

# Enfermedades de la piel con origen emocional: conozca la Psicodermatología

SE ESTIMA QUE ALREDEDOR DEL 30% DE LOS CASOS DE TRASTORNOS CUTÁNEOS TENGAN RAÍZ EMOCIONAL. POR TANTO, LA PSICODERMATOLOGÍA, QUE SE DEDICA A ESTUDIAR LA RELACIÓN ENTRE LA PIEL Y EL SISTEMA NERVIOSO, HA GANADO CADA VEZ MÁS PROTAGONISMO.

Vea lo que los expertos ya saben acerca de esta asociación:



La piel y el cerebro se derivan del mismo ectodermo (capa germinal) y se ven afectados por las mismas hormonas y neurotransmisores.



La ansiedad, la depresión y la baja autoestima pueden agravar problemas como el acné, el vitíligo, la psoriasis, la dermatitis atópica, rosácea y el herpes.



El vínculo que existe entre los problemas psicológicos y de la piel suele ser cíclico, ya que los factores psicológicos empeoran los síntomas en la piel y el efecto psicosocial aumenta el estrés.



## Relación entre los trastornos psicológicos y las enfermedades de la piel:

1) Trastornos psicofisiológicos: cuando las enfermedades de la piel surgen o se agravan por estrés psicológico. Ejemplos: dermatitis, psoriasis, acné.

2) Trastornos psiquiátricos con síntomas dermatológicos: el problema de la piel es autoinfligido en estos casos, es decir, causado por el propio paciente como consecuencia de su trastorno psicológico. Ejemplos: dermatitis artefacta, tricotilomanía, abrasiones.

3) Trastornos dermatológicos con síntomas psiquiátricos: cuando los problemas emocionales se deben a enfermedades de la piel. Ejemplos: vitíligo, alopecia areata.



## Formas de prevención y tratamiento:

El manejo del estrés y la adopción de un estilo de vida equilibrado y saludable suelen tener buenos resultados para el control de los problemas cutáneos que están asociados a los emocionales.

Sin embargo, se recomienda un tratamiento multidisciplinar (con el apoyo de la psicoterapia y la dermatología), para que se obtengan mejores resultados en el tratamiento de afecciones descritas aquí.

Si siente que su piel ya no es la misma, busque ayuda profesional y siga las recomendaciones del médico.