



PSORIASIS

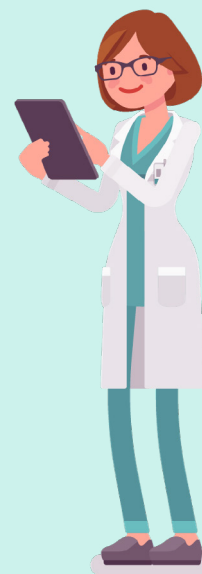
Consejos para pacientes

Información a pacientes

La **psoriasis** es una enfermedad crónica que, en muchos casos, tiene repercusiones estéticas importantes.

Un **2,3 % de pacientes españoles tiene psoriasis**; esta prevalencia aumenta con la edad, con mayor presencia de la enfermedad entre los 40 y los 70 años (rango 3 %-3,4 %).

Los **tratamientos existentes no son curativos**, sino que están dirigidos a prevenir los brotes y a reducir la extensión y la gravedad de las lesiones. Por otra parte, las medidas higiénico-dietéticas son un punto fundamental en el paciente con psoriasis para mantener la piel en el mejor estado posible.



¿Qué es la psoriasis?

La psoriasis es una **enfermedad inflamatoria** que afecta principalmente a la piel, aunque también puede afectar a otros órganos. Existe una **predisposición genética** a sufrir la enfermedad.

Las lesiones típicas de la psoriasis consisten en placas inflamadas y enrojecidas, con la superficie de aspecto escamoso y de color blanco perlado. Este tipo de lesiones puede aparecer en cualquier lugar del cuerpo, como codos, rodillas, cuero cabelludo y parte baja de la espalda, principalmente. Según su presentación, se distinguen diversas variantes de la psoriasis; la más frecuente es la llamada psoriasis vulgar o psoriasis en placas.

No se conoce la causa de la psoriasis. Existe una predisposición genética elevada y, en los pacientes genéticamente susceptibles, la exposición a factores como infecciones, ciertos fármacos, traumatismos o estrés, entre otros, puede desencadenar la enfermedad.

En general, hay que consultar al médico:

- cuando se tengan lesiones de nueva aparición o lesiones ya diagnosticadas que no mejoran o empeoran
- si se trata de embarazadas o niños
- en caso de que aparezcan efectos adversos al tratamiento prescrito por el médico
- en caso de dolor o inflamación de las articulaciones

¿Se puede prevenir la psoriasis?

No se conoce ninguna forma de prevenir la psoriasis. En aquellos pacientes que sufren psoriasis se recomienda evitar la exposición a factores desencadenantes y mantener la piel hidratada y en estado óptimo para reducir los brotes.

En general, se recomiendan las medidas higiénico-dietéticas siguientes:

Aseo personal. Adecuar el aseo personal (p. ej., evitar friccionar la piel; usar jabones neutros; emplear cuchillas para afeitarse y depilarse, en vez de aparatos que arranquen el pelo).

Alimentación. Alimentarse de forma sana y equilibrada.

Sol. Exponerse al sol de forma moderada y con protección solar.

Piel. Mantener la piel y las lesiones adecuadamente hidratadas.

Agua. Ingerir una cantidad suficiente de agua diaria.



La Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria propone una serie de **consejos para reconocer y tratar la psoriasis**, que puedes consultar con el móvil a través de este código QR.

¿En qué consiste el tratamiento de la psoriasis?

El tratamiento de la psoriasis depende de la gravedad y de la superficie corporal afectada.

Cuando la psoriasis es leve, se puede tratar de manera tópica con **cremas o pomadas**, tanto hidratantes, emolientes y queratolíticas como con agentes farmacológicos específicos.



Si la psoriasis es más grave, el médico puede prescribir **tratamientos administrados por vía oral o por vía parenteral**.

En todo caso, las medidas higiénico-dietéticas anteriormente mencionadas son aplicables a cualquier paciente, independientemente de la gravedad de la enfermedad.

Referencias

Ferrándiz C, Carrascosa JM, Toro M. Prevalencia de la psoriasis en España en la era de los agentes biológicos. Actas Dermosifiliogr 2014;105:504-9. Disponible en: <http://www.actasdermo.org/es-prevalencia-psoriasis-espana-era-los-articulo-S0001731014000180>

SEFAC: Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria [Internet]. Consejos para reconocer y tratar la psoriasis. Madrid: SEFAC; 2011 [citado enero 2019]. Disponible en: https://www.sefac.org/sites/default/files/sefac2010/documentos_sefac/documentos/Ficha_recomendaciones_psoriasis_septiembre.pdf