

# **WORLD PSORIASIS DAY 2022**

**Juntos hacemos frente  
a la salud mental**

[psoriasisday.org](https://psoriasisday.org)

[#worldpsoriasisday](https://twitter.com/worldpsoriasisday)

[#UnitedNowAct](https://twitter.com/UnitedNowAct)

[#unloadPSO](https://twitter.com/unloadPSO)

Este kit de herramientas ofrece toda la información necesaria para participar en las actividades organizadas para el **Día Mundial de la Psoriasis, el 29 de octubre de 2022**, así como durante todo el mes de octubre, dedicado a la concienciación. Asimismo, ofrece orientación sobre el tema y los mensajes y materiales de la campaña de este año, además de explicar cómo navegar por la página web del Día Mundial de la Psoriasis, de forma que puedas participar en la campaña.

A medida que nos acercamos al Día Mundial de la Psoriasis de 2022, nuestro equipo estará a tu disposición para ayudarte y responder a cualquier pregunta relacionada con la estrategia de la campaña, los objetivos, materiales o cualquier otra cosa que necesites.

Puedes escribir un correo electrónico al equipo IFPA a la siguiente dirección: [info@ifpa-pso.com](mailto:info@ifpa-pso.com).

### **INSCRÍBETE**

a nuestro boletín informativo para recibir actualizaciones sobre la campaña del Día Mundial de la Psoriasis.

[Haz clic aquí](#)



**INCAPACIDAD**

**UNIDOS** somos más **fuertes**.

¿Por quién si no?

No podemos ayudar a todo el mundo, pero todo el mundo puede ayudar a alguien.

Compartir un mensaje global y unificado es una manera genial de ayudarnos mutuamente a reducir la carga de la psoriasis y de lograr nuestro objetivo, que consiste en concienciar sobre esta enfermedad.

# Día Mundial de la Psoriasis

**Unidos para actuar**

El Día Mundial de la Psoriasis (WPD por sus siglas en inglés) es el día del año que se dedica a las personas que conviven con la psoriasis. Cada 29 de octubre unimos nuestras fuerzas para:

- Conseguir que el mundo sea consciente de la existencia de la psoriasis.
- Difundir información sobre la enfermedad, al tiempo que refutamos conceptos erróneos y aumentamos el conocimiento sobre ella entre la gente que sufre de esta condición.
- Pedir a los ministros, gobiernos y altos cargos que mejoren el acceso al tratamiento.
- Unir fuerzas con las personas que conviven con la psoriasis para apoyarles e intercambiar conocimientos.

El Día Mundial de la Psoriasis es una gran oportunidad de movilizar el apoyo a este tema y objetivo común. El 29 de octubre, la IFPA unirá a la comunidad global para desencadenar acciones enérgicas y alcanzar juntos unos avances específicos.



**WORLD  
PSORIASIS  
DAY 2022**

## LOGO

El logo del Día Mundial de la Psoriasis es un símbolo global que une a la comunidad que padece psoriasis. Consigue el tuyo aquí:

[www.psoriasisday.org](http://www.psoriasisday.org)

# OBJETIVO

## Salud mental

Durante la campaña UNIDOS de 2021, se ha puesto de relieve la importancia de permanecer UNIDOS y proteger a los miembros más vulnerables de la comunidad. Somos una fuerza unida que lucha por todas las personas con psoriasis. Juntos somos mucho más fuertes.

En los últimos años, la pandemia, el conflicto político y la migración han aislado a muchas personas. A causa de esto, nuestra salud mental se ha visto afectada. El estrés comunitario y la soledad son aún mayores en las personas con psoriasis, que se preguntan si podrán continuar el tratamiento en estos tiempos de incertidumbre.

**El Día Mundial de la Psoriasis de 2022 nos unimos para reivindicar la salud y el bienestar mental.** Estamos orgullosos de anunciar el objetivo del Día Mundial de la Psoriasis de este año, que consiste en mejorar la salud mental. La salud y el bienestar mental se reconocen cada vez más como una parte esencial de la salud. La depresión y la ansiedad son los trastornos mentales más comunes en todo el mundo. Ambas condiciones afectan de manera importante al día a día, a las relaciones y a las interacciones sociales.

Las investigaciones han demostrado que convivir con la psoriasis tiene un alto coste para la salud mental y para el bienestar emocional de las personas. La naturaleza incurable y crónica de la psoriasis, la inflamación sistémica del cuerpo y el hecho de que la enfermedad es visible en la piel afecta a las personas con psoriasis y aumenta el riesgo de sufrir depresión y ansiedad.

Una cuarta parte de las personas que padecen psoriasis sufren depresión. En lo que respecta a la ansiedad, el número aumenta a un 48 %.

La buena noticia es que el tratamiento oportuno y adecuado tanto de la psoriasis como de la depresión o la ansiedad puede mejorar las condiciones de manera efectiva.

**Nos hemos unido para exigir acciones, y juntos podemos contribuir a un cambio en la salud mental de las personas que conviven con la psoriasis. Por eso hemos elegido como objetivo para el Día Mundial de la Psoriasis de 2022 la salud mental.**

## MENSAJES CLAVE

Esto es lo que pedimos a la gente. Unirse y demandar acciones. Ayudar a los demás. Dar pasos importantes. Actuar con valentía. Comprometerse con esta importante causa.

**Unirse al movimiento para concienciar sobre la salud mental en la comunidad con psoriasis.**

Acciones

Prevenir y diagnosticar las enfermedades mentales de personas con psoriasis debe ser una prioridad si queremos conseguir nuestra visión inclusiva de la salud: con un bienestar físico, mental y social completos.

**Romper los rígidos estándares y acabar con el estigma. Alza la voz en el Día Mundial de la Psoriasis.**

Conexión

La enfermedad psoriásica es una afección sistémica que afecta a varias partes del cuerpo. Es una enfermedad crónica, no transmisible, dolorosa, desfigurante e incapacitante para la que no existe cura.

**Corre la voz y únete a nosotros para exigir acceso al tratamiento en tu país.**

Causa

El objetivo final de la IFPA y de todas las asociaciones miembro es mejorar la vida de las personas afectadas por la psoriasis. Es un objetivo principal para miles de médicos y profesionales de la salud en todo el mundo. El Día Mundial de la Psoriasis es nuestra principal herramienta de comunicación para unir, fortalecer y liderar a la comunidad mundial hacia un futuro en el que todas las personas que conviven con la enfermedad disfruten de una buena salud y bienestar, libres de estigma y de incapacidades y comorbilidades evitables.

**Unámonos AHORA y contribuyamos a la concienciación sobre la psoriasis.**

Finalidad

# PSORIASIS Y SALUS MENTAL

«Convivir con una enfermedad visible en la piel conlleva una carga pesada para la salud mental y el bienestar emocional de las personas. El impacto psicológico se ha venido reconociendo cada vez más como un componente significativo de la psoriasis. Sin embargo, la relación entre la psoriasis y el bienestar es complejo y tiene muchas aristas.

Por ejemplo, uno de los factores que contribuyen al agravamiento de la psoriasis es el estrés. Las situaciones de estrés pueden ser responsables de la aparición de la enfermedad y pueden desencadenar un nuevo brote. Paradójicamente, el carácter impredecible de los brotes de la enfermedad es, en sí mismo, uno de los factores que contribuyen al aumento del estrés y de la ansiedad.

La autoestima, la confianza y la imagen corporal pueden verse afectadas negativamente debido a la psoriasis. Suelen asociarse con el rechazo por parte de la sociedad. Y lo que es peor, el estigma social suele venir de la mano del autoestigma: las personas con psoriasis son

conscientes y se avergüenzan de tener la enfermedad.

La presencia o ausencia de comorbilidades psiquiátricas, como la depresión o la ansiedad, son solo uno de los factores que afectan a la capacidad de las personas de vivir sus vidas de manera plena. Las interacciones sociales, la calidad de las relaciones, la capacidad para trabajar y la participación en actividades de ocio son aspectos importantes de la vida de las personas. Todos estos aspectos pueden verse afectados por la psoriasis.

Se debe diagnosticar de manera temprana a las personas y tratarlas para mantener la enfermedad bajo control. La aparición de comorbilidades psiquiátricas, como la depresión y la ansiedad, debe detectarse pronto para que las personas puedan recibir la ayuda que necesitan. Además, educar a la sociedad sobre la psoriasis permite combatir el estigma social y laboral. Aumentar la concienciación mejorará las condiciones de las personas con

psoriasis para participar en sociedad y desarrollar la carrera profesional que desean. Estas intervenciones prácticas (y factibles), cuando se implementen, cambiarán la vida de las millones de personas que padecen psoriasis».

-Extractos de *En el interior de la enfermedad psoriásica: la salud mental*

Apóyanos para lograr un mejor acceso al tratamiento de la psoriasis. Firma la petición en línea de la IFPA.

[Haz clic aquí](#)



# MATERIALES DE LA CAMPAÑA

Crea conciencia sobre el Día Mundial de la Psoriasis de 2022 gracias a unos recursos de campaña específicos.



Descarga el logo del Día Mundial de la Psoriasis



Descarga pósteres, redes sociales y banners en línea



Descarga pegatinas con el motivo «Es momento de actuar»

Utiliza el generador de publicaciones e imágenes para crear tus propias imágenes del Día Mundial de la Psoriasis

El sitio web del Día Mundial de la Psoriasis alberga todos los elementos de la campaña. Puedes acceder y descargar recursos listos para usar, pero te animamos a que crees los tuyos propios. **Sé creativo. Crea recursos emocionantes. Crea recursos importantes.** Las herramientas están disponibles en varios idiomas.

- Elige el formato
- Personaliza el idioma
- Inserta mensajes clave

Es muy sencillo participar en la campaña.

Encuétralo todo aquí:

[psoriasisday.org](https://psoriasisday.org)



## CÓMO PARTICIPAR

# COMPARTÉ EL MENSAJE DEL DÍA MUNDIAL DE LA PSORIASIS

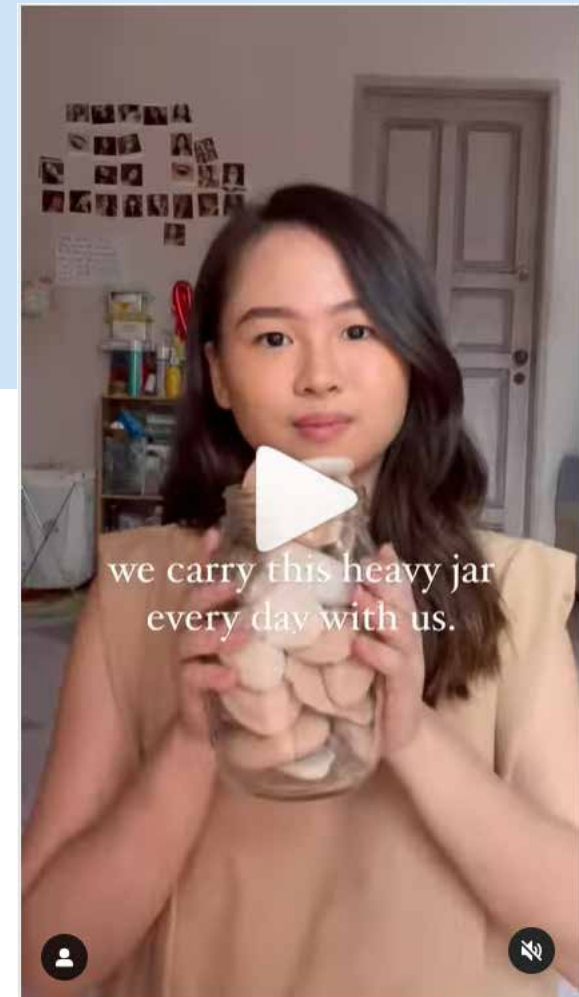
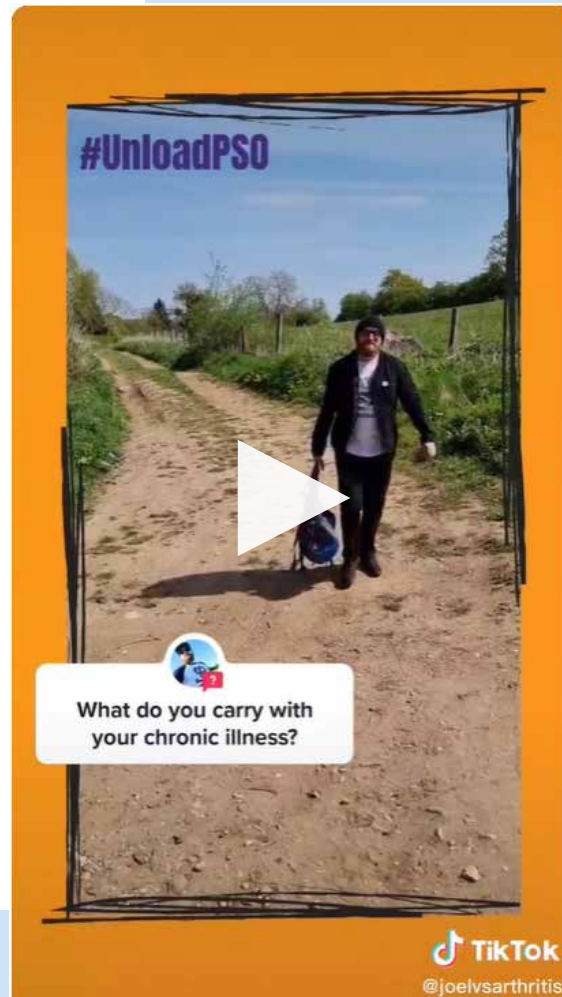
Participa en la campaña del Día Mundial de la Psoriasis para concienciar sobre la enfermedad y la necesidad de un mayor acceso a la atención en todo el mundo. Tu participación, tanto en la preparación del Día Mundial el 29 de octubre de 2022 como después de este, es clave para el éxito de la campaña.

### ¡HAZTE VIRAL!

Reduce la carga de la psoriasis. En ocasiones, las complicaciones y la carga de la salud mental de esta enfermedad son demasiado para quien la sufre. Únete a nosotros para aliviar la carga.

¿De qué forma vas a contribuir a este Día Mundial de la Psoriasis? Sube tu propio vídeo. No olvides poner la etiqueta #UnloadPSO.

Busca inspiración en los vídeos.



An illustration on the left side of the page shows a person in a black suit pushing a large red ball up a green ramp. The ball has the word "GASTOS" written on it in black capital letters. The ramp is a thick, green, upward-sloping shape that tapers to the right. The background is a solid light orange color.

**GASTOS**

## FORMAS DE PARTICIPAR

- Ayúdanos a lograr un mayor acceso a la atención de la psoriasis apoyando la [petición en línea](#) de la IFPA.
- Presiona a un legislador local o nacional para garantizar que todas las personas con psoriasis tengan acceso a la atención que necesitan
- Organiza un evento para «aprender sobre la psoriasis» en las escuelas
- Ayuda a las personas a conocer las comorbilidades relacionadas con la psoriasis facilitándoles nuestros recursos en línea
- Involucra a celebridades locales o miembros de la prensa en tu evento para generar entusiasmo y llegar a un público más amplio
- Organiza o participa en un evento local de concienciación sobre la psoriasis. Consulta el mapa global en [psoriasisday.org](http://psoriasisday.org) para marcar tu actividad o busca una para asistir
- Ilumina un punto de referencia local, tu hogar o tu lugar de trabajo en naranja o morado
- Organiza una actividad con tus compañeros de trabajo

# MARCHA DEL DÍA MUNDIAL DE LA PSORIASIS

La actividad física no solo es buena para el cuerpo, sino que también puede tener un gran impacto positivo sobre la depresión y la ansiedad. No importa si es en interiores o en exterior, ¡cada paso cuenta para mantenerse en forma!

Organiza o únete a una marcha de concienciación, una iniciativa organizada por muchos miembros de la IFPA en apoyo al Día Mundial de la Psoriasis. Anima a tus amigos, familiares y compañeros a unirse y asegúrate de compartir tus fotos en redes sociales con el *hashtag* #worldpsoriasisday para que aparezcan en el sitio web del Día Mundial de la Psoriasis.

## APOYA AL DÍA MUNDIAL DE LA PSORIASIS EN LÍNEA

- Comparte mensajes clave
- Promueve la petición de la IFPA
- Promueve la web psoriasisday.org
- Promueve la campaña en redes sociales: ¡dale a «me gusta», comparte y retuitea! También contamos con un generador de imágenes y fichas de redes sociales para ti
- Promueve la campaña en tu sitio web
- Comparte recursos del Día Mundial de la Psoriasis en tu web o a través de redes sociales
- Hazte un *selfie*, escribe «Apoyo a la comunidad con psoriasis» y compártelo en redes sociales con el *hashtag* #worldpsoriasisday
- Marca tu actividad en el mapa global de psoriasisday.org

## APOYA NUESTRA INICIATIVA



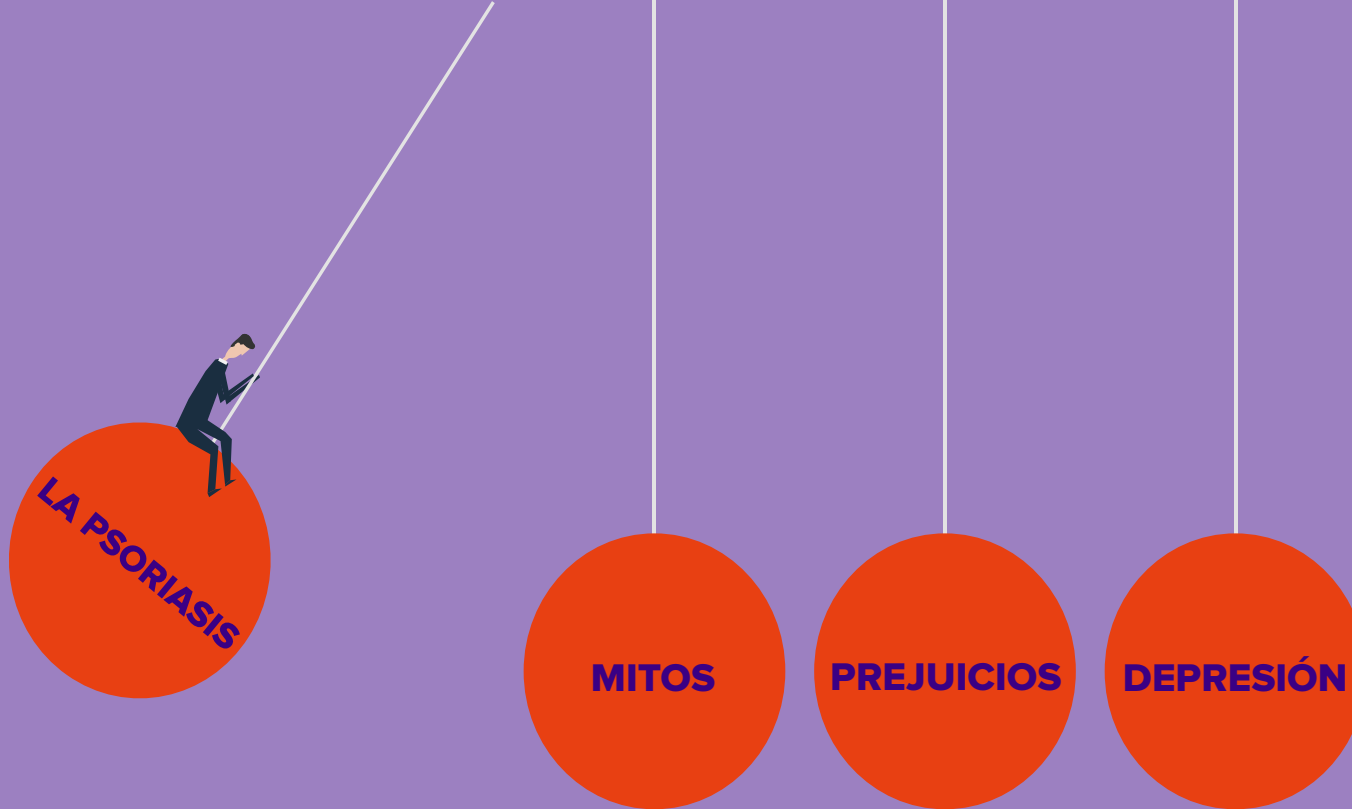
Necesitamos tu apoyo para asegurar que nuestros mensajes lleguen a los altos cargos. TÚ eres la voz de más de 60 millones de personas que conviven con la psoriasis.

En 2014, todos los países de Naciones Unidas se comprometieron a mejorar la vida de las personas que viven con la enfermedad psoriásica. En el Informe Mundial sobre la Psoriasis de la Organización Mundial de la Salud (OMS) de 2016 se publicaron recomendaciones prácticas sobre cómo alcanzar este ambicioso objetivo.

Más de 5 años después de estos hitos, aún queda mucho por hacer. La comunidad de la enfermedad psoriásica se une para exigir medidas.

- **Cambiar la percepción de la psoriasis**
- **Garantizar la igualdad de acceso a los medicamentos**
- **Detener la estigmatización**
- **Hacer avances en la atención holística**
- **Formar al personal sanitario**

¿Crees que todos merecemos una atención adecuada y una buena calidad de vida? Firma la petición para que podamos llevar 500 000 firmas a la Reunión de alto nivel de la Asamblea General de la ONU sobre la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles en 2025.



## **EL DÍA MUNDIAL DE LA PSORIASIS PEDIMOS A LOS GOBIERNOS NACIONALES LO SIGUIENTE:**

1. Que se ofrezca la mejor atención posible a las personas que conviven con la psoriasis, asegurando el acceso a todos los medicamentos esenciales.
2. Que cambie la percepción de la psoriasis. Se trata de una enfermedad sistémica que requiere una atención integral por parte de equipos multidisciplinares de especialistas.
3. Que se desarrollen políticas que garanticen servicios de salud integrados basados en un modelo centrado en las personas.
4. Que se mejore la detección temprana para garantizar un diagnóstico oportuno y prevenir comorbilidades relacionadas con la psoriasis.
5. Que se creen e implementen mecanismos para involucrar a las personas que conviven con la enfermedad a través del desarrollo de políticas públicas relacionadas con esta condición.

El Día Mundial de la Psoriasis cuenta con el apoyo de:



El Día Mundial de la Psoriasis está organizado por:



[ifpa-pso.com](http://ifpa-pso.com)

[info@ifpa-pso.com](mailto:info@ifpa-pso.com)



[@psoriasisIFPA](https://twitter.com/psoriasisIFPA)