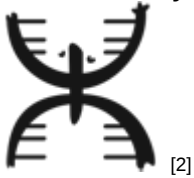


El lado oscuro de las uñas de gel ^[1]

Submitted by [Julienn Torres Rodríguez](#) ^[2] on 15 May 2023 - 9:55pm



El empoderamiento que experimentamos cuando nos realizamos una manicura o pedicura es innegable. Hace 10 años las uñas de gel llegaron a desplazar el acrílico en los salones de belleza. La palabra “gel” se refería, en sus inicios, al estado físico del producto para las uñas, pero ahora se usa el término para describir la técnica. Una de las ventajas de este producto es la facilidad con que se “curan” las uñas en una lámpara con luz ultravioleta (UV). Sin embargo, la luz UV es un reconocido mutágeno que contribuye a malignidades cutáneas. Por consiguiente, existe una posibilidad de desarrollar cáncer por esta exposición y definitivamente, esto nos compete a todos.

Estas lámparas emiten luz en un rango del espectro de luz que el ojo humano no puede percibir porque van desde 280-400 nm. La luz UV se subdivide en dos tipos: **UV-A**, que constituye aproximadamente el 90 % de la radiación UV que llega a la superficie de la Tierra y **UV-B**, que representa el 10 % de los rayos UV que recibimos a través de la capa de ozono. Se sabe que UV-A puede penetrar más profundamente en la piel, pero se entendía que solo UV-B causaba daños al material genético induciendo enfermedades. Por años se defendió que las lámparas UV emitían mayor irradiación de UV-A en comparación que UV-B, porque la primera era menos invasiva. Sin embargo, si hablamos de luz UV, en general, debemos preguntarnos: ¿Acaso esta práctica puede causar cáncer?

Lamentablemente, la respuesta corta es sí. La Universidad de California en San Diego demostró este año que exponer las manos y pies a luz UV constantemente puede causar mutaciones en la piel. Estas mutaciones son específicas para los queratinocitos y melanocitos, que son células con funciones importantes en la piel y pueden ser cancerígenas a largo plazo. Cabe destacar que, en la mayoría de los casos, tanto las uñas como la mano son expuestas a la radiación por 10 minutos en cada sesión y el proceso se repite cada dos semanas típicamente. La exposición constante a la luz UV-A puede promover que la radiación penetre a las capas más profundas de la piel y así, lograr afectar las células madre.

Estudios de exposición a luz UV-A realizados en células modelos manifestaron las características específicas requeridas para imitar la carcinogénesis humana. Entre los resultados se resaltó la expansión clonal de las células hasta duplicar la cantidad poblacional inicial, lo que es indicativo de las células cancerígenas. Ciertamente, existen un sin número de factores que pueden conducir a desarrollar algún tipo de cáncer, pero se ha observado una correlación entre la exposición a luz UV y la aparición temprana de la enfermedad. De igual forma, se han reportado casos de mujeres que se realizaban la manicura y pedicura 2 o 3 veces al mes por 10 años consecutivos y desarrollaron numerosos carcinomas de células escamosas en el dorso de las manos y los pies por la exposición a luz UV.

En otras palabras, retocar constantemente nuestra manicura o pedicura puede promover el desarrollo de cáncer si seguimos optando por el gel. Terminantemente, quiero sugerir que eliminemos esta práctica, aunque puede ser visto como algo radical porque es una de las opciones más accesibles dentro del espectro de belleza. No obstante, la evidencia recopilada puede convencernos de disminuir la cantidad de visitas al salón y, por consiguiente, disminuir la exposición a la luz UV o, mejor aún, eliminarla de nuestras vidas.

Categories (Educational Resources):

- [Texto Alternativo](#) [3]
- [Blogs CienciaPR](#) [4]
- [Biología](#) [5]
- [Salud](#) [6]
- [Biología \(superior\)](#) [7]
- [Ciencias Biológicas \(intermedia\)](#) [8]
- [Salud \(Intermedia\)](#) [9]
- [Salud \(Superior\)](#) [10]
- [Text/HTML](#) [11]
- [CienciaPR](#) [12]
- [HS. Inheritance/Variation of Traits](#) [13]
- [MS. Growth, Development, Reproduction of Organisms](#) [14]
- [6to-8vo- Taller 2/3 Montessori](#) [15]
- [9no-12mo- Taller 3/4 Montessori](#) [16]
- [Blog](#) [17]
- [Educación formal](#) [18]
- [Educación no formal](#) [19]

Source URL: <https://www.cienciapr.org/en/blogs/members/el-lado-oscuro-de-las-unas-de-gel>

Links

[1] <https://www.cienciapr.org/en/blogs/members/el-lado-oscuro-de-las-unas-de-gel> [2] <https://www.cienciapr.org/en/user/julietorrod25> [3] <https://www.cienciapr.org/en/categories-educational-resources/texto-alternativo> [4] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/blogs-cienciapr> [5] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/biologia> [6] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/salud> [7] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/biologia-superior> [8] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/ciencias-biologicas-intermedia> [9] <https://www.cienciapr.org/en/categories-educational-resources/salud-intermedia> [10] <https://www.cienciapr.org/en/categories-educational-resources/salud-superior> [11] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/texthtml> [12] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/cienciapr> [13] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/hs-inheritancevariation-traits> [14] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/ms-growth-development-reproduction-organisms> [15] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/6to-8vo-taller-23-montessori> [16] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/9no-12mo-taller-34-montessori> [17] <https://www.cienciapr.org/en/categories-educational-resources/blog> [18] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/educacion-formal> [19] <https://www.cienciapr.org/en/educational-resources/educacion-no-formal>