

Psoriasis — Tarjeta de cálculo rápido

Incluye: SCT · PASI paso a paso · DLQI · PEST

Objetivo: completar evaluación en **60–90 s** y fijar **estrato de severidad** / derivación.

1) SCT (Superficie Corporal Total afectada)

- **Regla de la palma:** palma con dedos = **1%** de la SCT del paciente.
- Suma las “palmas” afectadas → **%SCT** = ____ %
- **Cortes:** leve <3% · moderada 3–10% · severa >10%

Sitios especiales (cara, manos/pies, genitales, pliegues, uñas, cuero cabelludo grave) = **alto impacto** aunque el %SCT sea bajo.

2) PASI — Paso a paso (escriba solo números)

Severidad por signo: 0 ausente · 1 leve · 2 moderado · 3 marcado · 4 muy marcado

Área A (0–6): 0=0% · 1=1–9% · 2=10–29% · 3=30–49% · 4=50–69% · 5=70–89% · 6=90–100%

Región	Peso	E (0–4)	I (0–4)	D (0–4)	Área A (0–6)	Subtotal = (E+I+D)×A×peso
Cabeza	0.1	___	___	___	___	___
Miembros superiores	0.2	___	___	___	___	___
Tronco	0.3	___	___	___	___	___
Miembros inferiores	0.4	___	___	___	___	___

PASI total (0–72) = _____

Objetivo terapéutico: **PASI75–90** a 8–12 semanas (ideal **PASI90**).

3) DLQI — Índice de Calidad de Vida (últimos 7 días)

Respuestas: 0 nada · 1 un poco · 2 mucho · 3 muchísimo · **NA** no aplica (0)

1. Picor/dolor/escozor ___
2. Se sintió cohibido/a ___
3. Afectó tareas/hogar ___
4. Afectó elección de ropa ___
5. Limitó ocio/social ___
6. Afectó deporte ___
7. Problemas en trabajo/estudios ___

- 8. Afectó relaciones ____
- 9. Dificultades sexuales ____
- 10. El tratamiento fue un problema ____

DLQI (0-30) = ____

Interpretación: 0-1 sin impacto · 2-5 pequeño · 6-10 moderado · 11-20 muy grande · 21-30 extremadamente grande

4) PEST — Cribado de artritis psoriásica

Sí = 1 / No = 0

- 1. ¿Algún médico le dijo que tiene **artritis**? __
- 2. ¿Articulaciones **hinchadas**? __
- 3. ¿**Dolor en talón**? __
- 4. ¿**Dedo** hinchado completo (dactilitis)? __
- 5. ¿**Hoyuelos/cambios en uñas** (pitting/mancha oleosa)? __

PEST (0-5) = ____ → ≥ 3 = derivar a Reumatología

Próxima cita: repetir **SCT/PASI/DLQI** (y **PEST** si hay síntomas articulares) en **8-12 semanas**.