

# Moratonos: Contusiones coloreadas

Originados en la mayoría de los casos por un golpe, en ocasiones alertan de problemas graves relacionados con la coagulación de la sangre

LA TRANSFORMACIÓN que sufre la piel hasta teñirse en una zona concreta de un color oscuro, negruzco e, incluso, azulado es la consecuencia directa de sufrir un fuerte golpe, aunque ésta no es la única explicación. Estos pequeños hematomas, conocidos como moratonos o cardenales, pueden ser dolorosos y en ocasiones aparecen de forma espontánea. Es entonces cuando precisan de una mayor atención médica para eliminar la hinchazón y, de manera especial, descartar posibles patologías.

La edad es una de las primeras cuestiones que valoran los especialistas, ya que las personas mayores son más propensas a sufrir estas contusiones; los vasos sanguíneos son más frágiles, por eso se rompen, de manera que la sangre fluye fuera de ellos y se derrama. Otra de las razones que explican la acumulación de cardenales sin haberse golpeado antes es padecer un problema sanguíneo. Hay personas que sufren un trastorno de los componentes de la sangre responsables de coagularla, como un nivel bajo de plaquetas (trombocitopenia) o problemas con otros factores de la coagulación, situación que conocen bien los hemofílicos.

Quienes reciben un tratamiento anticoagulante para disminuir la coagulación de la sangre, como la *warfarina*, la *heparina* o la propia aspirina, también se pueden sorprender con estos hematomas coloreados en alguna parte de su cuerpo, así como las personas que toman *corticosteroides*. Son medicamentos que, asociados al

envejecimiento, inducen el adelgazamiento de la piel, lo que favorece el fácil desarrollo de moretones. Las mujeres embarazadas, debido a la mala circulación, también se suman a la parte de población más expuesta a sufrir moratonos.

Junto a las personas mayores, los niños son los más afectados por estas contusiones, aunque en los menores la aparición de cardenales se vincula con caídas, golpes y accidentes. No obstante, las plaquetas bajas también pueden hacer que en niños y niñas surjan moretones con gran facilidad, además de ser un indicio de enfermedades como la púrpura trombocitopénica aguda (que afecta a niños de corta edad y puede manifestarse tras una infección vírica) o patologías más graves como la leucemia.

Otras circunstancias que favorecen la aparición de los moratonos en cualquier persona son las lesiones por la práctica deportiva o como consecuencia de la extracción rutinaria de sangre en los análisis sanguíneos.

## Del dolor a la curación

Conviene recalcar que los moratonos, en general, no son manifestaciones de una enfermedad grave y mejoran por sí solos. Sin embargo, pueden ser molestos, por eso se recomienda aplicar sobre la zona afectada una bolsa rellena de hielo durante las primeras 24 horas (se puede usar una bolsa de verduras heladas o un paño o toalla fríos) para disminuir la hinchazón y el malestar que causan.



Otra opción para combatirlos es el uso de cremas, ungüentos y geles antiinflamatorios. También se utilizan los preparados homeopáticos de plantas como el *árnica montana*, que aceleran la sanación de los moretones y alivian el dolor e hinchazón que originan. Durante la aplicación de estos productos hay que evitar ejercer presión sobre la zona teñida de azul o negro porque, de lo contrario, el dolor aumentará. Si los moretones se localizan en una pierna o en un brazo conviene elevar el miembro amoratado para que se reduzca la hinchazón.

## Motivos para acudir al médico

La mayoría de los moratonos desaparecen solos o con la ayuda de alguno de los remedios mencionados. Sin embargo, en algunos casos las manchas no desaparecen en dos semanas. También es posible que se originen sin motivo aparente e, incluso, de forma repetida. Éstas son las dos razones principales por las que es necesario acudir al médico para descartar un problema de salud más serio.

Otro de los motivos que requiere la consulta a profesional es la aparición de un moratón de gran tamaño, siempre que el dolor y la hinchazón no remitan y aumenten, cuando la zona afectada se quede inmovilizada, como una articulación -ya que podría hallarse una fractura o lesión importante- y si los moratonos se concentran en zonas delicadas como la cabeza, alrededor de los ojos y el abdomen. //