

advance FOR

NURSES

Psoriasis

Convivir con esta enfermedad de la piel de por vida

La psoriasis es una enfermedad que produce una piel enrojecida, con picazón, escamosa e inflamada, la cual se agrieta y sangra. Es una enfermedad sin cura que afecta a cerca de 7.5 millones de norteamericanos, de acuerdo con la Fundación Nacional de Psoriasis. No tiene una causa conocida pero ha sido vinculada a la genética (muchos pacientes tienen, al menos, un familiar con la enfermedad). La psoriasis también puede ser producida por las reacciones del organismo a las infecciones, particularmente a las infecciones de la garganta por estreptococos.

Tipos de la enfermedad

Hay cinco tipos de psoriasis:

1. **En placas** – el tipo más común. Los pacientes padecen de grandes áreas rojizas y escamosas, generalmente en el cuero cabelludo, la cara, los codos, las rodillas, las manos, los pies y los genitales.
2. **En gotas** – los pacientes tienen pequeñas lesiones rojizas y escamosas, que se pueden unir con el tiempo.
3. **Invertidas** – Las áreas afectadas de los pacientes se localizan en los pliegues de la piel, axilas y la ingle.
4. **Pustuloso** – además de tener áreas rojizas, la piel de los pacientes también tiene pústulas blancas.
5. **Eritodérmica** – La piel de los pacientes está roja en grandes porciones.

Del cinco al 10 por ciento de los pacientes con psoriasis desarrollan la artritis psoriática, que hace que las articulaciones se inflamen y sean dolorosas, especialmente en las manos y los pies.

Las personas que padecen de psoriasis severa también pueden tener un mayor riesgo de cáncer, ataques al corazón o depresión, según dicen los expertos. Hable con su proveedor de salud sobre las pruebas que sirven para chequear estas enfermedades. Las reacciones negativas o las caras de los demás cuando vean la psoriasis en su piel pueden ser difíciles de manejar mentalmente y emocionalmente y lo hacen sentir deprimido. Dígaselo a su proveedor de salud si se está sintiendo de esa manera para ver qué se puede hacer para que se sienta mejor.

Opciones de tratamiento

Para muchas personas, el vivir con la psoriasis es una lucha de por vida para manejar la enfermedad. Los pacientes intentan varios tipos de tratamientos o combinaciones de tratamientos, hasta que encuentran unos que funcionan. Sin embargo, al pasar el tiempo, se

cambian los tratamientos para reducir los efectos colaterales o para asegurarse que usted no toma mucho de un mismo medicamento que a la larga deja de funcionar bien para usted. El tratamiento, con frecuencia depende de cuán malo es su caso (si los síntomas se mueven en el rango de la piel gruesa y escamosa hasta la piel inflamada y sangrante) y de cuánto de su piel está cubierta de psoriasis. Primero se prueba el medicamento más débil, antes de probar los más fuertes, que tienen más efectos colaterales severos.

Generalmente, los tratamientos comienzan con terapias moderadas, como son:

- **corticosteroides tópicos** que son cremas que se untan en la piel;
- Cremas a base de **vitaminas A o D**;
- Tratamientos de pomadas con **alquitrán de hulla**; y
- Terapia con rayos tanto por medio de luz solar o con rayos UVA o UVB en la consulta de un médico, nunca en un salón de bronceado.

Si éstos no funcionan bien, usted debe necesitar otros medicamentos que realmente suprimen la habilidad de su organismo de luchar contra las infecciones debido a que su sistema inmunológico está trabajando contra usted mismo. Estos medicamentos llevan cierto riesgo de daños de órganos y defectos del nacimiento para las mujeres embarazadas y por eso no se deben tomar por largos períodos.

Esfuerzos extras

Aunque no hay cura para la psoriasis, su proveedor de salud puede ayudarle a aliviar los síntomas con medicamentos o fototerapia. Puede que hasta le pidan que use un método llamado “oclusión”, que implica cubrir la crema que le medicaron para su psoriasis con plástico o adhesivo para evitar que se elimine por el roce.

El cuidarse la piel – manteniéndola húmeda y limpia – puede ayudar a que los síntomas no empeoren. Las cortaduras, rasponazos y quemaduras a veces se convierten en psoriasis. A usted también lo pueden estimular a que encuentre la causa que le dispara la enfermedad, y que puede ser el estrés, por ejemplo, o incluso un cierto tipo de comida que no debe comer. También, se piensa que el clima frío, el fumar y el exceso de alcohol empeoran los síntomas; los medicamentos para el corazón o los psicotrópicos, como los anti-depresivos, también pueden incrementar sus síntomas.

Usted puede encontrar más información en Internet en www.psoriasis.org, www.ifpa-pso.org, www.WebMD.com o en www.healthline.com.

Compilado por Kate Hartner, editora auxiliar asociada de *ADVANCE*.



Notas
