



¿Qué es la psoriasis?

Es una enfermedad crónica de la piel (no es contagiosa) , que puede aparece en cualquier etapa de la vida (bebés, adolescentes , personas adultas y adultos mayores). Se caracteriza por lesiones delimitadas escamosas y rojas ; esto se debe a que el crecimiento de las células de la piel se aceleran . No tiene cura, ya que sus causas no son conocidas, pero un diagnóstico a tiempo y su correspondiente tratamiento favorece a que esta enfermedad no se convierta en una pesada carga para la vida social de la persona que la padece.

Síntomas

- Ardor , dolor y picazon en las lesiones
- Engrosamiento, inflamación y resequedad de la piel con abundantes escamas platinadas



Exposición solar controlada



Estilo de vida saludable: evite el consumo de tabaco y alcohol, incorpore en su alimentación diaria 2 porciones de frutas y 3 de verduras. Realice actividad física al menos 30 minutos diarios si es mayor de 20 años. En el caso de niños niñas y adolescentes, realizar 60 minutos diarios de actividad física.



Visitas al dermatólogo



En caso de tener estrés, ansiedad o depresión, producto de la evolución de la enfermedad, consulte con un profesional de la salud y participe en los grupos de autoayuda de personas con enfermedades no transmisibles; también es recomendable: leer, caminar, bailar, escuchar música y practicar deportes u otra actividad de su interés.

Recuerde

- Psoriasis es una enfermedad crónica, inflamatoria NO CONTAGIOSA.
- Psoriasis no es una condición de la piel.
- Las personas con Psoriasis deben tener acceso a un diagnóstico y tratamiento adecuado.

No discriminemos a las personas con psoriasis,
la enfermedad no es contagiosa.
“Estemos conectados”

Para mayor información comuníquese al teléfono:
PSONUVEs 2302-6699

