

Psoriasis

Enfermedad inflamatoria crónica caracterizada por lesiones rojizas con escamas blancas en la piel. No es contagiosa. Puede aparecer a brotes a lo largo de la vida. Tiene una predisposición genética. Afecta a un **2,3%** de la población, y a los dos sexos por igual. Es un **proceso benigno**, pero en sus formas moderadas y severas puede disminuir la calidad de vida de las personas afectadas con repercusión psicológica. También, y especialmente en las formas moderadas y severas, pueden presentar mayor riesgo de **enfermedades cardiovasculares, síndrome metabólico** (diabetes, hipertensión, colesterol, triglicéridos elevados, obesidad), **enfermedad inflamatoria intestinal, depresión.**

Con el tratamiento es posible controlarla.

¿Qué factores le afectan?

Pueden desencadenar un brote o empeorarla: traumatismos, infecciones, estrés, ansiedad, tabaco, alcohol, obesidad y algunos fármacos (como litio, beta-bloqueantes, antipalúdicos, antiinflamatorios y la supresión del tratamiento con corticoides sistémicos). No le afecta la actividad sexual.

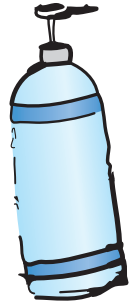


¿Cómo podemos tratarla?

Hay que evitar los desencadenantes. Debemos poner **hidratantes cada día** para mejorar la elasticidad de las lesiones y el tratamiento tópico según prescripción médica.

Se recomienda una dieta mediterránea y evitar el sobrepeso. Puede hacer falta apoyo psicológico o un abordaje psico-emocional.

¿Qué tipos de texturas existen para los tratamientos tópicos y qué importancia tienen?



En la psoriasis leve o moderada, el tratamiento tópico es el pilar básico. Es importante seguir la pauta marcada por el médico para obtener una eficacia del tratamiento. En el tratamiento tópico de la psoriasis, se tiene en cuenta tanto el medicamento como la textura o galénica. Una galénica adecuada permite una mayor comodidad y satisfacción con el tratamiento.

- **Geles hidrófobos o lipogeles:** Aplicación cómoda, tratamiento sencillo y absorción rápida. No son visibles en la piel y no manchan la ropa. No necesitan ser aclarados con agua. Útiles para aplicar tanto en el cuerpo como en el cuero cabelludo.
- **Pomadas y cremas:** Aplicación más lenta y menos agradable, dejan una capa residual. No son útiles en zonas pilosas como el cuero cabelludo.
- **Lociones y espumas:** Fácil aplicación. Si contienen alcohol pueden irritar la piel.
- **Champús:** Para limpieza del cabello y cuero cabelludo. Además, existen champús que pueden incorporar principios activos destinados al tratamiento de esta zona.

Escogeremos una u otra según la **localización de las lesiones:**

- **Cuero Cabelludo:** geles, champús, espumas, lociones.
- **Cara:** cremas, lociones, geles.
- **Piel gruesa:** geles, pomadas.
- **Pliegues:** cremas, polvos, pastas.

Asociación de pacientes de psoriasis:
www.accionpsoriasis.org