



Podwyższona wartość wskaźnika BMI oraz przyrost masy ciała stanowią czynniki ryzyka rozwoju łuszczycy, natomiast występowanie otyłości jest wyższe w populacji osób chorujących na tę chorobę w porównaniu z osobami zdrowymi. Jak do tej pory niewiele jest doniesień dotyczących wpływu diety na przebieg łuszczycy. Autorzy cytowanej pracy podjęli się oceny wpływu diety skojarzonej z odpowiednim treningiem fizycznym na przebieg łuszczycy u otyłych pacjentów. Badaniem objęto 303 otyłych pacjentów z łuszczycą umiarkowaną do ciężkiej, u których nie uzyskiwano efektu terapeutycznego po 4 tygodniach ciągłej terapii systemowej. Pacjentów poddano randomizacji, jedna grupa objęta była 20-tygodniową jakością i ilościową dietą skojarzoną z odpowiednim zestawem ćwiczeń fizycznych stosowanych w odchudzaniu, drugą grupę zaś objęto jedynie poradnictwem dotyczącym diety i aktywności ruchowej w łuszczycy. Po 20 tygodniach porównano zmiany wskaźnika PASI w obu grupach w stosunku do wartości wyjściowych. W pierwszej grupie średnia wartość redukcji wskaźnika PASI wyniosła 48%, zaś w drugiej grupie tylko 25,5%. Co więcej redukcję wskaźnika PASI wynoszącą co najmniej 50% uzyskano u 49,7% osób z pierwszej grupy w porównaniu do 34,2% z grupy drugiej. Utratę wagi o co najmniej 5% wartości wyjściowej zanotowano u 29,8% osób z pierwszej grupy w porównaniu do 14,5% z grupy drugiej ($P=0,001$).

Widać zatem wyraźnie, że 20-tygodniowa specjalistyczna dieta w skojarzeniu z odpowiednim treningiem fizycznym przyczyniła się do redukcji ciężkości łuszczycy u otyłych pacjentów leczonych dotąd bezskutecznie lekami systemowymi. Źródło: Naldi, L., Conti, A., Cazzaniga, S., Patrizi, A., Pazzaglia, M., Lanzoni, A., Veneziano, L., Pellacani, G. and the Psoriasis Emilia Romagna Study Group (2014), Diet and physical exercise in psoriasis: a randomized controlled trial. *British Journal of Derm* | 13.03.2014