



15 AÑOS
APAPP
Asociación Puertorriqueña de Ayuda al
Paciente de Psoriasis



Hablemos DE PSORIASIS JULIO 2025

@apappsoriasis



psoriasispr@gmail.com



787-376-7604



www.psoriasispr.org



behealth

SM

abbvie

Johnson&Johnson



MENSAJE DE **NELSON GONZÁLEZ** PRESIDENTE DE APAPP

Sé que la psoriasis y la artritis psoriásica presentan desafíos, pero es admirable estar fortalecido. Cada día nos trae nuevas oportunidades para aprender, crecer y encontrar alegría. Recordar que no estamos solos, y que nuestra comunidad nos ofrece apoyo y comprensión incondicional, porque vivimos la misma realidad.

Es importante tener presente que estas condiciones pueden estar relacionadas con otras, como la hipertensión, la depresión, las enfermedades cardiovasculares y más. Cuidarnos integralmente es clave para nuestro bienestar. En los días difíciles, debemos priorizar nuestro bienestar.

Celebremos cada progreso, sin importar cuán pequeño sea, y brindemos apoyo mutuo.

La resiliencia es una fuente de inspiración, y juntos superaremos cualquier obstáculo. No olvidemos que manejar las comorbilidades es parte de nuestro camino, y que unidos podemos enfrentar cualquier desafío.

Es imposible dejar pasar la ocasión sin recordar que celebramos 15 años de cumplir nuestra visión de ser un apoyo educativo y de llevar el alivio que brinda entender que hay luz en el caminar.

APAPP CUMPLE 15 AÑOS: UNA HISTORIA DE APOYO, EDUCACIÓN Y ESPERANZA

Es momento de reflexionar sobre cómo nació APAPP y su evolución. ¡Qué rápido han pasado estos 15 años!



Por Leticia López
Directora ejecutiva de APAPP

APAPP nace cuando un grupo de pacientes comenzó a reunirse con el propósito de darse apoyo y aprender a vivir con la enfermedad. Ese grupo, que actualmente cuenta con 145 pacientes activos en WhatsApp, se llama Venciendo la Psoriasis.

Inmediatamente comenzamos a celebrar el Día Mundial de la Psoriasis como actividad educativa para pacientes y la comunidad. El primer evento se realizó en 2009 en el Colegio de Abogados, con el Dr. José González Chávez como recurso invitado y con el apoyo de la Sociedad Dermatológica de Puerto Rico, presidida ese año por el Dr. Samuel Sánchez. En esa actividad participaron aproximadamente 40 personas.

Desde sus inicios, comenzamos a celebrar el Día Mundial de la Psoriasis como una actividad educativa para pacientes y la comunidad. El primer evento se realizó en 2009 en el Colegio de Abogados, con el Dr. José González Chávez como recurso invitado, y con el apoyo de la Sociedad Dermatológica de Puerto Rico, presidida ese año por el Dr. Samuel Sánchez. En esa actividad participaron aproximadamente 40 personas.



Desde entonces, no hemos parado de educar, apoyar y buscar ayuda para los pacientes y sus cuidadores.

No puedo dejar de mencionar las alianzas significativas que hemos tenido con otras organizaciones sin fines de lucro y con auspiciadores maravillosos, incluyendo compañías farmacéuticas y farmacias especializadas. Proyectos como Abrazo Psoriasis, Revelación Moda y entrevistas en Latin Doctors han sido posibles gracias a su respaldo. Las ferias dermatológicas, en colaboración con Fundación Piel y la Sociedad Dermatológica de Puerto Rico, han tenido un gran impacto en la comunidad.

Durante la pandemia de COVID-19, continuamos nuestro trabajo mediante alianzas que nos permitieron mantener la educación a través de programas en vivo. Hasta el día de hoy, seguimos transmitiendo nuestras actividades educativas por internet.

Entre nuestros proyectos originales destacan “Abrázame, la Psoriasis no se pega”, la exhibición fotográfica Libérate:

más allá de la Psoriasis, y el Primer Estudio Exploratorio sobre la Psoriasis realizado en Puerto Rico. También celebramos con orgullo la aprobación de la Ley 97 de 2022, que declara el 29 de octubre como el Día de Concienciación de Psoriasis en Puerto Rico, siguiendo el modelo global de la Resolución de Psoriasis aprobada en la Organización Mundial de la Salud en el 2014.

APAPP es miembro de la Federación Internacional de Psoriasis, que agrupa a asociaciones de pacientes en más de 60 países. Esta servidora tuvo el honor de formar parte de su Junta Directiva por nueve años.

Para mí, el logro más significativo ha sido vivir la experiencia de ver a pacientes que llegan sin esperanza y, al conocernos, educarse y recibir apoyo, ver cómo cambia su rostro al descubrir que no están solos y que sí existen posibilidades de mejorar su calidad de vida. Estos 15 años de trabajo ininterrumpido en APAPP me han regalado una familia y una vida con propósito y esperanza. no nos vamos a detener.

En esta sección compartimos vivencias y reflexiones de participantes y líderes de APAPP, quienes viven la psoriasis en carne propia y hacen de la organización una comunidad vibrante y activa.

DESDE NUESTRA PIEL

Yadira Torres

APAPP ha sido una gran bendición para mí. Es educarse, aprender y sentir un apoyo total. Sin duda, APAPP es lo mejor que me ha pasado.



Margarita Irizarry

En 2018, mi reumatóloga mencionó algo sobre una asociación. Busqué en las redes... y lo demás es historia. Gracias a esa recomendación, hoy puedo decir que APAPP es mi familia de piel. ¡Cuánto he aprendido! Ayudar a otros me ha ayudado también a mí, tanto en lo personal como en lo profesional. Eso se lo debo a APAPP. En cada actividad, en cada mensaje o llamada, siempre logramos hacer la diferencia.

¡Gracias, APAPP, y felices 15 años!



Sandra Ayala

¡Wao, 15 años ya! Pensar que, para mí, fue ayer cuando llegué a mi primera reunión. Los conocí... y me encantó. Encontré en este grupo mucho más de lo que buscaba: una familia extendida. Además de recibir nuevo conocimiento sobre nuestra condición, aprendí sobre los tratamientos más recientes y comprendí mejor por qué ocurren mis síntomas. Aprendí a entenderme y, sobre todo, a quererme nuevamente.



Alexis Salva

APAPP me ha brindado un círculo de apoyo y una comunidad donde puedo compartir mis vivencias, ofrecer ayuda y aprender más sobre mi condición. Poder compartir con otras personas que están pasando por lo mismo que yo me ha ayudado a sentirme más cómodo con la psoriasis y con sus efectos, tanto físicos como emocionales. Además, las actividades en las que he participado han sido excelentes oportunidades para mantenerme actualizado en el manejo de mi condición.



Sylvia Cordero

APAPP ha sido una gran bendición para mí. He encontrado una familia de hermanos de la piel con quienes nos ayudamos, aconsejamos y, sobre todo, compartimos información valiosa para enfrentar la enfermedad psoriásica. He participado en ferias de salud donde he podido recibir atención de dermatólogos, y también he tenido el privilegio de ser facilitadora en nuestro grupo de apoyo.

¡Gracias y feliz aniversario! Espero, de corazón, que podamos celebrar muchos años más.



Hace unos 35 años conocí de cerca una condición que marcaría mi vida: la psoriasis. En plena adolescencia, cuando la apariencia y la aceptación pesaban tanto, vivir con lesiones visibles en brazos y piernas fue una carga emocional enorme. En nuestra sociedad puertorriqueña, donde todo se cuestiona —desde lo superficial hasta lo profundo—, sentía que debía justificar mi piel constantemente.

Recuerdo las miradas, los comentarios hirientes y las preguntas incómodas: “¿Te quemaste?”, “¿Eso se pega?”. Mi ropa solía estar manchada con lo que parecía caspa o sangre, producto de las lesiones. Mientras lidiaba con mis inseguridades y mi autoestima, también enfrentaba el dolor físico: picor, ardor, inflamación en las articulaciones y tratamientos que parecían eternos.

He probado desde cremas hasta medicamentos biológicos. No ha sido un camino fácil, pero en mi adultez decidí que esta condición no iba a dictar mi vida. Aprendí a conocerme, a identificar mis detonantes y, sobre todo, a aceptarme. El apoyo incondicional de mi familia, amistades y médicos ha sido clave.

Hoy convivo con la psoriasis y la artritis psoriásica, pero ya no me escondo. Uso pantalones cortos sin miedo y hablo con naturalidad sobre mi piel. Soy una mujer feliz, consciente de sus retos, pero también de su fortaleza. Esta piel, con todo lo que carga, me ha enseñado a ser fuerte y libre. He concluido que la psoriasis es parte de mí, pero no me define.

Aún recuerdo cómo llegué a APAPP. Asistí a una de sus actividades hace aproximadamente 12 años. Fue gracias a mi madre, quien escuchó en un programa que se celebraría una actividad para pacientes de psoriasis en un teatro de la capital. No dudé en asistir.

En ese momento, yo buscaba ayuda, dirección, educación y apoyo. Estaba en un estado crónico de la enfermedad, enfrentando una separación, muy deprimida y recién recuperada de una operación a corazón abierto. Fue luego de ese primer día que mi vida tomó un nuevo giro. Desde entonces, decidí que quería ir más allá y ser parte activa de esta iniciativa.

Después de mi primer encuentro con APAPP, salí siendo otra persona. Comencé a comprender mi enfermedad, a educarme y a

aprender cada día más sobre ella. Además, conocí a otras personas que, como yo, enfrentaban los mismos retos.

A través de APAPP he descubierto que no estoy sola, que existen tratamientos para mejorar la enfermedad y nuestra calidad de vida, que aún hay mucho por hacer para lograr un mejor acceso a ellos.

Con los años, hemos logrado grandes avances para los pacientes y su entorno, pero todavía queda mucho camino por recorrer. Ha sido gratificante educarme día a día con fuentes profesionales y empáticas con nuestra realidad. Hoy me llena de orgullo y satisfacción pertenecer a la Junta de Directores de APAPP, con el propósito de continuar sirviendo como vehículo para educar, alentar, encaminar y apoyar a otros pacientes que, como yo, viven con la enfermedad psoriásica.

**Lorna M.
Huertas
Padilla**



**Betty D.
Quintana
Feliciano**

Miembro de la Junta
de Directores de APAPP



PSORIASIS: AVANCES, RETOS Y ESPERANZA EN PUERTO RICO

Por **Dr. José R. González Chávez y Tania M. González Santiago**
 Dermatólogo, dermatopatóloga y consultores de APAPP

En Puerto Rico, el reconocimiento y tratamiento de la psoriasis han evolucionado significativamente gracias a los avances científicos, médicos y, en gran parte, al trabajo de organizaciones como la Asociación Puertorriqueña de Ayuda al Paciente de Psoriasis (APAPP), que este año celebra con orgullo 15 años de servicio ininterrumpido.

El conocimiento de que la psoriasis es una enfermedad autoinmune se consolidó en la década de 1960. Desde entonces, los tratamientos han dado un giro extraordinario. Se identificaron células inmunes clave, como los linfocitos Th-17, y citoquinas proinflamatorias que activan las lesiones en la piel. A partir de estos hallazgos, surgieron los medicamentos biológicos, que han transformado radicalmente la calidad de vida de los pacientes. Hoy en día, disponemos de terapias dirigidas, tanto orales como inyectables, en su mayoría biológicas, con mecanismos de acción variados que permiten una atención individualizada según las necesidades de cada paciente.

Pero la psoriasis no se limita a la piel. Se trata de una enfermedad multisistémica, asociada a diversas comorbilidades que requieren atención médica integral. Entre ellas se destacan:

La psoriasis es una condición inflamatoria crónica de la piel que provoca lesiones rojas, escamosas y con picazón especialmente en áreas como los codos, las rodillas, el cuero cabelludo y la espalda baja. Se considera una enfermedad autoinmune que afecta aproximadamente al 2-3 % de la población mundial. Aunque no es contagiosa, sí puede tener un componente genético.

- **Artritis psoriásica**, que puede afectar a un 30 % de los pacientes con psoriasis.
- **Síndrome metabólico**, con factores de riesgo como obesidad, hipertensión, diabetes tipo 2 y dislipidemias.
- **Enfermedades cardiovasculares**, incluyendo un riesgo elevado de infarto y aterosclerosis.
- **Trastornos autoinmunes**, como el lupus y la enfermedad de Crohn.
- **Condiciones psicológicas**, incluyendo ansiedad, depresión y aislamiento social.

Estudios recientes han demostrado que los tratamientos actuales, especialmente los biológicos, no solo mejoran las placas de psoriasis, sino que también reducen el riesgo de enfermedades cardiovasculares, al disminuir la inflamación sistémica y revertir depósitos ateroscleróticos en las arterias coronarias.

En este panorama de avances clínicos y científicos, APAPP ha sido un pilar fundamental. Fundada en 2008 bajo el liderazgo de la Dra. Leticia López, y con el respaldo de especialistas y pacientes, la asociación ha logrado:

- **Crear una comunidad** de apoyo activa en toda la isla.
- **Organizar eventos educativos**, ferias de salud y la conmemoración del Día Mundial de la Psoriasis.
- **Mejorar el acceso** a tratamientos

para pacientes dentro y fuera del sistema de salud pública.

- **Desarrollar alianzas** con otras especialidades médicas para fomentar un enfoque multidisciplinario en el tratamiento.
- **Establecer presencia** en medios tradicionales y digitales para visibilizar la enfermedad y combatir el estigma.
- **Recibir reconocimiento** internacional como miembro oficial de la Federación Internacional de Asociaciones de Psoriasis (IFPA).
- **Impulsar legislación** en beneficio del paciente, destacándose la aprobación de la Ley Núm. 97 de 2022, que protege y reconoce los derechos de las personas con psoriasis en Puerto Rico.

Hoy, más que nunca, el futuro es prometedor. Gracias al esfuerzo conjunto de pacientes, médicos y organizaciones como APAPP, se ha consolidado un nuevo paradigma: la psoriasis puede ser tratada de manera efectiva, humana y digna.

Seguiremos educando, acompañando y defendiendo, para que ningún paciente enfrente esta condición en soledad.

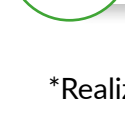
¡Felicidades, APAPP, por 15 años de lucha, esperanza y transformación!

Abrázame.

La psoriasis no se pega.

Listado de dermatólogos

	Dr. Jose González Chavez	 787- 727-0060	 Santurce
	*Dra. Alma Cruz	 787- 769-1954	 Carolina
	**Dra. Marely Santiago	 787-718-7144  787-473-0073  787-900-8701	 Humacao San Juan Bayamón
	*Dr. Samuel Sánchez	 787-746-3136  787-718-7144	 Caguas Palmas
	**Dra. Tania González	 939- 355-0304	 Caguas
	Dra. Mariana Cruz Manzano	 787-998-3400	 Río Piedras
	**Dra. Eneida De la Torre	 787-798-1993  787-793-3001	 Hospital Regional de Bayamón
	Dra. Michelle Collazo	 787-949-4552	 Manatí
	Dr. Jaime Villa	 787-259-3391	 Ponce
	Dra. María Maymí	 787-599-1010	 Dorado
	**Dr. Rafael Martín	 787-724-3407	 Condado

	Dr. Hiram Ruiz Santiago	 787-641-9585	 Bayamón
	**Servicios Médicos Universitarios	 787-765-7950	 Río Piedras Hay servicios pediátricos
	Dra. Norma Alonso	 787-759-5922	 Guaynabo
	Dra. Damaris Torres Paoli	 787-775-2545	 Río Piedras
	Dr. Fitzgerald Sánchez	 787-954-3376  787-751-6018	 Cayey Aibonito
	Dra. Carla Cruz	 787-789-1996	 Salus- Carolina
	Dr. Francisco Colón	 787-728-4938	 San Juan (Dermatólogo pediátrico)
	Dra. Amarilys Rosado	 787-802-2626	 Corozal
	Dr. Rogelio Mercado	 787-652-3030	 Mayagüez
	~Dr. Andrés Cruz	 787-834-5000	 Mayagüez
	Dra. Rocío Cardona Muñoz	 1-855-380-4380	 Metro Pavía Clínic Bayamón y Fajardo
	**Dra. Erika Watts	 787- 625-2491  939-475-1413	 Bayamón Santurce
	Montalván Dermatology incluye un grupo de tres dermatólogos Dra. Elena Montalván ; Dra. Diana Carrasquillo; y Dr. Xavier Sánchez, dermatólogo pediátrico	 787-400-4851	 Dorado

*Realizan estudios clínicos ** Aceptan Plan Vital ~ No acepta planes medicos



¿Vives con psoriasis o conoces a alguien que sí?

Únete al grupo de WhatsApp de APAPP y forma parte de una comunidad que te entiende, te apoya y te informa.



Comparte experiencias

Accede a eventos y contenido educativo exclusivo

Conecta con pacientes, profesionales y aliados

¡Sé parte activa de nuestra red de apoyo!

Juntos seguimos
venciendo la psoriasis.



787-376-7604