

# 7

## 7 COISAS QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE O TRATAMENTO DA PSORÍASE





A psoríase é uma doença autoimune e inflamatória da pele, que afeta 2 milhões de pessoas no nosso país, segundo a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD).

Muitas vezes, pacientes com psoríase enfrentam uma difícil e longa trajetória na busca pela melhor qualidade de vida, que eu acredito ser mais facilmente alcançada quando se tem informações de qualidade.

Pensando nisso e com o objetivo de compartilhar atualidades importantes acerca da psoríase, preparei mais um E-book. Quero que você entenda algumas das particularidades dessa doença crônica e como fazer para tratá-la de forma global.

**CONTINUE LENDO PARA CONFERIR QUAIS SÃO AS 7 COISAS QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE A PSORÍASE.**

# O QUE VOCÊ

# VERÁ POR AQUI:

- INTRODUÇÃO
- ENTENDENDO A PSORÍASE
- 7 COISAS QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE A PSORÍASE
- COMO LIDAR COM A PSORÍASE
- CONCLUSÃO





# ENTENDENDO A PSORÍASE

A psoríase é uma doença inflamatória crônica que causa placas avermelhadas espessas na pele, cobertas por escamas esbranquiçadas ou mesmo prateadas. Essas lesões podem apresentar coceira, dor e descamação e serem distribuídas por toda a pele, couro cabeludo e dobras do corpo, como axilas e virilhas (onde quase não se acompanham de escamas). A psoríase também pode acometer as unhas, sendo a única manifestação da doença em alguns casos.

As doenças crônicas são aquelas de progressão lenta e de duração ao longo da vida toda, necessitando de tratamento permanente e vigilante a fim de não comprometer a saúde geral. A psoríase também interfere muito na qualidade de vida e é bem mais que uma questão estética da pele.

Apesar de ser mais comum em adultos, a psoríase pode se manifestar em qualquer fase da vida, inclusive em crianças ou surgir após os 65 anos.

Há uma tendência genética para a doença e entre os gatilhos externos que podem contribuir com o aparecimento da psoríase estão o estresse e o uso de certas medicações (como lítio, medicamentos antimaláricos e anti-hipertensivos).

Depois de entender o que é a psoríase, é hora de descobrir aquilo que você deve saber sobre o tratamento dessa doença. Confira a seguir!

**7 COISAS**

**QUE VOCÊ**

**PRECISA**

**SABER SOBRE**

**A PSORÍASE**

A photograph showing a doctor in a grey sweater examining a patient's arm. The patient is wearing a light blue shirt. The doctor is pointing to a red, scaly lesion on the patient's forearm. The background is a blurred clinical setting.

# 1 COMO DIAGNOSTICAR A PSORÍASE?

O diagnóstico da psoríase é essencialmente clínico, feito em consulta através da observação do paciente, as características das suas lesões, onde se localizam e sua evolução. Em alguns casos, pode ser necessária a confirmação com biópsia de pele.

Na consulta também deve ser levado em conta o histórico familiar do paciente para psoríase, uma vez que ter algum parente com a doença aumenta as chances de desenvolvê-la.





# 2

## COMO SABER SE A PSORÍASE É GRAVE E POR QUE ISSO É IMPORTANTE?

No momento do exame físico, o dermatologista utiliza escalas que determinam em números o quanto a doença é grave. A mais comum chama-se PASI (Índice da Área e Severidade da Psoríase) na qual se avaliam as características das lesões (vermelhidão e descamação, por exemplo) e sua distribuição pelo corpo, em uma gradação entre 0 e 72.

É muito útil também avaliar o impacto da doença na qualidade de vida através do DLQI (Índice da Qualidade de Vida na Dermatologia), um questionário que pode ser respondido em consulta e que mede a influência da psoríase sobre diversos aspectos do dia a dia, como a escolha de roupas e a prática de esportes. Há uma versão também para crianças, o CDLQI.

De acordo com o Consenso de Psoríase da SBD, um paciente que apresente PASI ou DLQI acima de 10 tem doença grave. Ainda, o acometimento de áreas especiais, como o couro cabeludo, as unhas, a face, as regiões palmoplantares ou os genitais, também pode classificar a psoríase como grave. Estes casos merecem tratamento sistêmico, em não tendo respondido aos medicamentos tópicos.



4

## **POR QUE AVALIAR A PSORÍASE E TODA A SAÚDE ANTES DE TRATAR?**

Primeiro, é importante entender que a psoríase é considerada uma doença sistêmica, na qual a inflamação está presente em toda a pele e também em outras regiões do corpo. Isso contribui para o acometimento das articulações, para a síndrome metabólica e para o aumento do risco cardiovascular - ou seja, a obstrução dos vasos que leva ao infarto do coração, por exemplo.

Segundo que determinados tratamentos são mais seguros para certas pessoas, de acordo com esta avaliação mais abrangente. E cada indivíduo é único!



# 3

## COMO É O TRATAMENTO DA PSORÍASE?

Embora a psoríase não tenha cura, tem tratamento! O objetivo das condutas é reduzir a gravidade da doença em pelo menos 75% dos parâmetros iniciais de avaliação (PASI e DLQI), melhorando a inflamação e a qualidade de vida.

Os medicamentos utilizados podem ser tópicos, para passar no corpo, ou sistêmicos, para serem ingeridos ou aplicados em forma injetável. Há também a fototerapia, um tratamento realizado sob a supervisão do dermatologista.

Quando as lesões não respondem à medicação tópica ou o caso já é grave, iniciam-se as opções sistêmicas, que incluem hoje:

### Acitretina

#### Imunossupressores:

- Metotrexato
- Ciclosporina

#### Imunobiológicos:

- Infliximabe
- Etanercept
- Adalimumabe
- Ustequinumabe
- Secuquinumabe
- Ixequizumabe
- Guselcumabe
- Risanquizumabe

É importante ressaltar que o tratamento da psoríase deve ser individualizado e adaptado a cada pessoa, dependendo da gravidade da doença e resposta clínica. É comum iniciar com uma classe de medicamentos (imunossupressores, por exemplo) e migrar para outra (imunobiológicos) a depender do quanto a pessoa melhora ou se há efeitos adversos que impeçam a manutenção dos primeiros. Lembrando que, pelo alto custo dos imunobiológicos e a necessidade de manter uma destas opções por bastante tempo, é importante otimizar sempre o seu uso, a fim de não migrar para esta opção nem cedo nem tarde demais. Por isso, é fundamental que todo este processo seja monitorado por um dermatologista especialista.

A close-up photograph of a person's knee, showing several large, red, scaly patches characteristic of psoriasis. The person is wearing a white long-sleeved shirt. The background is a plain, light-colored wall.

5

# COMO É O ACESSO AOS MEDICAMENTOS NO BRASIL?

O acesso aos tratamentos para psoríase é dividido de acordo com o sistema de saúde ao qual o paciente recorre: SUS, Saúde Suplementar ou Autarquias.

A Comissão Nacional de Incorporação de Tecnologias no Sistema Único de Saúde (Conitec - SUS) revisa as necessidades de tratamento das mais diversas doenças no Brasil, a fim de atualizar os Protocolos Clínicos e Diretrizes Terapêuticas (PCDT) regularmente. Através destes protocolos, os pacientes devem ser avaliados para determinar que tipo de tratamento eles devem receber e em que tempo.

O PCDT da psoríase abrange diversas opções, entre medicações tópicas e sistêmicas há bastante tempo. Em outubro de 2019 e recentemente, em novembro de 2021, este protocolo sofreu atualizações, com a incorporação de diversas opções entre os imunobiológicos liberados no Brasil para o tratamento da doença. Assim, desde então, os dermatologistas conseguem encaminhar este tipo de medicação aos seus pacientes, mesmo que estes médicos não façam parte do SUS - ou seja, médicos que atendem exclusivamente em seus consultórios privados.



5

# COMO É O ACESSO AOS MEDICAMENTOS NO BRASIL?

continuação

Passando a valer no início de abril de 2021, a Agência Nacional de Saúde (ANS) também atualizou o Rol de procedimentos que as operadoras e seguros saúde (planos de saúde) precisam obrigatoriamente oferecer aos seus beneficiários, incluindo diversas opções entre os imunobiológicos. Este sistema também está em constante revisão para a incorporação de novas tecnologias.

As autarquias (por exemplo, o IPERGS Saúde no Rio Grande do Sul) apresentam protocolos próprios de tratamento, oferecendo, em geral, alguma opção entre os imunobiológicos, considerados tratamentos de alto custo e, por isso, sendo uma grande vantagem aos beneficiários destes sistemas.



# 6

## **POR QUE NÃO DEVO USAR O CORTICOSTERÓIDE POR MINHA CONTA?**

Os corticoesteróides são medicações excelentes para certos momentos em doenças crônicas e para algumas delas ainda são as únicas alternativas de tratamento. Na psoríase, são utilizados em combinações para o tratamento tópico, sendo muito úteis para os casos leves. No entanto, pela característica da substância, principalmente quando utilizado via oral ou ainda injetável, eles induzem à melhora rápida, mas também à piora rápida e por vezes a quadros mais graves e extensos.

Ainda, os efeitos colaterais dos corticóides quando utilizados por muito tempo e sem acompanhamento médico são bastante importantes, como aumento de peso, osteoporose, diabetes, pressão alta e catarata. Infelizmente, estes medicamentos ainda são vendidos no Brasil sem receita controlada, o que leva ao seu uso inapropriado, postergando a introdução dos pacientes em protocolos corretos de tratamento, sendo a psoríase um grande exemplo disso!





# 7

## **POR QUE CERTAS FORMAS DE PSORÍASE RESPONDEM MELHOR AOS TRATAMENTOS QUE OUTRAS?**

Certas formas de psoríase, como a palmo-plantar - ou seja, aquela que afeta as mãos e pés - podem ser de difícil resposta. A característica de pele mais espessa destas regiões interfere na absorção das medicações tópicas e dificulta também a fototerapia. No couro cabeludo, a presença dos cabelos e a característica de multiplicação rápida das células das raízes dos cabelos também interfere na adesão ao uso dos medicamentos. As unhas são sempre um desafio no tratamento da psoríase. Por isso, estas áreas são consideradas especiais e não devem ter seus tratamentos sistêmicos postergados.

A psoríase de tipo pustulosa parece ter um mecanismo um pouco diferente de origem da psoríase em placas ou vulgar, o que dificulta a resposta mesmo com os medicamentos imunobiológicos de última geração. Há opções em desenvolvimento visando exclusivamente esta forma da doença, sendo ela generalizada ou ainda palmo-plantar.

# COMO LIDAR

# COM A PSORÍASE

Com a evolução dos tratamentos para a psoríase, atualmente é possível conviver em paz com a doença ao controlar as lesões. Acredite!

Para isso, eu tenho algumas recomendações que podem ajudar o paciente com psoríase a lidar muito melhor com a doença. Confira abaixo:


- Mantenha a pele sempre muito bem hidratada para ajudar no alívio da coceira;
- Exponha-se com cautela e moderadamente ao sol;
- Evite bebidas alcoólicas e cigarros, reduza seu peso;
- Procure manejar o estresse e tratar a ansiedade e a depressão, fatores importantes para o aparecimento das lesões: procure o psicólogo e o psiquiatra se necessário (não é vergonha para ninguém precisar de ajuda!);
- Não se afaste de tudo e de todos por conta da psoríase. A doença NÃO é contagiosa e fugir desses momentos pode comprometer a sua saúde mental;
- Jamais se automedique, PRINCIPALMENTE com corticoesteróides! A psoríase requer cuidados específicos e, quando tratados indevidamente, o caso pode ser agravado;
- Visite regularmente o dermatologista especialista e siga à risca suas orientações para que ele possa ajudá-lo a controlar as crises. Entenda junto com ele o plano de tratamento e esclareça sempre todas as suas dúvidas - perceba os períodos de uso de cada opção de medicamento.

Depois de ler este E-book e saber as principais coisas sobre a psoríase, você já sabe que, ao desconfiar dos sintomas, é importante consultar um dermatologista para fazer o diagnóstico adequado.

**Conte comigo sempre para ajudar você e seus entes queridos!**

Conte comigo sempre para ajudar você e seus entes queridos! Agende sua consulta através dos canais abaixo e vamos encontrar as melhores maneiras de proporcionar qualidade de vida através do controle da sua psoríase.

 (51) 99963-3020  (51) 3273-4199

Siga o meu perfil no Instagram e fique sempre por dentro de novidades:  @draclarissapрати