaço ou vermelhidão, é hora de buscar um dermatologista. Também é recomendável avaliar se as manchas não desaparecem com o crescimento da unha.Anatomia das unhas e sua importância para a saúdeA anatomia das unhas é feita de várias camadas. Temos a camada externa, a camada média e a camada interna. A externa protege as unhas. A média dá forma. E a interna nutre.As unhas são muito importantes para a saúde. Elas podem mostrar problemas de saúde, como deficiências ou doenças. Problemas como deficiências nutricionais ou doenças renais podem afetar as unhas.Deficiências nutricionaisCondições médicas relacionadas, como doenças renais ou hepáticasUso frequente de esmaltes ou outros produtos químicosPara cuidar das unhas, é essencial manter-as limpas e secas. Cortá-las corretamente também ajuda. Usar calçados confortáveis é importante para evitar pressão nos dedos.Se as unhas apresentarem problemas, como manchas, é hora de consultar um dermatologista. Isso ajuda a evitar problemas maiores.Em resumo, entender a anatomia das unhas e sua importância para a saúde é crucial. Isso nos ajuda a manter a saúde geral. É importante saber como problemas de saúde podem afetar as unhas para cuidar delas melhor.Problema de saúdeSintoma nas unhasDeficiência nutricionalUnhas frágeis ou quebradiçasDoença renalAlteração de cor nas unhasUso frequente de esmaltesManchas ou alterações de cor nas unhasPrincipais causas das manchinhas brancasAs manchinhas brancas nas unhas têm várias causas. Elas podem ser devido a deficiências nutricionais, traumas físicos, condições médicas ou fatores ambientais. As principais razões incluem falta de nutrientes, como cálcio e zinco, traumas, doenças específicas e exposição a produtos químicos.Deficiências nutricionaisDeficiências de nutrientes, como cálcio e zinco, podem causar manchinhas brancas. É crucial entender essas causas para tratar bem.Traumas físicosLesões e batidas também podem causar manchinhas brancas. Doenças como psoríase e Alzheimer também têm ligação com essas manchas.Condições médicas relacionadasDoenças como psoríase e Alzheimer podem causar manchinhas brancas. Entender essas causas ajuda no tratamento eficaz.Fatores ambientaisExposição a produtos químicos também pode causar manchinhas brancas. A falta de nutrientes como ferro e cálcio é uma das principais causas.Deficiências nutricionaisTraumas físicosCondições médicas relacionadasFatores ambientaisSinais e sintomas associadosEntenda os sinais e sintomas das manchinhas brancas nas unhas. As manchinhas podem aparecer como manchas brancas, amareladas ou marrons. Elas também podem causar dor ou sensibilidade.É crucial saber identificar esses sinais para um diagnóstico correto.Alguns sinais e sintomas das manchinhas brancas incluem:Manchas brancas, amareladas ou marrons nas unhasDor ou sensibilidade nas unhasAlterações nas unhas, como engrossamento ou descoloraçãoInfecções fúngicas, que podem causar manchas de várias cores e outros sintomasAs manchinhas brancas podem ser causadas por várias razões. Isso inclui deficiências nutricionais, infecções fúngicas ou doenças sistêmicas. Se você está com esses sintomas, é essencial consultar um dermatologista.Além disso, manchinhas brancas podem ser um sinal de condições sérias. Por exemplo, cirrose hepática ou insuficiência renal. Se você está com esses sintomas, procure um dermatologista rapidamente.Diagnóstico e avaliação médicaEntenda como se faz o diagnóstico das manchinhas brancas nas unhas. O processo inclui exames físicos e laboratoriais. É essencial saber como funciona o diagnóstico para tratar bem as manchinhas.Procurar um dermatologista é crucial para saber o que causa as manchinhas brancas. O especialista faz exames físicos e pede exames laboratoriais. Isso pode incluir testes de sangue e biópsias para encontrar a causa.Processo de diagnósticoO diagnóstico começa com uma avaliação física e uma história médica. O dermatologista pergunta sobre a duração das manchinhas e se há outros sintomas. Depois, faz exames laboratoriais para achar a causa.Exames necessáriosPara diagnosticar as manchinhas brancas, são feitos vários exames. Eles incluem:Testes de sangue para ver se há condições médicasBiópsias para examinar a unha e a peleExames de imagem, como raios-X, para ver a estrutura da unha e da peleCom esses exames, o dermatologista pode saber a causa das manchinhas. Assim, cria um plano de tratamento eficaz.Tratamentos disponíveis para manchas brancasVeja os tratamentos para manchas brancas nas unhas. Existem opções tópicas e orais. É crucial saber sobre eles para tratar bem as manchas.Os tratamentos tópicos envolvem cremes ou pomadas nas unhas. Já os orais são medicamentos para tratar a causa das manchas. Alguns exemplos são:Aplicação de cremes ou pomadas nas unhas para tratar infecções fúngicasIngestão de medicamentos para tratar deficiências nutricionais, como a falta de zinco e ferroUso de produtos hidratantes para as unhas para tratar a degradação da queratinaConsultar um dermatologista é essencial para escolher o tratamento certo. O tratamento varia conforme a causa das manchas. Com os tratamentos disponíveis, é possível tratar as manchas eficazmente e prevenir novas.Manter as unhas saudáveis e hidratadas também ajuda. Isso pode ser feito com cremes ou pomadas e uma dieta equilibrada. Com os tratamentos disponíveis e cuidados com as unhas, é possível evitar manchas brancas e outras condições.Métodos de prevenção eficazesPara evitar as manchinhas brancas nas unhas, é crucial conhecer os métodos de prevenção. Segundo especialistas, há três maneiras principais: cuidados diários, suplementação nutricional e proteção contra traumas.Manter a higiene das unhas é essencial. Isso ajuda a evitar fungos e bactérias. Além disso, a suplementação nutricional é vital. Ela fornece nutrientes que fortalecem as unhas e evitam manchinhas brancas.Proteger as unhas contra lesões também é importante. Usar luvas ao fazer atividades que danifiquem as unhas ajuda muito. Isso inclui jardinagem ou trabalhos manuais.Manter as unhas limpas e secasEvitar o uso excessivo de esmaltesUsar luvas ao realizar atividades que possam causar danos às unhasManter uma boa higiene das unhasEm resumo, para evitar manchinhas brancas, é importante cuidados diários, suplementação nutricional e proteção contra traumas. Seguindo essas dicas, você pode manter as unhas saudáveis.Método de prevençãoDescriçãoCuidados diáriosManutenção de uma boa higiene das unhasSuplementação nutricionalIngestão de nutrientes essenciais para a saúde das unhasProteção contra traumasProteção das unhas contra lesões ou danosMitos e verdades sobre manchinhas nas unhasEntenda os mitos e verdades sobre as manchinhas nas unhas. Este tema gera muitas dúvidas. As manchinhas brancas nem sempre são por falta de nutrientes.As manchinhas nas unhas têm várias causas. Incluem deficiências nutricionais, traumas e condições médicas. É crucial saber os mitos e verdades para entender as manchinhas brancas.Alguns mitos comuns incluem:Que as manchinhas brancas são sempre por falta de nutrientesQue são sempre um sinal de doença graveQue não podem ser prevenidasNa verdade, as manchinhas nas unhas têm várias causas. Incluem esmaltes antigos, traumas e condições médicas. Para prevenir, é importante manter as unhas limpas e secas. Evitar o uso excessivo de esmaltes ajuda também.Em resumo, entender os mitos e verdades sobre as manchinhas nas unhas é essencial. Isso ajuda a prevenir e tratar as manchinhas brancas de forma eficaz.Dicas para manter unhas saudáveisManter as unhas saudáveis é muito importante para a nossa aparência e bem-estar. Há várias dicas para isso, como comer bem, beber água e cuidar bem das unhas. Comer alimentos ricos em nutrientes ajuda a manter as unhas fortes.Alimentação adequadaComer bem é essencial para ter unhas saudáveis. Uma dieta equilibrada com frutas, legumes e nozes é muito boa. Ela ajuda a fortalecer as unhas.Hidratação corretaBeber água é crucial para a saúde das unhas. Água ajuda a manter as unhas hidratadas. Sem água, as unhas ficam secas e quebradiças.Cuidados na manicureManter as unhas saudáveis exige cuidados na manicure. Evitar produtos químicos e manter as unhas limpas e secas é importante. Manicures regulares também ajudam muito.Para resumir, manter as unhas saudáveis envolve comer bem, beber água e cuidar bem das unhas. Seguindo essas dicas, você terá unhas fortes e saudáveis.DicaDescriçãoAlimentação adequadaUma dieta equilibrada que inclui alimentos ricos em vitaminas e mineraisHidratação corretaBeber bastante água para manter as unhas hidratadasCuidados na manicureEvitar o uso excessivo de produtos químicos e manter as unhas limpas e secasConclusãoManchinhas brancas nas unhas podem ser um sinal de saúde. Muitas vezes, são apenas uma pequena preocupação. Mas é importante saber o que pode causá-las e como lidar com elas.Cuidar bem das unhas é essencial. Isso inclui adotar hábitos saudáveis e buscar ajuda médica quando necessário. A saúde das unhas reflete a saúde do corpo. Por isso, cuidar delas é cuidar de si mesmo.Segue as dicas deste artigo para cuidar das suas unhas. Mantenha uma rotina de cuidados. E se as manchinhas não desaparecerem, vá ao dermatologista. Com o cuidado certo, suas unhas ficarão saudáveis e brilhantes.Quais são os sinais e sintomas associados às manchinhas brancas nas unhas?Manchas brancas, amareladas ou marrons, dor ou sensibilidade são sinais comuns. Eles podem indicar problemas de saúde.Quais são as principais causas das manchinhas brancas nas unhas?As manchinhas podem ser causadas por deficiências nutricionais, traumas físicos, doenças ou fatores ambientais. Cada causa tem um tratamento específico.Qual a importância da anatomia das unhas para a saúde?As unhas têm várias camadas e são importantes para a saúde. Elas podem mostrar problemas de saúde, como deficiências nutricionais.Qual a diferença entre manchas normais e patológicas nas unhas?Manchas normais são de traumas superficiais e desaparecem com o tempo. Já as patológicas podem indicar problemas de saúde e devem ser avaliadas por um especialista.Quando devo me preocupar com as manchas brancas nas unhas?Se as manchas não sumirem ou causarem dor, é um sinal de alerta. Nesse caso, é importante consultar um dermatologista.Quais são os tipos comuns de manchas brancas nas unhas?Existem dois tipos principais de manchas brancas. As superficiais são causadas por deficiências ou traumas. Já as profundas podem ser devido a doenças ou fatores ambientais.O que significam as manchinhas brancas nas unhas?As manchinhas brancas podem ser de várias causas. Elas podem ser devido a deficiências nutricionais, traumas físicos ou condições médicas. Entender o que elas significam ajuda a tratá-las corretamente.Bárbara Sabadini é apaixonada pelo universo da beleza e do bem-estar. Com mais de uma década de experiência prática e estudo no setor, ela é apaixonada em cuidados com a pele, unhas e cabelo, além de ser entusiasta de hábitos saudáveis e receitas práticas. Bárbara acredita que a beleza começa de dentro para fora e tem como missão ajudar outras pessoas a se sentirem confiantes e realizadas. No Guia da Beleza Brasil, ela compartilha dicas, histórias e inspirações para transformar rotinas e valorizar a autenticidade de cada um. Apresentar manchas esbranquiçadas nas unhas, de diferentes formas e extensões, é uma condição bastante comum que, na maioria dos casos, não é grave, mas é sempre bom consultar um dermatologista porque, embora não seja comum, não pode ser indicação de um problema de saúde.Essas manchas podem ter origens diversas e aparecer em qualquer momento da vida. Apesar de muitas crenças populares, seu aparecimento nem sempre está relacionado a algum déficit nutricional ou a falsos mitos como o que sugere que ocorre quando a pessoa mente. Neste artigo do umCOMO analisamos todas as possíveis causas e esclarecemos sobre mancha branca na unha: por que aparecem e como tratar. Também lhe pode interessar: O que é hantavirose Índice As manchas brancas nas unhas ou ponto branco na unha é o que se conhece pelo termo médico leuconiquia e, geralmente, é uma anomalia que afeta principalmente a estética da unha, mas sem grandes repercussões. Ainda assim, é muito importante saber que existem diferentes tipos de unha com mancha branca, consoante a sua forma e tamanho, pelo que, por precaução, é sempre aconselhável a consulta médica. Na maioria dos casos, as manchas que aparecem na unha são resultado de alguma pequena lesão que pode ter ocorrido mesmo sem você perceber.É preciso lembrar que as unhas são um elemento 'vivo' do nosso corpo, que cresce aproximadamente 1 milímetro a cada dez dias. É na base da unha, na matriz, a zona que reconhecemos pela sua forma de lua crescente (lúnula), onde se sintetiza a queratina, que forma as camadas que fazem a unha crescer. Uma alteração neste processo natural, por exemplo uma pancada na base da unha que também provoque uma pequena inflamação, pode originar esta mancha branca, que vai surgir na base e vai progredir à medida que a própria unha vai crescendo.Esta 'agressão' que afeta a matriz da unha é a causa mais frequente das pequenas manchas brancas que se podem detectar na camada ungueal, ou seja, naquela estrutura protetora, composta essencialmente por queratina, que é a proteção da unha. Existem diferentes razões pelas quais as manchas podem aparecer nas unhas, como:Uma pisada que afeta uma unha do pé.Um golpe nos dedos da mão.O mau hábito de roer unhas.Manicure muito agressiva.Embora estas sejam as causas mais frequentes, é importante lembrar que as manchas brancas na unha podem afetar a superfície da unha e também o tecido sobre o qual ela se apoia (leito ungueal), portanto outras possíveis causas menos frequentes não devem ser descartadas.Apesar da crença popular, não é verdade que os baixos níveis de cálcio sejam a causa dessa anomalia nas unhas, embora seja verdade que as manchas brancas nas unhas possam estar relacionadas à deficiência de algum nutriente, como zinco ou proteína albumina.No caso da presença de manchas sob a camada da unha, manchas de tamanhos consideráveis ou de forma longitudinais ou estriadas, pode haver outras causas possíveis, como:Infecção por fungos.Intoxicação ou envenenamento (arsênico, metais pesados...).Condições da pele (dermatite).Problemas hepáticos e/ou renais. Não há tratamento específico e generalizado para a leuconiquia. Se aparecerem manchas brancas nas unhas, você só tem duas opções:Tenha paciência porque você simplesmente terá que esperar que a unha cresça para poder aparar a borda até que a mancha chegue na ponta e você possa finalmente removê-la.Outra opção é tentar escondê-la o máximo possível com um esmalte apropriado.Além disso, como indicamos, existem outras possíveis causas dessas manchas que é sempre importante averiguar para tratá-las adequadamente. Se a origem for déficit em nutrientes, será o médico quem determinará a necessidade de suplementos alimentares que previnam o aparecimento de novas manchas. Da mesma forma, se a causa for uma infecção fúngica ou algum tipo de dermatite, será o especialista quem estabelecerá o tratamento ideal para cada caso.Se você também tem unhas amareladas, recomendamos a leitura de Como tirar o amarelado das unhas. Como indicamos, a maioria das manchas brancas nas unhas tem origem em uma lesão produzida em sua base e evitar essas lesões está, em grande parte, em nossas mãos.Cuidar das unhas é a melhor forma de prevenir o aparecimento de manchas. Uma manicure e pedicure não agressiva, ou seja, sem retirar excessivamente a cutícula e sem usar ferramentas inadequadas, como lixas ou escovas muito duras que podem danificar a superfície da unha, é importante para mantê-las em bom estado e evitar pequenos traumas que pode causar manchas.Além disso, é fundamental hidratar as mãos e as unhas frequentemente e, claro, evitar roer as unhas.Por último, se tiver de realizar algum trabalho que possa implicar algum dano, por exemplo por contato direto com produtos de limpeza agressivos ou pela utilização de ferramentas que possam danificar as unhas, é fundamental protegê-las sempre com o uso de luvas.Por fim, lembre-se que uma alimentação variada e equilibrada fornecerá às suas unhas todos os nutrientes de que necessitam para serem saudáveis, bonitas e sem manchas brancas. Este artigo é meramente informativo, no umCOMO não temos capacidade de receitar nenhum tratamento médico nem realizar nenhum tipo de diagnóstico. Convidamos você a recorrer a um médico no caso de apresentar qualquer tipo de condição ou mal-estar. Se pretende ler mais artigos parecidos a Mancha branca na unha: por que aparecem e como tratar, recomendamos que entre na nossa categoria de Doenças e Efeitos Secundários.