

MeTime

Conquista
tu piel.

¡Disfruta de tu Pack!

CAJA PSORIASIS

Hola,

Gracias por la confianza y por comprar esta experiencia.

En esta caja encontrarás los siguientes artículos:

- 1.- Una fórmula floral para paliar las emociones negativas y el estrés que te produce esta enfermedad
- 2.- Un syndet sustituto del jabón para la limpieza corporal e incluso del cabello
- 3.- Una emulsión calmante
- 4.- Una crema para los brotes más fuertes de psoriasis

La **fórmula floral** la debes tomar de la siguiente manera:

- **4 gotas 4 veces al día** debajo de la lengua.

Los demás productos están enfocados a evitar el uso de jabones y aliviar el picor y la irritación que esta enfermedad te produce.

Al abrir este código aparecerá una información detallada de la psoriasis y al final de la caja una serie de enlaces con conferencias y ponencias que creo te pueden aportar algo.

El último corresponde a una canción, con la que quiero despedirme diciendo que no dejes que la psoriasis sea una barrera entre el mundo y tú.

“Que seas menos lo que odias y más lo que te enamora”

Como curiosidad hay un libro que se llama “La piel” de Sergio del Molino que relata las vidas de personajes famosos o influyentes que vivieron con el problema de la Psoriasis.

Recibe mi abrazo,

María José

La psoriasis es una enfermedad de la piel que causa manchas rojas y escamosas que pican, sobre todo en las rodillas, los codos, el tronco y el cuero cabelludo.

La psoriasis es una enfermedad común y de larga duración (crónica) que no tiene cura. Tiende a tener ciclos, con brotes que duran semanas o meses y que luego disminuyen o incluso entran en remisión. Existen tratamientos para ayudar a controlar estos síntomas. Además, puedes incorporar hábitos de vida y estrategias de afrontamiento que te ayudarán a convivir mejor con la psoriasis.

Síntomas

Los signos y síntomas de la psoriasis pueden variar de una persona a otra. Los siguientes son signos y síntomas comunes:

- Parches de piel rojiza cubiertos de escamas gruesas y plateadas
- Pequeños puntos escamados (comúnmente vistos en niños)
- Piel seca y agrietada que puede sangrar o picar
- Picazón, ardor o irritación
- Uñas engrosadas, picadas o acanaladas
- Articulaciones inflamadas y rígidas

Las manchas de psoriasis pueden ir desde unos pocos puntos de escamas similares a la caspa hasta erupciones importantes que abarcan zonas grandes. Las áreas más comúnmente afectadas son la espalda lumbar, los codos, las rodillas, las piernas, las plantas de los pies, el cuero cabelludo, la cara y las palmas de las manos.

La mayoría de los tipos de psoriasis tiene ciclos, con brotes que duran semanas o meses y que luego disminuyen o incluso entran en remisión.

Hay varios tipos de psoriasis, entre otros:

- **Psoriasis en placas.** La psoriasis en placas es la forma más frecuente y produce parches secos, elevados y rojos en la piel (lesiones) cubiertos de escamas plateadas. Las placas pueden picar o ser sensibles, y puede haber pocas o muchas. Suelen aparecer en los codos, las rodillas, la espalda lumbar y el cuero cabelludo.
- **Psoriasis en las uñas.** La psoriasis puede afectar las uñas de las manos y los pies, provocando picado, crecimiento anormal y cambios de color. Las uñas psoriásicas pueden aflojarse y separarse del lecho ungueal (onicólisis). Los casos graves pueden hacer que las uñas se astillen.
- **Psoriasis en gotas.** Este tipo afecta principalmente a niños y adultos jóvenes. En general, se desencadena por una infección bacteriana, como la amigdalitis

estreptocócica. Está marcada por pequeñas lesiones escamosas en forma de gota en el tronco, los brazos o las piernas.

- **Psoriasis inversa.** Esto afecta principalmente a los pliegues de la piel de la ingle, los glúteos y los senos. La psoriasis inversa provoca parches suaves de piel roja que empeoran con la fricción y la sudoración. Las infecciones micóticas pueden desencadenar este tipo de psoriasis.
- **Psoriasis pustulosa.** Esta forma excepcional de psoriasis causa lesiones claramente definidas y llenas de pus que se producen en parches generalizados (psoriasis pustular generalizada) o en áreas más pequeñas de las palmas de las manos o las plantas de los pies.
- **Psoriasis eritrodérmica.** La psoriasis eritrodérmica, el tipo menos frecuente, puede abarcar todo el cuerpo con una erupción roja y con descamación, que puede provocar picazón o ardor intensos.
- **Artritis psoriásica.** La artritis psoriásica provoca inflamación y dolor en las articulaciones, típicos de la artritis. A veces los síntomas de las articulaciones son el primer o único síntoma o signo de la psoriasis. Y a veces solo se ven cambios en las uñas. Los síntomas varían entre leves y graves, y la artritis psoriásica puede afectar cualquier articulación. Puede causar rigidez y daños articulares progresivos que, en los casos más graves, pueden dar lugar a daños articulares permanentes.

Si sospechas que puedes tener psoriasis, visita a tu médico. Además, habla con tu médico si la psoriasis:

- Es grave o generalizada
- Te causa molestia y dolor
- Te preocupa por el aspecto de la piel
- Causa problemas en las articulaciones, como dolor, inflamación o incapacidad para realizar tus tareas cotidianas
- No mejora con el tratamiento

Causas

Se cree que la psoriasis es un problema del sistema inmunitario que hace que la piel se regenere a un ritmo más rápido de lo normal. En el tipo más frecuente de psoriasis, conocido como psoriasis de placas, esta rápida renovación de las células da lugar a escamas y manchas rojas.

No está del todo claro qué es lo que hace que el sistema inmunitario funcione mal. Los investigadores creen que tanto la genética como los factores ambientales juegan un papel. La afección no es contagiosa.

Desencadenantes de la psoriasis

Muchas personas con predisposición a la psoriasis pueden estar libres de síntomas durante años hasta que la enfermedad se desencadena por algún factor medioambiental. Los desencadenantes comunes de la psoriasis incluyen los siguientes:

- Infecciones, como amigdalitis estreptocócica o infecciones cutáneas
- El clima, especialmente el frío y la sequedad
- Lesión en la piel, como un corte o raspadura, una picadura de insecto o una quemadura por el sol grave
- Estrés
- Fumar y la exposición al humo de segunda mano
- Consumo excesivo de alcohol
- Ciertos medicamentos, incluido el litio, los medicamentos para la presión arterial alta y los medicamentos antipalúdicos
- Retirada rápida de los corticosteroides orales o sistémicos

Factores de riesgo

Cualquier persona puede desarrollar psoriasis. Alrededor de un tercio de los casos comienzan en los años en que son pacientes de pediatría. Estos factores pueden aumentar el riesgo:

- **Antecedentes familiares.** La afección es hereditaria. El hecho de que uno de tus padres tenga psoriasis aumenta el riesgo de que contraigas la enfermedad, y si tus dos padres tienen psoriasis, el riesgo se incrementa aún más.
- **Estrés.** Ya que el estrés puede afectar tu sistema inmunitario, los niveles elevados de estrés pueden aumentar el riesgo de desarrollar psoriasis.
- **Tabaquismo.** Fumar tabaco no solo aumenta el riesgo de tener psoriasis, sino que también puede aumentar la gravedad de la enfermedad. Fumar también puede interferir en el desarrollo inicial de la enfermedad.

Complicaciones

Si tienes psoriasis, corres más riesgo de desarrollar otras afecciones, incluidas las siguientes:

- Artritis psoriásica, que causa dolor, rigidez e hinchazón en las articulaciones y cerca de estas
- Afecciones oculares, como conjuntivitis, blefaritis y uveítis

- Obesidad
- Diabetes tipo 2
- Presión arterial alta
- Enfermedades cardiovasculares
- Otras enfermedades autoinmunitarias, como la enfermedad celíaca, la esclerosis y la enfermedad intestinal inflamatoria llamada enfermedad de Crohn
- Afecciones de salud mental, como la baja autoestima y la depresión

Bibliografía: Mayo Clinic Family Health Book (Libro de Salud Familiar de Mayo Clinic) 5.ª edición

MariSamuelsen: TimeLapse

<https://youtu.be/D3PDoxrsE48>

2.-Izal-Pausa.

<https://youtu.be/KOKSKRxIB8I>

3.-Más allá de la piel, mi vida con Psoriasis

<https://youtu.be/4o6yqsLM-1g>

4.-Lo que tú no sabes de mi Psoriasis

<https://youtu.be/8liLwUsYckk>

5,. Psoriasis y artritis psoriásica.

<https://youtu.be/MsnqbsfVEFw>

6.-Quédate- Moneda dura

<https://youtu.be/OPLhTmqnQIkra>

