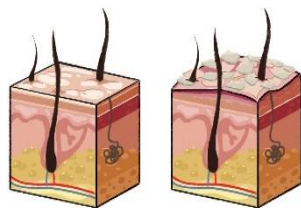


Psoriasis



La psoriasis es una enfermedad de la piel no contagiosa. Puede causar sarpullido, manchas rojas y escamosas que pican, especialmente en rodillas, codos, tronco y cuero cabelludo. Es frecuente y de larga duración (crónica) que no tiene cura. Puede causar dolor, afectar el sueño y dificultar la capacidad de concentrarse. Generalmente, aparece en ciclos, con episodios que pueden durar semanas o meses antes de disminuir.

Causas

Se cree que es a causa del sistema inmune en el que las células que combaten infecciones atacan por error las células sanas de la piel.

Síntomas

- Erupción irregular, que varía de persona a persona.
- Erupciones que tienden a tener tonos violetas, con escamas grises en pieles morenas y tonos rosados o rojizos en pieles blancas.
- Pequeños puntos escamados (mayormente en niños).
- Piel agrietada y seca.
- Picazón, ardor o irritación.
- Erupciones que aparecen durante pocas semanas, reaparecen por meses y luego desaparecen.

Factores desencadenantes

Los factores desencadenantes comunes en las personas con predisposición genética a la psoriasis incluyen infecciones, cortes o quemaduras y el uso de determinados medicamentos. Entre otros factores tales como:

- Infecciones en la piel
- Fumar
- Consumo excesivo de alcohol



Complicaciones

Si padeces de psoriasis, corres el riesgo de desarrollar problemas de salud, como los siguientes:

- Artritis psoriásica.
- Cambios temporales del color de la piel.
- Obesidad
- Enfermedades oculares, como conjuntivitis.
- Hipertensión arterial.
- Diabetes tipo 2.
- Enfermedades autoinmunitarias como esclerosis, enfermedad de Crohn.
- Baja autoestima
- Depresión.

Tratamiento

El propósito del tratamiento es frenar el crecimiento acelerado de las células cutáneas y eliminar las escamas presentes en la piel.

Entre las alternativas disponibles se incluyen cremas, ungüentos y medicamentos que pueden tomarse por vía oral o administrarse mediante inyecciones. La elección del tratamiento dependerá de la severidad del caso y de cómo responda cada persona.

Consulte con su médico si ocurre alguna de las siguientes situaciones:

- La condición es grave o generalizada.
- Le causa malestar y dolor.
- Le preocupa el aspecto de su piel.
- La condición no mejora con el tratamiento.

Recomendaciones y medidas para el cuidado personal

- **Mantenga la piel hidratada:** aplique crema o ungüento contra la comezón que contenga hidrocortisona o ácido salicílico disponible de venta libre.



- **Evite los desencadenantes:** observe qué le desencadena la condición y tome medidas para evitarlo. Las infecciones, las lesiones en la piel, fumar y la exposición solar intensa pueden empeorar la psoriasis.



- **Cubra las áreas afectadas durante la noche:** aplique crema hidratante sobre la piel afectada antes de ir a dormir y envuélvalo con una envoltura plástica.



- **Exponga la piel a pequeñas cantidades de luz solar:** consulte con su médico sobre la mejor manera de utilizar la luz solar natural para tratar la piel.



- **Mantenga un estilo de vida saludable:** intente llevar hábitos saludables tales como alimentarse bien, evitar el consumo de alcohol y mantener un peso saludable.



Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras el tratamiento médico, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Health

787-641-9133

Referencias:

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/psoriasis/diagnosis-treatment/drc-20355845>

[https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/psoriasis/symptoms-causes/syc-20355840#:~:text=La%20psoriasis%20es%20una%20enfermedad,cr%C3%B3nica\)%20que%20no%20tiene%20cura.](https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/psoriasis/symptoms-causes/syc-20355840#:~:text=La%20psoriasis%20es%20una%20enfermedad,cr%C3%B3nica)%20que%20no%20tiene%20cura.)

Preparado por Educadores en Salud licenciados.
Realizado en junio 2025.

© First Medical Health Plan, Inc.