

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Aug 06, 2021

Psoríase: quais tratamentos funcionam?

Se você tiver manchas vermelhas na pele cobertas com escamas prateadas, você pode ter psoríase. Não há cura para a psoríase, mas existem tratamentos que podem ajudar a controlá-la.

Reunimos as melhores e mais atualizadas pesquisas sobre psoríase para ver quais tratamentos funcionam. Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico e decidir quais são os melhores tratamentos para você.

Quais tratamentos funcionam?

O objetivo do tratamento para a psoríase é controlar a condição tanto quanto possível. Isso significa reduzir o quanto do corpo é afetado pelas placas e reduzir o número de placas na pele.

Seu tratamento dependerá da gravidade da sua psoríase. E tratamentos que funcionam bem para outra pessoa podem não funcionar tão bem para você. Portanto, talvez seja necessário experimentar algumas antes de descobrir o que funciona melhor para você.

Quaisquer que sejam os tratamentos que você tenha, você deve fazer check-ups com seu médico a cada 3 a 6 meses, para monitorar o quão bem o tratamento está funcionando.

Tratamentos para psoríase leve

Se sua psoríase for leve, um creme ou pomada pode ser todo o tratamento de que você precisa. Existem vários tipos que você pode experimentar.

Para psoríase leve que surge ocasionalmente, seu médico pode recomendar um **creme de esteróides**. O nome completo desse tipo de esteróide é corticosteróide. Os corticosteróides atuam reduzindo a inflamação. Esses cremes podem funcionar bem para a psoríase leve, mas não são adequados para uso a longo prazo, pois podem causar efeitos colaterais, incluindo adelgaçamento da pele.

Você pode comprar cremes esteróides em baixas doses em uma farmácia. Mas é melhor conversar com seu médico sobre esse tratamento. Eles podem lhe dar conselhos sobre o uso de esteróides e podem prescrever cremes mais fortes se você precisar deles.

Psoríase: quais tratamentos funcionam?

Frequentemente, recomenda-se que os cremes de esteróides sejam usados junto com cremes chamados **análogos da vitamina D**, pois essa combinação parece ser mais eficaz em muitas pessoas do que apenas usar qualquer um dos tratamentos por si só.

Se você achar que sua pele reage mal aos esteróides ou análogos da vitamina D, experimente **hidratantes** como vaselina ou creme E45.

Ao contrário dos cremes esteróides, os análogos da vitamina D são adequados para serem usados sozinhos no tratamento de longo prazo da psoríase que está sob controle.

Você pode ter ouvido falar do creme de **alcatrão de carvão** usado para tratar a psoríase. Mas não é usado tanto quanto costumava ser, pois faz sujeira e menos eficaz do que os tratamentos mais novos. Também há preocupações de que usá-lo para tratar a psoríase por longos períodos possa causar câncer.

O **ditranol** é outro tratamento em creme que caiu em desuso devido a preocupações com os efeitos colaterais e porque parece menos eficaz do que os tratamentos mais recentes. Se seu médico sugerir alcatrão de carvão ou ditranol, ele deve explicar o porquê.

Tratamentos para psoríase moderada a grave

Se os sintomas forem mais graves, você provavelmente consultará um especialista em pele (dermatologista). Vários tipos de medicamentos podem ajudar na psoríase moderada a grave, e você pode tomá-los em combinação com alguns dos cremes e pomadas descritos acima.

Tratamento com luz (fototerapia)

A primeira coisa que seu especialista pode recomendar é o tratamento com luz (chamado fototerapia). Esse tratamento envolve o uso de uma máquina que é um pouco como uma espreguiçadeira, que emite luz ultravioleta (UV).

Esse tratamento ajuda a reduzir os sintomas em muitas pessoas. É frequentemente usado junto com tratamentos medicamentosos para obter os melhores resultados. Você precisará ir a um hospital ou clínica especializada para fazer esse tratamento. A quantidade de tratamento que você receberá será cuidadosamente regulada, pois muita luz ultravioleta pode levar ao câncer de pele em algumas pessoas.

Muitas pessoas também acham que a luz solar comum ajuda a aliviar os sintomas. Mas é importante usar protetor solar para proteger partes da pele que não são afetadas pela psoríase e evitar queimaduras solares.

Tratamentos medicamentosos orais (comprimidos)

Existem vários medicamentos que podem ajudar a controlar os sintomas da psoríase, mas todos podem causar efeitos colaterais, alguns deles graves. Seu médico tentará equilibrar o benefício que você obtém dos medicamentos com o potencial de causar danos a você. Portanto, ele ou ela provavelmente iniciará com uma dose baixa de um determinado medicamento e intensificará o tratamento conforme necessário.

Psoríase: quais tratamentos funcionam?

Um medicamento que funciona bem em muitas pessoas com psoríase moderada a grave é o **metotrexato**. Ajuda a reduzir a inflamação da pele (inchaço e vermelhidão) e a impedir que as placas se espalhem. Mas isso pode causar efeitos colaterais, incluindo danos ao fígado. Se você tiver esse tratamento, seu médico deve monitorá-lo cuidadosamente. Mulheres grávidas não devem tomar metotrexato, pois pode prejudicar bebês em gestação.

Um medicamento chamado **apremilast** pode ajudar a reduzir os sintomas em algumas pessoas. Não parece funcionar tão bem quanto o metotrexato, mas é menos provável que cause efeitos colaterais.

Drogas chamadas **retinóides** funcionam para algumas pessoas, regulando o crescimento de novas células da pele. Como o metotrexato, eles podem prejudicar bebês em gestação. Eles não são de todo recomendados para uso em mulheres em idade fértil. Esses medicamentos também podem causar outros efeitos colaterais, portanto, seu médico deve monitorá-lo cuidadosamente se você os tomar.

Um medicamento chamado **ciclosporina** pode funcionar muito bem para controlar os sintomas. Mas geralmente é usado apenas por alguns meses de cada vez e em pessoas com sintomas muito graves. Isso ocorre porque pode causar efeitos colaterais graves, incluindo danos nos rins e aumento da pressão arterial.

Tratamentos medicamentosos “biológicos”

Ao contrário da maioria dos medicamentos tradicionais, que são feitos de produtos químicos, os medicamentos biológicos são feitos de células vivas. Eles são capazes de abordar problemas específicos do corpo de uma forma que muitos medicamentos tradicionais não são. Então, a esperança é que eles causem menos efeitos colaterais.

Os medicamentos biológicos parecem funcionar bem contra a psoríase em muitas pessoas. No entanto, embora sejam amplamente usados para tratar a psoríase em alguns países, como os EUA, em muitos outros países, como o Reino Unido, eles só são recomendados quando outros tratamentos não funcionaram.

Esses medicamentos são administrados por injeção ou infusão intravenosa (gotejamento intravenoso). Dois dos quais você já deve ter ouvido falar são o etanercept e o adalimumab.

Outros tratamentos

Algumas pessoas tentam outros tipos de tratamentos para melhorar a pele, como acupuntura, banhos termais (balneoterapia), suplementos de óleo de peixe e psicoterapia. Mas não está claro na pesquisa se algum deles funciona.

Onde obter mais ajuda

Lidar com a psoríase no dia a dia pode te decepcionar. Pode ajudar conversar com outras pessoas que têm a doença. Existem instituições de caridade e grupos de apoio em muitos países que podem oferecer vários tipos de apoio. Por exemplo, no Reino Unido, a Associação de Psoríase (www.psoriasis-association.org.uk) pode colocar você em contato com grupos locais e oferecer conselhos e ajuda.

Psoríase: quais tratamentos funcionam?

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

