

# UN SECRETO TRAS LA PIEL

*La historia de Valentina, una niña con psoriasis.*



Con la colaboración de:

  
ACCIÓN PSORIASIS

abbvie



## INTRODUCCIÓN

*Un secreto tras la piel* relata una historia que, aunque ficticia, muestra el sentimiento y las vivencias de una niña con psoriasis y sus padres, cómo se enfrentan a la enfermedad, y destaca la importancia de seguir las recomendaciones del médico y las pautas de un tratamiento adecuado.

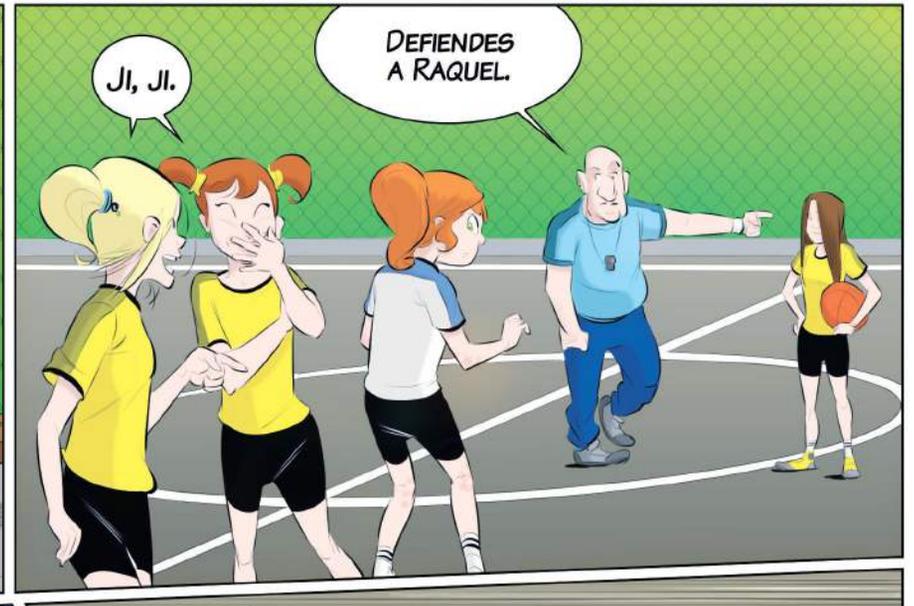
Este cómic es un complemento que puede ayudar a niños y a padres a comprender mejor la psoriasis.

### La historia:

Frank y Valentina se verán inmersos en una gran misión con el objetivo de salvar al mundo de un malvado villano...









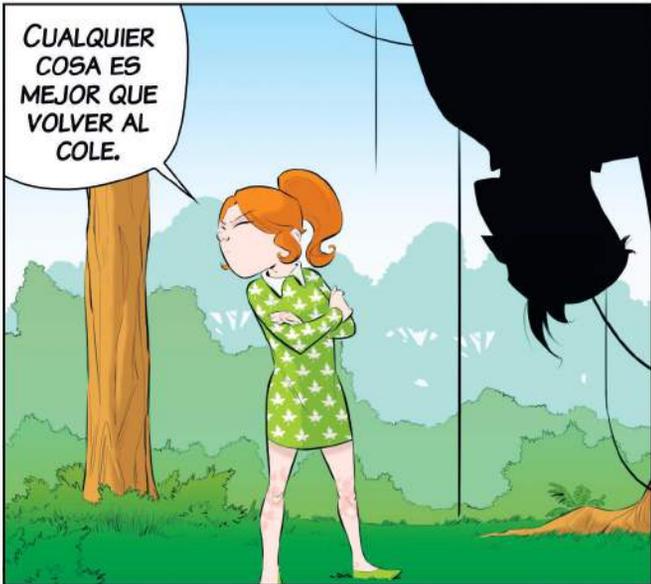


¡TENGO QUE HACER ALGO IMPORTANTE Y NO TENGO MUCHO TIEMPO! MI CUCHILLO SE HA CAÍDO ENTRE ESAS RAMAS. SI ME AYUDAS A BAJAR, TE CUENTO MI SECRETO. Y LUEGO, ME CUENTAS TÚ EL TUYO.



VALE, TE AYUDARÉ A BAJAR SOLO SI ME LLEVAS CONTIGO.

NO CREO QUE SEA BUENA IDEA. LO QUE TENGO QUE HACER ES MUY PELIGROSO.



CUALQUIER COSA ES MEJOR QUE VOLVER AL COLE.



DE ACUERDO. DEPRISA. CORTA ESA CUERDA DE AHÍ.



¡NOOOO!  
¡ESA NOOOOO!

¡UPS!





GRACIAS...  
VAMOS.  
DEBEMOS  
IRNOS DE AQUÍ  
A TODA PRISA.



NO HASTA QUE ME  
CUENTES QUIÉN  
ERES...

Y, ¿TIENE QUE  
SER AHORA  
MISMO?



O ME LO  
DICES O  
NO NOS  
MOVEMOS  
DE AQUÍ.



VAYA CARÁCTER...  
ME LLAMO FRANK,  
SOY AGENTE SECRETO  
ESPECIAL Y TENGO  
QUE DETENER EL PLAN  
DE UN VILLANO QUE  
QUIERE DOMINAR  
EL MUNDO.

¡INTERESANTE!  
YO SOY  
VALENTINA Y YA  
NOS PODEMOS IR.  
TENEMOS UNA  
MISIÓN QUE  
CUMPLIR.



¿PRETENDES IR  
ASÍ VESTIDO?



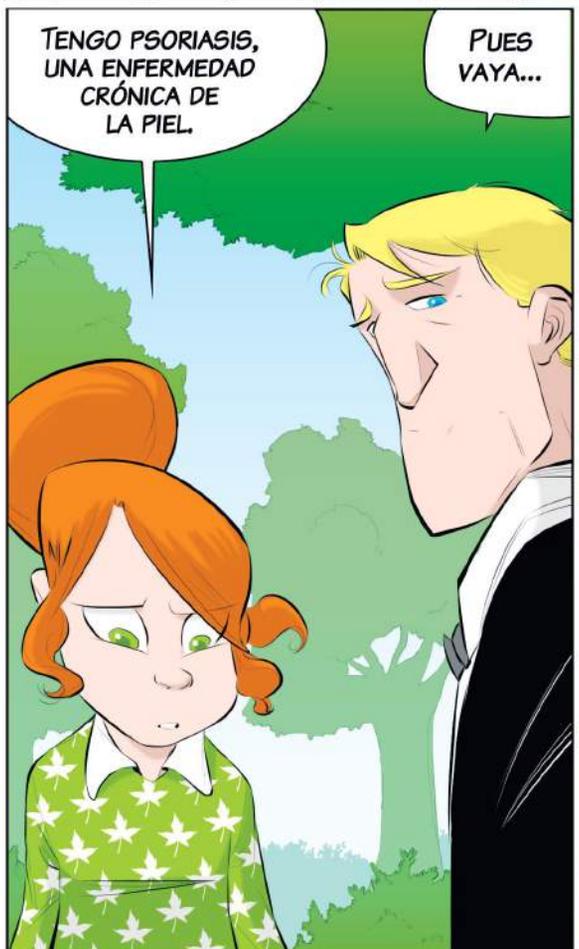
POR SUPUESTO, SIEMPRE  
VISTO ASÍ EN MIS  
MISIONES. CÓMODO  
Y ELEGANTE.

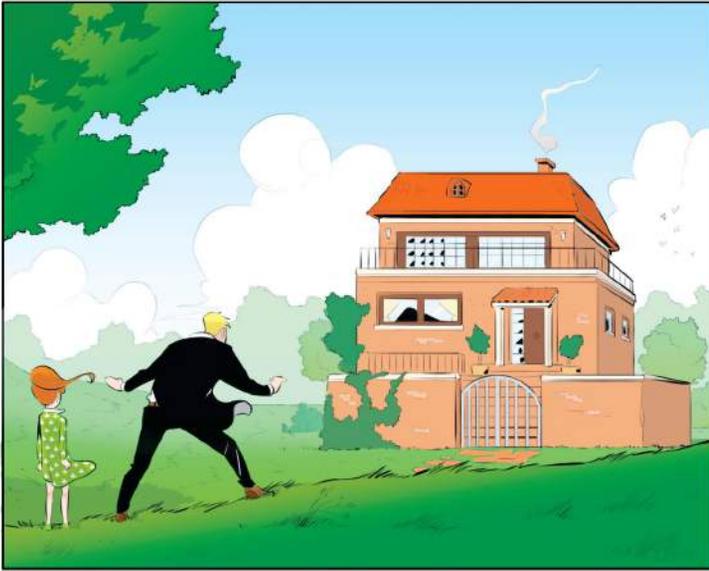
PUES AQUÍ CON ESO  
NO LLEGAS NI A LA  
ESQUINA.



**CREK  
TYAC**

¡CORRE!  
SÍGUEME.



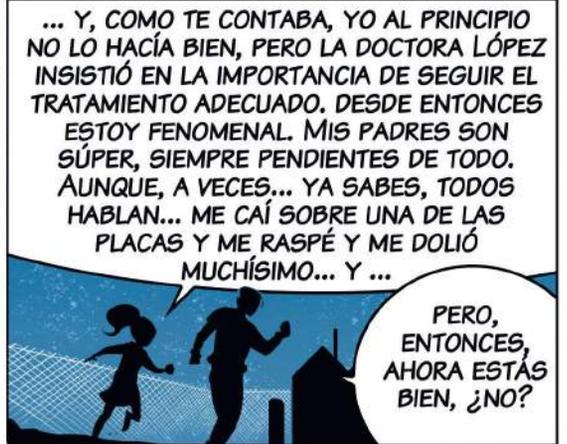






LO SIENTO, TENÍA QUE RASCARME ...

NO TE PREOCUPES, YA TENEMOS EL PASO LIBRE.



... Y, COMO TE CONTABA, YO AL PRINCIPIO NO LO HACÍA BIEN, PERO LA DOCTORA LÓPEZ INSISTIÓ EN LA IMPORTANCIA DE SEGUIR EL TRATAMIENTO ADECUADO. DESDE ENTONCES ESTOY FENOMENAL. MIS PADRES SON SÚPER, SIEMPRE PENDIENTES DE TODO. AUNQUE, A VECES... YA SABES, TODOS HABLAN... ME CAÍ SOBRE UNA DE LAS PLACAS Y ME RASPÉ Y ME DOLIÓ MUCHÍSIMO... Y ...

PERO, ENTONCES, AHORA ESTÁS BIEN, ¿NO?

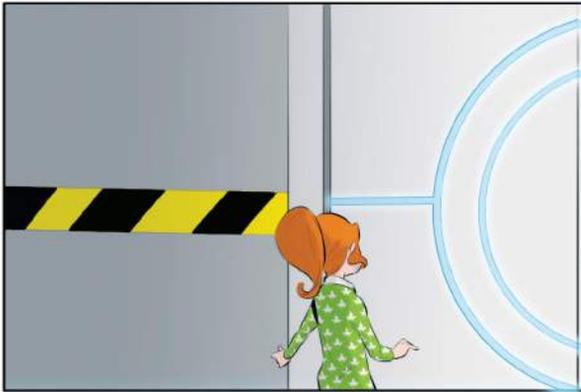


SÍ, GRACIAS A LA DOCTORA Y AL TRATAMIENTO, LA PSORIASIS ESTÁ CONTROLADA. LO MÁS DÍFICIL ES CREER QUE TODOS HABLAN DE TI... TODO TE PICA Y NO SABES CÓMO VESTIRTE PARA QUE NO SE VEAN LAS PLACAS...



TE ENTIENDO, DE PEQUEÑO ERA MUY GORDITO Y TENÍA MUCHOS GRANOS EN LA CARA. TODOS SE REÍAN DE MÍ. TE PUEDES IMAGINAR... LAS VERDADERAS ENFERMEDADES QUE HAY QUE CURAR SON LA IGNORANCIA, LA CRUELDAD Y EL MIEDO.







LO HEMOS CONSEGUIDO. ¡ES ALUCINANTE!

¿TE DAS CUENTA DE LO QUE HA PASADO?



¡SÍ! ¡HEMOS ENCERRADO AL VILLANO Y ACABADO CON SU PLAN!

Y ADEMÁS, ¿VES CÓMO LA PSORIASIS NO INFLUYE PARA NADA?



¡ES VERDAD!



¡TENEMOS QUE DECÍRSELO A TODOS!



VALENTINA RECIBE LA MEDALLA AL VALOR...



PARA SABER MÁS:

# LA PSORIASIS

1

## DEFINICIÓN

La psoriasis es una enfermedad del sistema inmunitario que se manifiesta sobre todo en la piel. Se trata de una de las enfermedades dermatológicas más frecuentes, y se calcula que afecta a 2-3 personas de cada 100. En los niños es mucho más rara, aunque hasta un tercio de los pacientes con psoriasis tienen la primera manifestación de la enfermedad antes de los 20 años.

La psoriasis es una enfermedad crónica en la que existen periodos de mejoría y de empeoramiento.

La forma más habitual de esta enfermedad es la psoriasis en placas, que provoca lesiones rojizas, inflamadas y con relieve, habitualmente cubiertas por escamas de color blanco plateado. Suele aparecer en los codos, las rodillas, el cuero cabelludo y la zona inferior de la espalda, aunque también puede afectar a cualquier zona del cuerpo o extenderse por toda la superficie de la piel. En algunos casos, la psoriasis se acompaña de dolores articulares (artritis psoriásica).

2

## CAUSAS

Las causas que originan la psoriasis no se conocen con exactitud, pero se sabe que existe un componente genético en las personas con psoriasis que provoca el funcionamiento anormal del sistema inmune. Aunque con mucha frecuencia hay otros miembros de la familia con psoriasis, a veces uno es el primero de la familia en tener la enfermedad.

En el individuo predispuesto, una serie de factores ambientales como el estrés, las infecciones (especialmente las infecciones estreptocócicas de garganta), los traumatismos, las quemaduras solares o determinados fármacos pueden desencadenar un brote de psoriasis.

Obesidad y psoriasis están relacionadas. Parece que las personas obesas tienen mayor riesgo de padecerla, tener una psoriasis más grave y, además, responden peor al tratamiento.

La psoriasis no es contagiosa y no se puede adquirir por tocar a una persona que la padece. Para tener psoriasis se necesita tener una predisposición genética.



3

### **CARGA PSICOLÓGICA**

La carga psicológica de la psoriasis se asocia a la visibilidad de las lesiones cutáneas. Las placas son antiestéticas y pueden molestar, picar e incluso sangrar. Sentimientos de ansiedad y depresión son habituales en las personas que sufren psoriasis.

La psoriasis influye física, emocional y socialmente en los niños, que viven preocupados por la incertidumbre de los brotes y, a veces, se sienten avergonzados por su apariencia. Muchos niños no pueden, o no quieren, realizar sus actividades cotidianas, estar en contacto con los amigos, ir a la playa o a la piscina, practicar deporte, etc. La convivencia diaria, la ropa, el qué dirán y sentimientos de vergüenza sobre su enfermedad se convierten en una obsesión. Debemos hacerles entender que pedir ayuda psicológica no es un signo de debilidad.

4

### **DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO**

La psoriasis tiene un aspecto muy característico que permite que el médico haga el diagnóstico sin necesidad de ninguna prueba. El médico examinará la piel, el cuero cabelludo y las uñas del paciente, y formulará una serie de preguntas. En los casos dudosos, puede ser necesario realizar una biopsia.

La psoriasis tiene tratamiento y hacerlo es esencial para mejorar no sólo la enfermedad de la piel, sino también la salud general. La mayoría de los pacientes con psoriasis son tratados en atención primaria, aunque hasta el 60 % de ellos se derivan a un especialista. Como en cualquier enfermedad, la detección precoz es muy importante.

Actualmente no existe una cura definitiva de la psoriasis, pero se dispone de diferentes tratamientos que reducen (o incluso eliminan durante un tiempo) los síntomas de la enfermedad y mejoran la calidad de vida de los pacientes. Cambios en el estilo de vida como mantener una dieta y un peso saludables, no fumar o exponerse moderadamente al sol también ayudan.



La eficacia del tratamiento depende de cada paciente, y lo que funciona en uno puede no ser eficaz en otro. La elección del tratamiento depende de la extensión, la severidad y la respuesta previa a otras terapias. Algunos de estos tratamientos son:

- **Tratamientos tópicos.**

Son productos que se aplican directamente sobre la piel con o sin esteroides (emolientes, corticoides, derivados de la vitamina D). Suelen ser la primera opción en la psoriasis leve o recién diagnosticada.

- **Fototerapia (cámaras de luz ultravioleta).**

Es útil en formas extensas y se debe hacer siempre bajo supervisión médica.

- **Medicamentos sistémicos.**

Son pastillas e inyecciones que actúan en todo el cuerpo. Se emplean en formas extensas o acompañadas de dolor articular que no se pueden controlar con cremas.

- **Fármacos biológicos.**

Actúan intentando controlar las sustancias que participan en la inflamación. Se administran por medio de inyecciones o directamente a través de las venas, y se reservan para psoriasis graves, que no han mejorado con otros tratamientos, o que se acompañan de dolor en las articulaciones.



5

## ADHERENCIA

El tratamiento es una cuestión de equipo en el que participan el médico, los padres y el paciente. El cumplimiento terapéutico (adherencia) es esencial para el éxito de cualquier terapia.

La edad a la que los niños pueden involucrarse en el tratamiento de su enfermedad es variable. Es importante explicarles que ser constantes y hacer caso de las indicaciones del médico es fundamental para mejorar el problema de su piel. A veces, pequeñas recompensas actúan como refuerzo positivo muy útil en este grupo de edad.

El tratamiento de la psoriasis requiere tiempo y paciencia. Se debe confiar en el médico porque está ahí para ayudar en lo físico y en lo emocional.

6

## CONSEJOS

La psoriasis es una enfermedad crónica que dura toda la vida. Sin embargo, hay algunos hábitos que pueden ayudar a tenerla bajo control, como, por ejemplo, seguir una alimentación saludable, evitar grandes oscilaciones de peso, hacer ejercicio físico, no fumar ni beber alcohol, una moderada exposición al sol y evitar el estrés.

Los niños requieren un apoyo emocional especial que les permita comprender, aceptar y manejar autónomamente su enfermedad. El contacto con grupos de ayuda (asociaciones de pacientes) puede ser útil para conocer experiencias de otras personas y comprender que hay mucha gente con psoriasis que hace una vida normal.

El consejo principal es hacer caso a las indicaciones del médico: la adherencia al tratamiento es fundamental para mejorar los brotes y evitar que la enfermedad progrese.

**Dra. Ángela Hernández Martín**  
*Médico adjunto de Dermatología*

Hospital Infantil Universitario  
del Niño Jesús, Madrid

Para más información  
entra en:

[www.psoriasis.es](http://www.psoriasis.es)  
[www.accionpsoriasis.org](http://www.accionpsoriasis.org)



Acerca de:

# Acción Psoriasis

---

Acción Psoriasis es una asociación integrada por afectados de psoriasis y artritis psoriásica y sus familiares, declarada Entidad de Utilidad Pública. En sus más de veinte años de existencia, se ha convertido en una de las asociaciones de pacientes más activas y participativas.

Durante todo el año, Acción Psoriasis organiza actividades, divulga las últimas investigaciones en tratamientos y apoya a los afectados con el objetivo de reivindicar sus derechos e incrementar su calidad de vida.

Si te animas, puedes ponerte en contacto con ellos a través de diferentes canales:

[www.facebook.com/AccionPsoriasis](http://www.facebook.com/AccionPsoriasis)

[www.twitter.com/accionpsoriasis](http://www.twitter.com/accionpsoriasis)

[www.accionpsoriasis.org](http://www.accionpsoriasis.org)

---

**932.804.622**

---

[psoriasi@pangea.org](mailto:psoriasi@pangea.org)









*Guión original: Guillermo García-Ramos*

*Guión técnico: Josep Busquet*

*Ilustraciones: Esdras*

*Color: Rafael Broseta - Esdras*

*Maquetación: Simone Mocker*

*Concepción y dirección: Kidekom*

