

Psoriasis

Es una enfermedad inflamatoria crónica de la piel **no contagiosa**, que aparece a **brotes a lo largo de la vida**. Tiene una predisposición genética y puede aparecer a cualquier edad, pero más a menudo entre los 15 y 35 años. Afecta a un 1,4% de la población española, y a los dos sexos por igual.

Es un proceso benigno, pero puede tener repercusión psicológica.

Se caracteriza por la aparición de placas rojas cubiertas de escamas blancas, a menudo encima de rodillas y codos, pero puede afectar a cualquier parte del cuerpo, excepto en las mucosas.



¿Qué factores le afectan?

Pueden desencadenar un brote los traumatismos, las infecciones, el estrés, la ansiedad y algunos fármacos. No le afectan ni la higiene ni la actividad sexual.

La dieta: No influye, pero parece que ciertos alimentos, como el apio, la mejoran.

La exposición solar: El bronceado sin quemarse puede mejorar las lesiones. Mejora en verano y en primavera.

¿Cómo podemos tratarla?

Hay que evitar los desencadenantes (estrés, traumatismos, infecciones, ansiedad, fármacos...).

Debemos poner hidratantes cada día para mejorar la elasticidad de las lesiones y tomar sol sin quemarse. Puede hacer falta apoyo psicológico.

Los tratamientos, según la gravedad, pueden ser productos sobre la piel, fototerapia (tomar el sol o rayos UVA) o medicamentos tomados. Sirven para controlar o hacer desaparecer las lesiones, por eso, hay que continuarlos durante tiempo.

Estos productos pueden provocar sequedad, irritación y descamación. Si no mejora después de 4 o 6 semanas, debe consultar al médico.

El tratamiento requiere constancia durante mucho tiempo, pero funciona.