

SERVICIO DE DERMATOLOGÍA HOSPITAL UNIVERSITARIO DE NAVARRA

PSORIASIS

La psoriasis es una enfermedad cutánea inflamatoria crónica. Es muy frecuente, afecta a un 1-3% de toda la población mundial. Puede comenzar a cualquier edad. En un 30% de los casos existe una tendencia familiar a padecer esta dermatosis.

Hay muchas formas clínicas de psoriasis, cuya gravedad y pronóstico son variables. No obstante, en la mayor parte de los casos, la enfermedad es benigna y relativamente estable. Las lesiones cutáneas consisten en general en placas rojizas con escamas. Suelen presentarse de forma aislada, aunque existen variedades de psoriasis que se generalizan. Aparecen en forma de brotes, con periodos de tiempo libres de lesiones; en otras ocasiones las placas son persistentes.

En algunos casos la psoriasis puede acompañarse de inflamación de algunas articulaciones. Esta enfermedad no es contagiosa, es imposible que nadie se lo haya podido contagiar y que usted lo contagie a otras personas.

1. CUIDADOS

Es fundamental mantener la piel bien hidratada, aplicando cremas y leches emolientes. La hidratación es más efectiva tras la ducha, que se realizará con jabones no agresivos para la piel. Siga una dieta sana y equilibrada, es muy importante mantenerse en el peso adecuado. La obesidad hace más difícil el control de la enfermedad. Haga ejercicio y evite el alcohol y tabaco. Además de esta forma evitará otros problemas de salud que afectan con mayor frecuencia a los pacientes psoriásicos.

Aunque la causa concreta de la psoriasis se desconoce, son bien conocidos algunos factores desencadenantes/agravantes que deben evitarse en lo posible:

- Infecciones, sobre todo de vías respiratorias
- Traumatismos, quemaduras, rozaduras
- Estrés
- Medicamentos:
 - Corticoesteroides orales
 - Otros: betabloqueantes, litio y antipalúdicos fundamentalmente

2. TRATAMIENTO

No se automedique. Siga los consejos de su médico y utilice la medicación como él le indique. Hágale saber sus observaciones, sus dudas y preocupaciones.

En la actualidad existe un variado arsenal de tratamientos eficaces para la psoriasis, cuyo manejo sensato permitirá mantener controlada su enfermedad minimizando los efectos secundarios.

Se trata de una enfermedad crónica y puede tener periodos de remisión y otros de empeoramiento o brote. Habrá que adecuar el tratamiento a cada situación.