LA RAZÓN ATUSALUD
La Razón -A tu Salud
España
01/11/26
Pr: Semanal (Domingo)
Tirada: 75.013
Dif: 51.585
Cod: 187050945
Pagina: 13
Secc: OTROS Valor: 43.401,14 € Area (cm2): 778,4 Ocupac: 94,06 % Doc: 1/1 Autor: Belén Tobalina. MADRID Num. Lec: 133000

Los cambios en las uñas o la caspa pueden revelar psoriasis

▸ Existen diferencias en los síntomas según el paciente sea niño, adolescente o adulto

Belén Tobalina. MADRID

«Pústulas estériles, enrojecimiento generalizado o en las palmas y plantas, así como cambios en las uñas, como pequeños hoyuelos, engrosamiento o separación de la lámina ungueal son algunos de los síntomas menos comunes de la psoriasis», explica la doctora Eugenia Cutillas, jefa del Servicio de Dermatología del Hospital Quirónsalud Murcia. Y, a veces, «son la única manifestación de esta enfermedad», caracterizada habitualmente por manchas rojas cubiertas de escamas. Estas lesiones, que están bien definidas, pueden producir picor y suelen aparecer en las rodillas, los codos o el cuero cabelludo. Los pacientes, además, pueden presentar «sensación de tirantez de la piel», añade.

Aunque se trata de una patología inflamatoria autoinmune asociada a la edad adulta, «alrededor de un tercio de los pacientes presenta los primeros síntomas antes de los 20 años».

Síntomas que, como detalla la doctora, no son los mismos en el caso de niños y adolescentes que en el caso de adultos: «Comparten las mismas bases clínicas, pero existen algunas diferencias. En los niños, las placas suelen ser más finas, menos descamativas y afectan con mayor frecuencia la cara o los pliegues. En adolescentes y adultos predominan las lesiones clásicas en cuero cabelludo, codos y rodillas».

Por eso es importante ponerse en manos de un especialista ante cualquiera de estos síntomas que pueden durar semanas o, incluso, meses, pues en muchos casos se pueden confundir, según la localización, con «dermatitis atópica, eccema, dermatitis seborreica, infecciones por hongos o incluso reacciones alérgicas. En el cuero cabelludo, por ejemplo, es habitual que inicialmente se interprete como una caspa intensa», precisa Cutillas.

Por norma general, no es necesario realizar pruebas para el diagnóstico, pues basta con la exploración en consulta. En casos excepcionales, se solicita una biopsia para analizar el tejido y confirmar el diagnóstico y descartar otras afecciones.

Y si bien esta enfermedad no tiene cura, sí puede haber remisión, ya que muchos pacientes, según la especialista, «alcanzan un control excelente e incluso una desaparición completa de las lesiones durante meses o años gracias a los tratamientos actuales». Además, se pueden adoptar algunos hábitos que permiten mejorar la calidad de vida cuando se padece esta enfermedad.

«La duración de estas remisiones es muy variable –prosigue– y depende de factores individuales y del tipo de tratamiento». Y es que esta enfermedad crónica evoluciona en brotes y periodos de mejoría. Por eso, para tratar en la medida de lo posible de frenar un brote, es importante «mantener una adecuada hidratación de la piel, evitar el tabaco y el exceso de alcohol, controlar el estrés y seguir correctamente el tratamiento pautado», recomienda Cutillas.

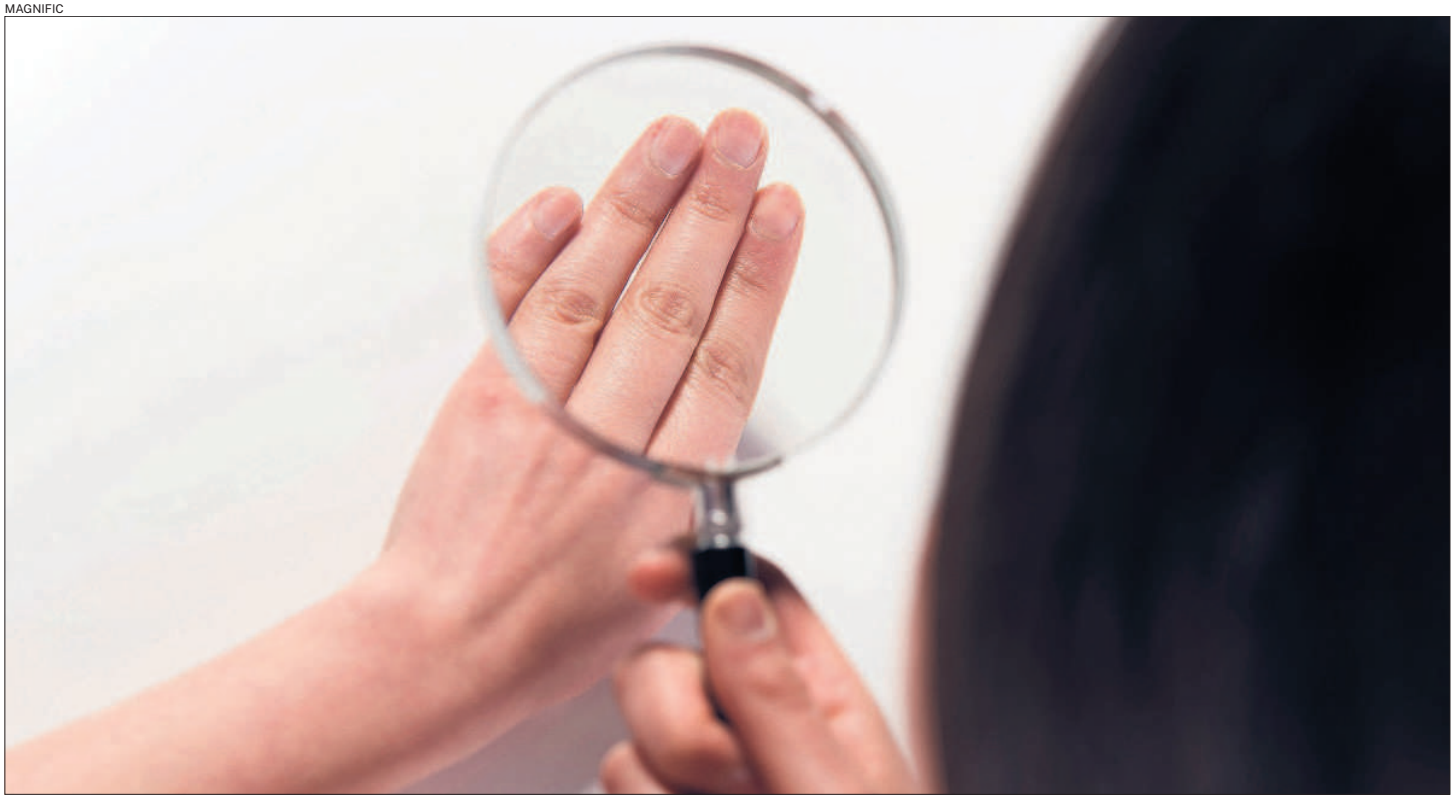
También es importante llevar una dieta sana con presencia de alimentos con Omega-3, que tiene efecto antiinflamatorio; así como practicar deporte, ya que permite perder peso, uno de los agravantes de la enfermedad; evitar el uso de esponjas, y utilizar productos cosméticos ligeramente ácidos.

Y es que aunque la principal causa de la psoriasis es una alteración en el funcionamiento del sistema inmunitario, que regenera la piel a un ritmo más rápido de lo normal, también influyen factores externos como la toma de determinados medicamentos, la retirada rápida de corticoides, algunas infecciones, situaciones de estrés emocional, traumatismos, la exposición a ambientes secos y fríos o una elevada ingesta de alcohol.

Una estrecha relación con la artritis

▸ **Se estima que entre un 10 y un 30% de pacientes con psoriasis sufre artritis psoriásica, cuyo síntoma más frecuente es la artritis. Eso es porque «son manifestaciones de un mismo proceso inflamatorio de origen inmunológico. En algunos pacientes las lesiones cutáneas preceden durante años a los síntomas articulares, mientras que en otros ambas aparecen casi simultáneamente», explica Cutillas. «Detectar precozmente el dolor, la rigidez o la inflamación articular es fundamental para evitar un daño irreversible», añade la especialista.**

MAGNIFIC



La psoriasis es una patología crónica inflamatoria