

Psoriasi

Malaltia inflammatòria crònica caracteritzada per lesions vermelloses amb escames blanques a la pell. No és contagiosa. Pot aparèixer a brots al llarg de la vida. Té una predisposició genètica. Afecta a un **2,3%** de la població, i a ambdós sexes per igual. És un **procés benigne**, però en les seves formes moderades i severes pot disminuir la qualitat de vida de les persones afectades amb repercussió psicològica. També, i especialment en les formes moderades i severes, pot presentar més risc de malalties cardiovasculars, síndrome metabòlica (diabetis, hipertensió, colesterol, triglicèrids elevats, obesitat), malaltia inflammatòria intestinal, depressió.

Amb el tractament és possible controlar-la.

Quins factors li afecten?

Pot desencadenar un brot o empitjorar-la: traumatismes, infeccions, estrès, ansietat, tabac, alcohol, obesitat i alguns fàrmacs (com liti, betablocadors, antipalúdics, antiinflamatoris i la supressió del tractament amb corticoides sistèmics).

No li afecta l'activitat sexual.

Com podem tractar-la?

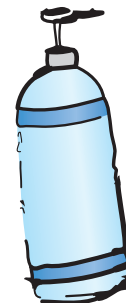
Cal evitar els desencadenants. Ens hem d'aplicar hidratants cada dia per millorar l'elasticitat de les lesions i el tractament tòpic segons prescripció mèdica.

Es recomana una dieta mediterrània i evitar el sobrepès. Pot ser necessari recolzament psicològic o un abordatge psicoemocional.



Quin tipus de textures existeixen per als tractaments tòpics i quina importància tenen?

En la psoriasi lleu o moderada, el tractament tòpic és el pilar bàsic. És important seguir la pauta marcada pel metge per obtenir una eficàcia del tractament. En el tractament tòpic de la psoriasi es té en compte tant el medicament com la textura o galènica. Una galènica adequada permet més comoditat i satisfacció amb el tractament.



- **Gels hidròfobs o lipogels:** Aplicació còmoda, tractament senzill i absorció ràpida. No són visibles en la pell i no taquen la roba. No cal que siguin esbandits amb aigua. Útils per aplicar tant al cos como al cuir cabellut .
- **Pomades i cremes:** Aplicació més lenta i menys agradable, deixen una capa residual. No són útils en zones piloses com el cuir cabellut.
- **Locions i escumes:** Fàcil aplicació. Si contenen alcohol poden irritar la pell.
- **Xampús:** Per a la neteja del cabell i cuir cabellut. A més, existeixen xampús que poden incorporar principis actius destinats al tractament d'aquesta zona.

N'escollirem una o una altra segons la **localització** de les lesions:

- **Cuir cabellut:** gels, xampús, escumes, locions.
- **Cara:** cremes, locions, gels.
- **Pell gruixuda:** gels, pomades.
- **Plecs:** cremes, pólvores, pastes.

Associació de pacients de psoriasi:
www.accionpsoriasis.org