

VIVIR CON PSORIASIS



¿Sabías que existen unos criterios para acceder a los tratamientos biológicos?

Es importante realizar previamente al tratamiento biológico un estudio para descartar las contraindicaciones

Artículo publicado en la Revista Psoriasis nº 93 Primavera 2018

- Un 85% de pacientes hace un uso incorrecto de los tratamientos tópicos.
- Aunque no sean curativos, ayudan a blanquear la piel de las lesiones y a espaciar los brotes.



www.accionpsoriasis.org



www.facebook.com/Accionpsoriasis



[@accionpsoriasis](https://twitter.com/accionpsoriasis)

¿SABÍAS QUÉ?



¿Sabías que existen unos criterios para acceder a los tratamientos biológicos?

En principio, podemos decir que todos los pacientes con psoriasis pueden acceder a ellos, a excepción de los que: presentan una enfermedad infecciosa crónica (especialmente tuberculosis, hepatitis o sida, si bien estas dos últimas contraindicaciones están en estudio), han padecido cáncer (excepto carcinoma basocelular cutáneo) o presentan una cardiopatía.

Sin embargo, dada la carestía del medicamento, se establecen otras condiciones a cumplir y que pueden variar en función de la Comunidad Autónoma en la que se vive. Estas condiciones son:

- Presentar una **psoriasis moderada o grave**. Se establecen como tal, las que tienen una puntuación de 10, en los índices que calculan la gravedad de la psoriasis (PASI, BSA o DLQI). No obstante, se puede considerar como grave una psoriasis que afecte algunas localizaciones determinadas, como las palmas de las manos y las plantas de los pies, que sin ser extensas producen una clara invalidez.

- **Haber realizado al menos dos tratamientos sistémicos previos** (Metotrexato, Ciclosporina, Acitretino...) o fototerapia con PUVA sin respuesta adecuada o si se ha sufrido intolerancia o se ha alcanzado las dosis máximas aconsejadas.

Es importante realizar previamente al tratamiento biológico un estudio para descartar las contraindicaciones ya comentadas. En caso de presentar una prueba de tuberculina positiva, ha de realizarse previamente tratamiento con Isoniazida o Rifampicina. Es también necesario realizar vacunaciones previas frente a gripe, neumonía...

PAUTAS BÁSICAS A LA HORA DE APLICARSE UN TRATAMIENTO TÓPICO

Un 85% de pacientes hace un uso incorrecto de los tratamientos tópicos. El hecho de no aplicarlos bien genera incomodidad y esto da lugar, a veces, al incumplimiento de la terapia prescrita por el médico.

Aunque no sean curativos, ayudan a blanquear la piel de las lesiones y a espaciar los brotes, de ahí la importancia de saber bien como aplicarlos para que resulten cómodos y eficaces. En pacientes con psoriasis leve-moderada son el tratamiento de elección y a veces el único. En psoriasis moderadas-graves constituyen un complemento importante al tratamiento sistémico, para lograr mantener la piel el máximo tiempo posible sin lesiones.

Existen distintos excipientes: cremas, pomadas, ungüentos, geles, líquidos o espumas adecuándose así al tipo de psoriasis y a la zona donde se van a aplicar. **Cristina Vega**, farmacéutica del Grupo de Dermatología de SEFAC, nos da pautas para aplicarlos correctamente.

PSORIASIS EN PLACAS

1. Aplicar pequeñas cantidades en el interior de la placa para obtener una capa fina y homogénea. No aplicar "como pasta de dientes" ya que sobraré y no se podrá absorber. Es mejor, si falta producto, volver a aplicar.
2. Mejor tras el baño o ducha ya que la piel está más hidratada.
3. Cuidado con aplicar producto también en las zonas sanas cercanas a las placas porque podríamos irritarlas.
4. Se pueden usar guantes, pero no gasas ni algodones porque se pierde producto y se corre el riesgo de irritar la placa de psoriasis por el exceso de fricción.

PSORIASIS EN CUERO CABELLUDO

1. Cepillar para eliminar los restos de escamas y facilitar la aplicación del producto.
2. Agitar el frasco para que el producto salga de forma homogénea.
3. Con las manos o con un peine abrir líneas para aplicar el producto en pequeñas cantidades sobre el cuero cabelludo y no sobre el pelo para no desperdiciar producto.
4. Masajear hasta que se absorba.
5. Aplicar mejor por la noche y lavar el cuero cabelludo al día siguiente. Mejor 2 lavados: uno dejando actuar y otro para terminar de limpiar el cuero cabelludo.

PSORIASIS EN UÑAS



1. Aplicar pequeñas gotas de crema directamente desde el envase.
2. Con un dedo de la otra mano masajear desde la zona más próxima al dedo (cutícula) hasta la zona más lejana.
3. Suelen ser tratamientos largos ya que las uñas responden mal y lentamente.
4. No usar para la limpieza cepillos de uñas porque pueden provocar microtraumatismos.

PSORIASIS EN PALMAS/PLANTAS



1. Quitar anillos y abalorios y lavar con sustancias suaves.
2. Secar con toques suaves dejando una ligera humedad.
3. Aplicar pequeñas cantidades de producto en el centro de la placa y masajear hasta su completa absorción.
4. Cuidado con las zonas sanas adyacentes para evitar su irritación.