

Psoriasis y obesidad

Calorías abajo

La restricción calórica en la dieta podría mejorar la gravedad de la psoriasis en personas con obesidad.

La psoriasis es una enfermedad crónica de la piel

de carácter inflamatorio, que provoca la aparición de placas cutáneas rojizas y escamosas (vea OS n° 155, abril 2021). Existen diversos factores de riesgo asociados a su aparición y empeoramiento y la obesidad es uno de ellos. Según una hipótesis, el aumento del tejido adiposo podría empeorar el proceso inflamatorio que ocurre en la psoriasis. De confirmarse, lo esperable sería que la reducción de peso contribuya a mejorar la psoriasis en los pacientes con obesidad. Pero, ¿es así?

Revisión de estudios en personas con obesidad y psoriasis que cuidaban o no su dieta. La respuesta a la pregunta anterior ha llegado tras la revisión por parte de los equipos de Cochrane de seis ensayos clínicos (con 499 participantes en total). En ellos se hacía un seguimiento del estado de la psoriasis en personas con obesidad: un grupo seguía una dieta baja en calorías y el otro

recibía la atención rutinaria en estos casos. Los resultados de los ensayos muestran que las personas que siguieron la dieta baja en calorías mostraban una mejora de al menos el 75 % en el indicador que mide la gravedad de la psoriasis (PASI) en comparación con las personas que continuaron con los cuidados habituales. Adicionalmente, los pacientes que fueron sometidos a la restricción calórica no solo mejoraron el estado de su psoriasis, sino que además redujeron su peso corporal y su índice de masa corporal.

Conclusión: mejoras esperables en un tercio de los pacientes. Los autores de la revisión calculan que, por cada tres personas con obesidad que siguieran una dieta baja en calorías, una alcanzaría una mejora de al menos el 75 % en el estado de gravedad de su psoriasis. No obstante, dada la cantidad y la calidad metodológica de los ensayos clínicos incluidos en la revisión, el grado de certeza de estos resultados es bajo.



Información extraída de Cochrane y adaptada por OCU. La finalidad de Cochrane es revisar y sintetizar la investigación científica, para que pacientes y profesionales tomen decisiones basadas en información fiable.

Texto completo en: [doi/10.1002/14651858.CD011972.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD011972.pub2)

Más en: es.cochrane.org/es/divulgación/cochrane-responde