

A INFLUENCIA PSICOSSOMÁTICA DO FATOR EMOCIONAL NO PROGNÓSTICO DA PSORÍASE

The Psychosomatic Influence of Emotional Factors on the Prognosis of Psoriasis

Anabele Gonçalves Maitan– Centro Universitário Lusíada

Luíza Fricks Cabellino– Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim

Eline Alves da Silva– Centro Universitário FAMETRO

Victor Braga Barbosa– Universidade do Estado do Amazonas - UEA

RESUMO:

A psoríase, uma dermatose autoimune crônica, é influenciada por fatores emocionais, especialmente o estresse, conforme destacado pela medicina psicossomática. A doença, caracterizada por placas cutâneas eritematosas e descamativas, tem uma etiologia multifatorial que inclui fatores genéticos, imunológicos e psicológicos. O estresse pode agravar a psoríase, intensificando a produção de citocinas pró-inflamatórias e exacerbando a inflamação cutânea, criando um ciclo vicioso. Além disso, o impacto psicológico da psoríase é significativo, afetando a autoestima e a qualidade de vida dos pacientes, que frequentemente enfrentam estigmatização social. Ansiedade e depressão são comuns entre esses indivíduos, o que ressalta a necessidade de uma abordagem interdisciplinar que integre tratamento dermatológico e suporte psicológico. O manejo eficaz da psoríase deve considerar tanto os sintomas físicos quanto os fatores emocionais, incluindo o uso de terapias complementares como acupuntura e psicoterapia. A interação entre o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e a inflamação cutânea reforça a importância de tratar o estresse como parte do tratamento da psoríase. Intervenções que promovam o equilíbrio emocional podem melhorar os resultados terapêuticos, destacando a relevância de uma abordagem holística e multidisciplinar no manejo da doença.

Palavras-chave: Psoríase. Estresse Psicológico. Depressão. Ansiedade.

ABSTRACT

Psoriasis, a chronic autoimmune dermatosis, is influenced by emotional factors, especially stress, as highlighted by psychosomatic medicine. The disease, characterized by erythematous and scaly skin plaques, has a multifactorial etiology that includes genetic, immunological, and psychological factors. Stress can worsen psoriasis by intensifying the production of pro-inflammatory cytokines and exacerbating skin inflammation, creating a vicious cycle. Moreover, the psychological impact of psoriasis is significant, affecting patients' self-esteem and quality of life, as they often face social stigmatization. Anxiety and depression are common among these individuals, underscoring the need for an interdisciplinary approach that integrates dermatological treatment and psychological support. Effective psoriasis management should address both physical symptoms and emotional factors, including the use of complementary therapies such as acupuncture and psychotherapy. The interaction between the hypothalamic-pituitary-adrenal axis and skin inflammation reinforces the importance of treating stress as part of psoriasis management. Interventions that promote emotional balance can improve therapeutic outcomes, highlighting the relevance of a holistic and multidisciplinary approach to disease management.

Keywords: Psoriasis. Psychological Stress. Depression. Anxiety.

1. INTRODUÇÃO

1 A psoríase é uma doença dermatológica inflamatória e hiperproliferativa que afeta aproximadamente 2% da população mundial, manifestando-se através de lesões eritematosas, escamas brancas e espessamento da epiderme. Embora sua etiologia exata ainda seja desconhecida, há indícios de que fatores genéticos, imunológicos e ambientais desempenham um papel importante no seu surgimento e evolução. Dentre esses fatores, o estresse se destaca como um elemento chave na exacerbação dos sintomas, sendo identificado como gatilho em uma parcela significativa dos pacientes diagnosticados com a doença (RODRIGUES et al., 2020).

A psoríase não se restringe apenas às manifestações físicas, impactando também a saúde mental dos indivíduos acometidos. A condição pode desencadear problemas emocionais e sociais como ansiedade, irrita-

bilidade, variações de humor e até mesmo isolamento social. Esse sofrimento emocional geralmente está associado à aparência das lesões na pele, que são muitas vezes estigmatizadas pela sociedade, prejudicando a qualidade de vida dos pacientes. Assim, a interação entre os fatores emocionais e a doença se mostra cada vez mais evidente, sugerindo uma relação psicossomática importante (GUEDES; VIANA, 2020).

De acordo com a medicina psicossomática, o ser humano deve ser visto como um sistema integrado, onde corpo, mente e ambiente interagem de maneira constante. Alterações emocionais, como o estresse, podem promover mudanças fisiológicas que impactam diretamente o curso de doenças crônicas como a psoríase. Nessa perspectiva, o desequilíbrio emocional pode atuar como um catalisador para o surgimento ou agravamento dos sintomas dermatológicos, reforçando a necessidade de compreender a influência do estresse na fisiopatologia dessa condição.

A psoríase, além de suas implicações na pele, está associada a uma série de comorbidades sistêmicas, como doenças cardiometabólicas, transtornos de humor, doença renal crônica e problemas gastrointestinais. Esses fatores, quando combinados ao impacto emocional causado pela doença, criam um ciclo vicioso, onde o sofrimento psíquico agrava os sintomas físicos e vice-versa. Esse cenário complexo evidencia a necessidade de uma abordagem multidisciplinar no tratamento da psoríase, que vá além dos cuidados dermatológicos (MELO et al., 2019).

O conceito de doenças psicodermatológicas refere-se a condições cutâneas que possuem um componente emocional significativo em sua gênese ou exacerbação. Além da psoríase, outras doenças como vitiligo, acne vulgar e dermatite atópica também são influenciadas por fatores psicológicos, como estresse e ansiedade. A ativação do sistema nervoso simpático em resposta ao estresse pode desencadear uma série de reações fisiológicas, incluindo sudorese excessiva, vasoconstrição e prurido, que agravam o desconforto físico dos pacientes (AZULAY, 2017).

Diversos estudos sugerem que o sistema nervoso central (SNC) e o sistema imunológico estão intrinsecamente conectados, respondendo um ao outro por meio de estímulos sensoriais e neuroendócrinos. Quando um indivíduo enfrenta altos níveis de estresse, o SNC pode desencadear a liberação de citocinas pró-inflamatórias, como as liberadas pelos linfócitos T, que acabam exacerbando as lesões cutâneas. Esse mecanismo evidencia como fatores emocionais, especialmente o estresse crônico, podem influenciar diretamente na progressão da psoríase (ABBAS et al., 2019).

Além disso, o estresse crônico está associado à liberação contínua de cortisol, um hormônio que, em níveis elevados, tem um impacto negativo na saúde geral do indivíduo. O aumento dos níveis de cortisol pode desregular o sistema imunológico, favorecendo o agravamento de doenças autoimunes, como a psoríase. Nesse contexto, torna-se crucial a inserção de intervenções psicossociais no tratamento da doença, a fim de melhorar o bem-estar emocional dos pacientes e interromper o ciclo de exacerbação dos sintomas (MATOS et al., 2021).

2. MATERIAL E MÉTODO

O presente estudo trata-se de uma Revisão Bibliográfica realizada no período de agosto a outubro de 2024. As buscas da literatura foram feitas na base de dados PubMed e SciELO por meio dos seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): (Psoríase) AND (Estresse Psicológico) AND (Depressão) AND (Ansiedade). Os critérios de inclusão foram: artigos nos idiomas português, inglês, espanhol e francês, disponibilizados na íntegra. Os critérios de exclusão foram: artigos duplicados, disponibilizados na forma de resumo, que não abordavam diretamente a proposta estudada e que não atendiam aos demais critérios de inclusão. Após a associação dos descritores utilizados nas bases pesquisadas foram encontrados um total de 18 artigos. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 14 artigos, sendo utilizados um total de 11 estudos para compor a coletânea.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A influência do fator emocional na exacerbação dos sintomas da psoríase é amplamente reconhecida

na medicina psicossomática, cuja abordagem está enraizada na integração entre corpo, mente e ambiente. Desde Hipócrates, a visão de que as doenças são moduladas por dimensões biopsicossociais tem sido uma base para a compreensão de condições como a psoríase, que possui causas multifatoriais e envolve a interação entre fatores genéticos, imunológicos e psicológicos. A medicina psicossomática, ao reconhecer essa unidade corpo-alma, reforça a importância de abordar o estresse e as emoções na gestão de doenças crônicas (BRAGA et al., 2024).

A psoríase é uma dermatose autoimune crônica, caracterizada pelo surgimento de placas eritematosas e descamativas na pele. Sua etiologia multifatorial a torna suscetível a diversos gatilhos, incluindo estresse emocional, que desempenha um papel significativo na sua exacerbação. Estudos revelam que o estresse pode aumentar a produção de citocinas pró-inflamatórias e desencadear reações imunológicas que agravam as lesões cutâneas. Assim, o estresse, como fator psicossomático, não só precipita o surgimento de novas lesões, mas também intensifica a inflamação já presente, criando um ciclo difícil de quebrar (MAREK-JOZEFOWICZ et al., 2022).

A relação entre o sistema nervoso e a pele na psoríase é bem documentada, mostrando como os neurotransmissores e hormônios liberados em situações de estresse podem influenciar diretamente a inflamação cutânea. Neuropeptídeos como o CRH (hormônio liberador de corticotropina) e o ACTH (hormônio adrenocorticotrópico) são liberados na pele em resposta ao estresse e contribuem para a proliferação de células inflamatórias, exacerbando a psoríase. A falta de regulação adequada de cortisol, um anti-inflamatório natural, em pessoas estressadas intensifica essa resposta, piorando as lesões (DA SILVA et al., 2024).

Além disso, o impacto psicológico da psoríase sobre os pacientes é significativo. A visibilidade das lesões provoca sentimentos de vergonha, estigmatização e rejeição social, o que pode agravar o estresse emocional e psicológico. Muitos pacientes relatam prejuízos na qualidade de vida, dificuldades em interações sociais e profissionais, além de uma sensação constante de isolamento. O estresse crônico que acompanha esses sentimentos agrava ainda mais a doença, contribuindo para o surgimento de quadros depressivos e ansiosos, o que intensifica o ciclo de exacerbação (RUA et al., 2021).

A ansiedade e a depressão são frequentemente diagnosticadas em pacientes com psoríase, reforçando a necessidade de uma abordagem interdisciplinar que inclua tanto o tratamento dermatológico quanto o suporte psicológico. Estudos mostram que a gravidade da psoríase está correlacionada com a intensidade dos sintomas depressivos e com o aumento de ideias suicidas, especialmente em casos onde as lesões são extensas ou desfigurantes. Isso sugere que o fator emocional não só desencadeia a exacerbação dos sintomas físicos, mas também influencia diretamente o bem-estar mental do paciente (MAREK-JOZEFOWICZ et al., 2022).

O diagnóstico da psoríase, embora seja baseado principalmente no exame físico e na presença de placas características, exige uma abordagem holística. Avaliar o estado emocional do paciente e considerar seu histórico de estresse é crucial para uma gestão eficaz da doença. Os tratamentos devem considerar tanto a inflamação cutânea quanto os fatores emocionais, uma vez que ambos estão profundamente interligados. O manejo do estresse por meio de técnicas como a psicoterapia cognitivo-comportamental pode ajudar a reduzir a carga emocional e, conseqüentemente, a gravidade das lesões cutâneas (RODRIGUES et al., 2020).

O tratamento da psoríase evoluiu para incluir não apenas terapias tópicas e sistêmicas, mas também práticas integrativas e complementares, que visam restaurar o equilíbrio entre corpo e mente. Métodos como acupuntura, reflexologia podal e o uso de canabidiol têm se mostrado promissores na redução dos sintomas inflamatórios e no alívio do estresse. Essas abordagens reforçam a necessidade de tratar a psoríase de forma holística, reconhecendo a interdependência entre o estado emocional e a condição física (RODRIGUES et al., 2020).

Ainda que o foco principal no tratamento da psoríase seja o controle das lesões cutâneas, o manejo emocional é um componente essencial para a eficácia terapêutica. Pacientes que conseguem gerir melhor o estresse e a ansiedade apresentam uma resposta mais favorável aos tratamentos dermatológicos. Por outro lado, a falta de controle emocional pode levar à falha terapêutica, com recorrência ou agravamento das lesões. Portanto, estratégias que visem a redução do estresse devem ser consideradas como parte integrante do trata-

A interação entre o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e a resposta inflamatória cutânea sugere que o manejo do estresse e das emoções pode ter um impacto direto na progressão da psoríase. A ativação desse eixo sob estresse prolongado resulta em uma liberação excessiva de citocinas inflamatórias, como a interleucina-6 (IL-6) e o fator de necrose tumoral alfa (TNF- α), que estão diretamente relacionadas à exacerbação das lesões cutâneas. Portanto, intervenções que reduzam a atividade desse eixo podem ter efeitos positivos sobre a evolução da doença (ABBAS et al., 2019).

Por fim, a abordagem multidisciplinar que combina dermatologia, psicologia e práticas integrativas oferece uma perspectiva promissora para o tratamento da psoríase. Ao reconhecer a importância do fator emocional na exacerbação dos sintomas, os profissionais de saúde podem melhorar a qualidade de vida dos pacientes, promovendo um manejo mais eficaz tanto das lesões físicas quanto dos sintomas emocionais. A psoríase, como uma doença psicossomática, exige uma compreensão profunda de como corpo e mente estão intrinsecamente conectados na saúde humana.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A psoríase é uma condição multifatorial que reflete a complexa interação entre fatores genéticos, imunológicos e emocionais. O fator emocional, em particular, desempenha um papel significativo na exacerbação dos sintomas dessa dermatose autoimune. Na medicina psicossomática, há uma ênfase na interconexão entre corpo, mente e ambiente, abordando o impacto das emoções na saúde física.

O estresse, por exemplo, é amplamente reconhecido como um gatilho que piora as lesões da psoríase, promovendo a produção de citocinas pró-inflamatórias e aumentando a resposta imunológica. Isso demonstra como o fator psicossomático, ao intensificar o ciclo inflamatório, torna o controle da doença mais desafiador.

Além das consequências físicas, os impactos psicológicos da psoríase, como o estigma social e os prejuízos na autoestima, contribuem para o surgimento de transtornos mentais como ansiedade e depressão. A psoríase afeta a qualidade de vida dos pacientes de forma significativa, criando um ciclo contínuo entre a saúde mental e a severidade das lesões cutâneas.

O manejo da psoríase, portanto, deve adotar uma abordagem holística, que inclua o controle emocional como parte essencial do tratamento. Técnicas de redução de estresse e intervenções psicoterápicas, além de terapias dermatológicas convencionais, são fundamentais para alcançar resultados mais eficazes e melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

Com isso, a integração entre práticas dermatológicas e psicológicas reforça a importância de reconhecer e tratar a psoríase como uma condição que vai além da pele, envolvendo dimensões profundas da psique humana.

REFERÊNCIAS

ABBAS, Abul K.; PILLAI, Shiv; LICHTMAN, Andrew H.. *Imunologia celular e molecular*. 9. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019.

AZULAY, R. D. *Dermatologia*, 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

4

BRAGA, Jéssica Portes Nico et al. **RELAÇÃO ENTRE PSORÍASE, DEPRESSÃO E ANSIEDADE**. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 10, n. 5, p. 945-953, 2024.

GUEDES, D. R.; VIANA, E. S. **Psoríase e sua ligação com os aspectos psicológicos**. *Pubsaúde*, v. 3, p. 1-8, 2020.

MAREK-JOZEFOWICZ, L. et al. **The Brain–Skin Axis in Psoriasis— Psychological, Psychiatric, Hormonal,**



and Dermatological Aspects. *Int. J. Mol. Sci* [online]. v.23, n.2, p. 669, 2022. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35054853/>>. Acesso em: 04 setembro 2023.

MATOS, S. M. R. de.; FERREIRA, J. C. de S. Stress and eating behavior. *Research, Society and Development* [online]. v. 10, n. 7, e26210716726, 2021. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16726>>. Acesso em: 18 setembro 2023.

MELO, M. S. B. D., et al. Influência de fatores emocionais nas doenças crônicas de pele: O estresse como gatilho para o desenvolvimento, reincidência ou agravamento da psoríase. *Revista de psicologia*. v. 13, n. 46, p. 584–608, 2019.

PERIN, Eduarda Oliveira. Relação entre aspectos psicossomáticos e psoríase. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, v. 27, n. 1, 2023.

DA SILVA, Rita Ramalho et al. Relação entre depressão e psoríase. 2024.

RODRIGUES, José Milton Cordeiro et al. Estresse e psoríase: novas abordagens no tratamento. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, v. 12, p. e4638-e4638, 2020.

RUA, Mariana Olympio et al. Influências da depressão na psoríase: uma relação bidirecional. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, v. 23, p. e5650-e5650, 2021.