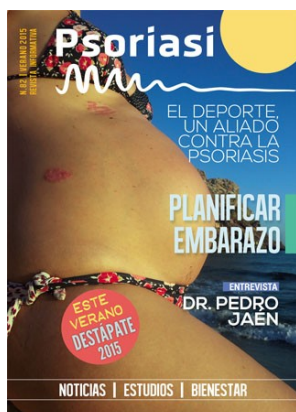


HÁBITOS TÓXICOS



Hábitos Tóxicos

Artículo publicado en la Revista Psoriasis nº 82

Verano 2015

- Los profesionales de salud recomiendan alejarse del consumo de tabaco, alcohol y drogas.
- Estos hábitos tóxicos pueden provocar, en afectados de psoriasis y/o artritis psoriásica, un empeoramiento de las placas cutáneas y el aumento de la inflamación de las articulaciones.



www.accionpsoriasis.org



www.facebook.com/AccionPsoriasis



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

HÁBITOS TÓXICOS

Las recomendaciones generales que nos dan los profesionales sanitarios, sea cual sea nuestra edad, sexo, o incluso estado de salud, siempre son las de alejarnos del tabaco, alcohol y consumo de drogas. Al hábito de consumo o adicción de cualquiera de ellos, se le conoce como hábito tóxico.

Son bien conocidos sus efectos nocivos tanto en personas sanas como en personas que ya padecen de base una enfermedad. En el caso de las personas con psoriasis y artritis psoriásica hay estudios que demuestran el efecto negativo en la evolución de dichas enfermedades, es decir, en el empeoramiento de las placas cutáneas y el aumento de la inflamación de las articulaciones afectadas. Así mismo, también se ha observado la disminución de la efectividad de los tratamientos específicos para la psoriasis y artritis psoriásica y la aparición o aumento de efectos secundarios de dichos tratamientos.



TABACO

Los tóxicos que contienen los cigarrillos, además de ser causantes de la liberación de radicales libres, también lo son de sustancias inflamatorias responsables del empeoramiento de las placas y articulaciones.

ALCOHOL

En personas con psoriasis y artritis psoriásica, el hígado tiene que eliminar más toxinas que en personas que no la padecen o puede que presente más dificultades para eliminarlas. Por tanto, al tomar alcohol, estaremos dificultando y exigiendo más a nuestro hígado.



OTRAS DROGAS

Aunque no existen muchos estudios específicos de la relación entre los efectos adversos del consumo de drogas como el cannabis, cocaína, éxtasis y otras drogas "de diseño" y la psoriasis y artritis psoriásica, se conoce ampliamente los efectos negativos de éstas en relación a la salud en general, ya sea a nivel físico, mental y social.