



Això és el que li pot passar al teu cos si et mossegues les ungles

Aquest hàbit compulsiu té més conseqüències negatives de les que et penses



Mossegar-se les ungles és un hàbit compulsiu i es calcula que comença cap als tres anys i afecta entre un 40 i 50% dels adolescents. Una xifra que es redueix un 10% quan passen a ser adults. És una acció associada amb l'ansietat i el nerviosisme.

En una entrevista amb *Infosalus*, la cap de família de l'Hospital Vithas Xanit Internacional (Benalmádena) i del Vithas Xanit Fuengirola, la doctora Olga Orozco, ha afirmat que mossegar-les les ungles "es una forma eficaç, encara que patològica, de disminuir" aquests nervis i ansietat.

Ella mateix adverteix dels problemes que pot tenir per a la salut. Genera més problemes dels que pot semblar en un principi:

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-sdk'));
```

[/playbuzz]

