

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Aug 06, 2021

Psoriasis: ¿qué tratamientos funcionan?

Si tienes manchas rojas en la piel cubiertas de escamas plateadas, es posible que tengas psoriasis. No existe cura para la psoriasis, pero existen tratamientos que pueden ayudar a controlarla.

Hemos reunido las mejores y más actualizadas investigaciones sobre la psoriasis para ver qué tratamientos funcionan. Puede usar nuestra información para hablar con su médico y decidir qué tratamientos son los mejores para usted.

¿qué tratamientos funcionan?

El objetivo del tratamiento para la psoriasis es controlar la afección tanto como sea posible. Esto significa reducir la cantidad de partes del cuerpo afectadas por las placas y reducir el número de placas cutáneas.

El tratamiento dependerá de la gravedad de la psoriasis. Y los tratamientos que funcionan bien para otra persona pueden no funcionar tan bien para usted. Por lo tanto, es posible que deba probar algunos antes de encontrar lo que funciona mejor para usted.

Independientemente de los tratamientos que tenga, debe hacerse chequeos con su médico cada 3 a 6 meses, para controlar qué tan bien está funcionando su tratamiento.

Tratamientos para la psoriasis leve

Si tu psoriasis es leve, una crema o ungüento puede ser todo el tratamiento que necesitas. Hay varios tipos que puedes probar.

Para la psoriasis leve que se exacerba ocasionalmente, el médico podría recomendar una **crema con esteroides**. El nombre completo de este tipo de esteroide es corticosteroide. Los corticosteroides actúan reduciendo la inflamación. Estas cremas pueden funcionar bien para la psoriasis leve, pero no son adecuadas para el uso a largo plazo, ya que pueden causar efectos secundarios, incluido el adelgazamiento de la piel.

Puede comprar cremas con esteroides de dosis baja en una farmacia. Pero lo mejor es hablar con su médico sobre este tratamiento. Ellos pueden darle consejos sobre el uso de esteroides y pueden recetarle cremas más fuertes si las necesita.

Psoriasis: ¿qué tratamientos funcionan?

A menudo se recomienda el uso de cremas con esteroides junto con cremas llamadas **análogos de la vitamina D**, ya que esta combinación parece ser más efectiva en muchas personas que solo usar cualquiera de los tratamientos por separado.

Si notas que tu piel reacciona mal a los esteroides o a los análogos de la vitamina D, puedes probar **con cremas hidratantes** como la vaselina o la crema E45.

A diferencia de las cremas con esteroides, los análogos de la vitamina D son adecuados para ser utilizados por sí solos para el tratamiento a largo plazo de la psoriasis que está bajo control.

Es posible que haya oído hablar de la crema de **alquitrán de hulla** que se usa para tratar la psoriasis. Pero no se usa tanto como antes, ya que es desordenado y menos efectivo que los tratamientos más nuevos. También existe la preocupación de que usarlo para tratar la psoriasis durante períodos prolongados pueda causar cáncer.

El dithranol es otro tratamiento en crema que ha caído en desgracia debido a las preocupaciones sobre los efectos secundarios y porque parece menos efectivo que los tratamientos más nuevos. Si su médico sugiere alquitrán de hulla o dithranol, debe explicar por qué.

Tratamientos para la psoriasis moderada a grave

Si sus síntomas son más graves, probablemente consultará a un especialista de la piel (dermatólogo). Hay varios tipos de medicamentos que pueden ayudar con la psoriasis de moderada a grave, y es posible que puedas tomarlos en combinación con algunas de las cremas y ungüentos descritos anteriormente.

Tratamiento con luz (fototerapia)

Lo primero que puede recomendar tu especialista es un tratamiento con luz (llamado fototerapia). Este tratamiento implica el uso de una máquina que es un poco como una cama solar, que emite luz ultravioleta (UV).

Este tratamiento ayuda a reducir los síntomas en muchas personas. A menudo se usa junto con tratamientos farmacológicos para obtener los mejores resultados. Tendrás que acudir a un hospital o clínica especializada para recibir este tratamiento. La cantidad de tratamiento que reciba se regulará cuidadosamente, ya que demasiada luz ultravioleta puede provocar cáncer de piel en algunas personas.

Muchas personas también descubren que la luz solar común ayuda con sus síntomas. Pero es importante usar protector solar para proteger las partes de la piel que no se ven afectadas por la psoriasis y para evitar las quemaduras solares.

Tratamientos farmacológicos orales (comprimidos)

Existen varios medicamentos que pueden ayudar a controlar los síntomas de la psoriasis, pero todos pueden causar efectos secundarios, algunos de ellos graves. Su médico tratará de equilibrar el beneficio que obtiene de los medicamentos con su potencial para causarle

Psoriasis: ¿qué tratamientos funcionan?

daño. Por lo tanto, es probable que comience con una dosis baja de un medicamento en particular e intensifique el tratamiento según sea necesario.

Un medicamento que funciona bien en muchas personas con psoriasis moderada a grave es el **metotrexato**. Ayuda a reducir la inflamación de la piel (hinchazón y enrojecimiento) y a evitar que las placas se propaguen. Pero puede causar efectos secundarios, como daño hepático. Si se somete a este tratamiento, su médico debe vigilarlo cuidadosamente. Las mujeres embarazadas no deben tomar metotrexato, ya que puede dañar al feto.

Un medicamento llamado **apremilast** puede ayudar a reducir los síntomas en algunas personas. No parece funcionar tan bien como el metotrexato, pero es menos probable que cause efectos secundarios.

Los medicamentos llamados **retinoides** funcionan para algunas personas, regulando el crecimiento de nuevas células de la piel. Al igual que el metotrexato, pueden dañar a los bebés no nacidos. No se recomienda en absoluto su uso en mujeres en edad fértil. Estos medicamentos también pueden causar otros efectos secundarios, por lo que su médico debe vigilarlo cuidadosamente si los toma.

Un medicamento llamado **ciclosporina** puede funcionar muy bien para controlar los síntomas. Pero, por lo general, solo se usa durante unos pocos meses a la vez y en personas con síntomas muy graves. Esto se debe a que puede causar efectos secundarios graves, como daño renal y aumento de la presión arterial.

Tratamientos farmacológicos "biológicos"

A diferencia de la mayoría de los medicamentos tradicionales, que se elaboran a partir de productos químicos, los medicamentos biológicos se elaboran a partir de células vivas. Son capaces de atacar problemas específicos en el cuerpo de la manera en que muchos medicamentos tradicionales no lo hacen. Por lo tanto, la esperanza es que causen menos efectos secundarios.

Los medicamentos biológicos parecen funcionar bien contra la psoriasis en muchas personas. Sin embargo, aunque se utilizan ampliamente para tratar la psoriasis en algunos países, como Estados Unidos, en muchos otros países, como el Reino Unido, solo se recomiendan cuando otros tratamientos no han funcionado.

Estos medicamentos se administran por inyección o por infusión intravenosa (goteo IV). Dos de los que quizás haya oído hablar son etanercept y adalimumab.

Otros tratamientos

Algunas personas prueban otros tipos de tratamientos para mejorar su piel, como la acupuntura, los baños termales (balneoterapia), los suplementos de aceite de pescado y la psicoterapia. Pero no está claro a partir de la investigación si alguno de ellos funciona.

Dónde obtener más ayuda

Lidiar con la psoriasis día a día puede deprimirte. Podría ser útil hablar con otras personas que tengan la afección. Hay organizaciones benéficas y grupos de apoyo en muchos países

Psoriasis: ¿qué tratamientos funcionan?

que pueden ofrecer muchos tipos de apoyo. Por ejemplo, en el Reino Unido, la Asociación de Psoriasis (www.psoriasis-association.org.uk) puede ponerte en contacto con grupos locales y ofrecerte consejos y ayuda.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

