ESCLEROSIS MÚLTIPLE

VILMARIE OCASIO ESPADA

THE GIRL SCOUT GOLD MEDAL

VILMARIE OCASIO ESPADA
TROPA 159
MANATÍ, PR

MULTIPLE SCLEROSIS AWARENESS

Bienvenidos a este su centro de información sobre la esclerosis múltiple (EM), para pacientes, familiares, cuidadores, profesionales de la salud. Aquí encontrará información sobre diagnóstico y tratamientos, manejo de síntomas, entre otra información importante. Tendrá información educativa en otros enlaces confiables en la Internet.

Si desea mayor información o para enterarse de los programas y servicios que se ofrecen en la Fundación de Esclerosis Múltiple, por favor llame al 787-723-2331.

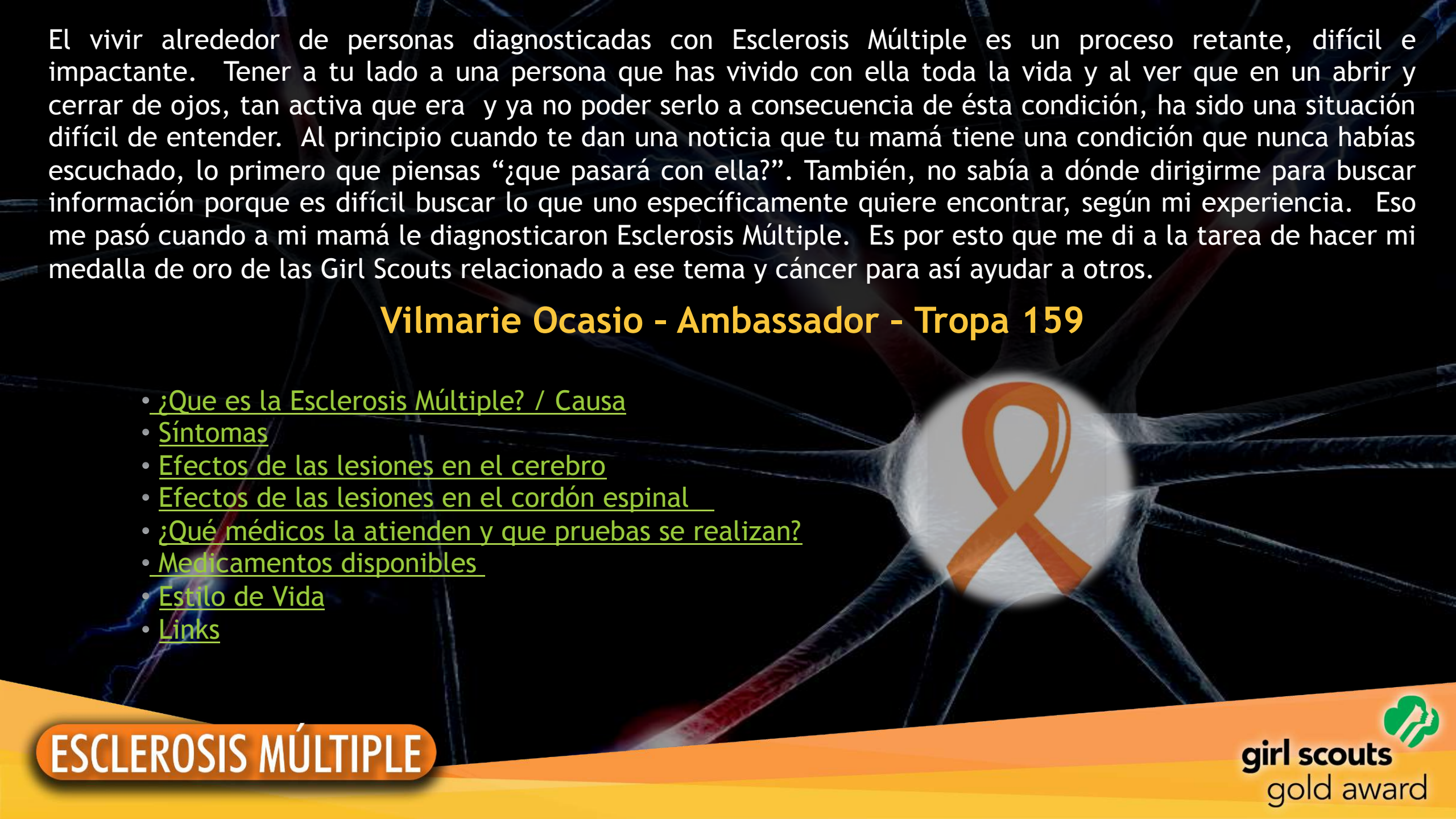
Recuerde, somos Las Manos que te cuidan.

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

girl scouts gold award

El vivir alrededor de personas diagnosticadas con Esclerosis Múltiple es un proceso retante, difícil e impactante. Tener a tu lado a una persona que has vivido con ella toda la vida y al ver que en un abrir y cerrar de ojos, tan activa que era y ya no poder serlo a consecuencia de ésta condición, ha sido una situación difícil de entender. Al principio cuando te dan una noticia que tu mamá tiene una condición que nunca habías escuchado, lo primero que piensas "¿que pasará con ella?". También, no sabía a dónde dirigirme para buscar información porque es difícil buscar lo que uno específicamente quiere encontrar, según mi experiencia. Eso me pasó cuando a mi mamá le diagnosticaron Esclerosis Múltiple. Es por esto que me di a la tarea de hacer mi medalla de oro de las Girl Scouts relacionado a ese tema y cáncer para así ayudar a otros.

Vilmarie Ocasio - Ambassador - Tropa 159



- ¿Que es la Esclerosis Múltiple? / Causa
- Síntomas
- Efectos de las lesiones en el cerebro
- Efectos de las lesiones en el cordón espinal
- ¿Qué médicos la atienden y que pruebas se realizan?
- Medicamentos disponibles
- Estilo de Vida
- Links

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

girl scouts gold award

¿Qué es la Esclerosis Múltiple?

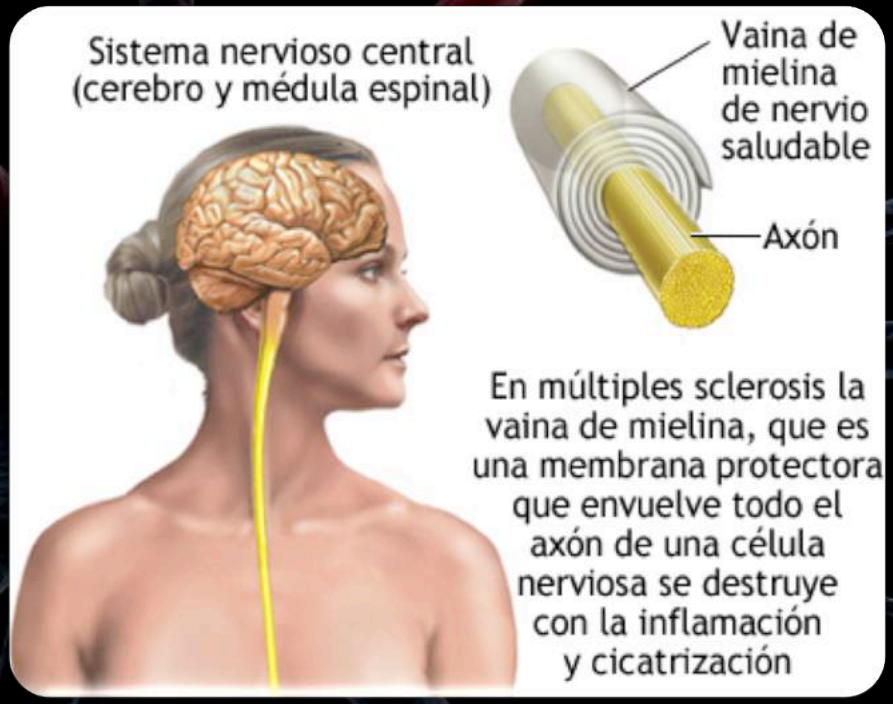
Es una enfermedad autoinmune que afecta el cerebro y la médula espinal (sistema nervioso central).

Causa:

La esclerosis múltiple (EM) afecta más a las mujeres que a los hombres. La condición se diagnostica con mayor frecuencia entre los 20 y 40 años de edad, pero se puede observar a cualquier edad.

La esclerosis múltiple es causada por el daño a la vaina de mielina, la cubierta protectora que rodea las neuronas. Cuando esta cubierta de los nervios se daña, los impulsos nerviosos disminuyen o se detienen.
El daño al nervio es causado por inflamación, la cual ocurre cuando las células inmunitarias del propio cuerpo atacan el sistema nervioso. Esto puede ocurrir a lo largo de cualquier área del cerebro, el nervio óptico o la médula espinal. Esta condición no tiene cura, pero se puede controlar con medicamentos adecuados.

No se sabe exactamente qué causa la EM. El pensamiento más frecuente
es que los culpables de esta enfermedad son un virus o un defecto genético, o ambos. Los factores ambientales también juegan un papel importante como es el calor.



Síntomas

Los síntomas de esta enfermedad varían dependiendo de la localización y magnitud de cada ataque. Los episodios pueden durar días, semanas o meses. Los ataques van seguidos de períodos de reducción o ausencia de los síntomas (remisiones).

La fiebre, los baños calientes, la exposición al sol y el estrés pueden desencadenar o empeorar los ataques.

Es común que la enfermedad reaparezca (recaída). Sin embargo, puede continuar empeorando sin períodos de remisión.

Es recomendable consultar a un neurólogo si experimenta los siguientes síntomas y los tratamientos que le han sido prescritos no alivian los mismos.

Los síntomas de la esclerosis múltiple pueden aparecer en muchas partes del cuerpo

Sistema Muscular:

- Pérdida del equilibrio
- Espasmos Musculares
- Entumecimiento o sensación anormal en cualquier área
- Problemas para mover los brazos y las piernas
- Problemas para caminar
- Problemas con la coordinación y para hacer movimientos pequeños
- Temblor en uno o ambos brazos o piernas
- Debilidad en uno o ambos brazos o piernas
- Espasmos musculares dolorosos
- Sensación de picazón, hormigueo o ardor en brazos y piernas

Los síntomas de la esclerosis múltiple pueden aparecer en muchas partes del cuerpo

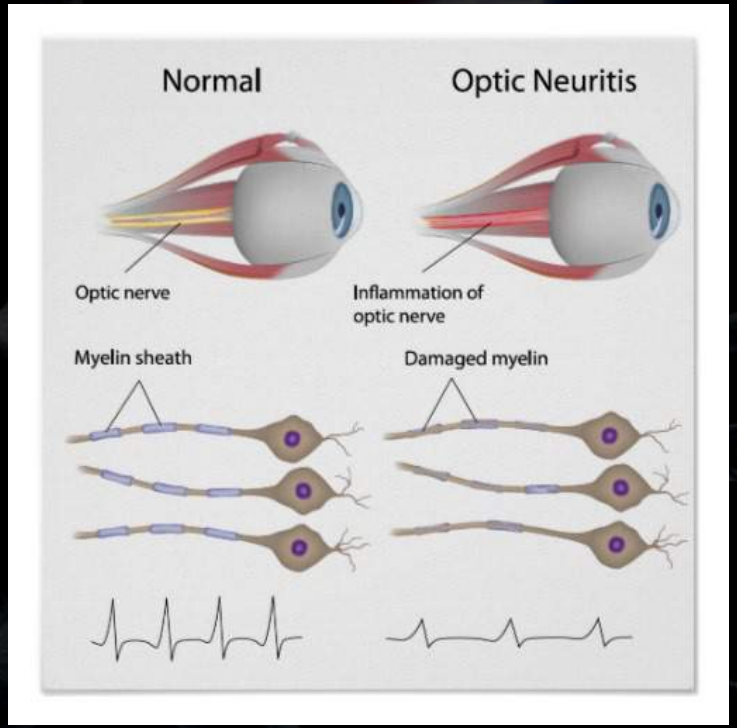
Sistema Intestinal y Urinario:

- Estreñimiento y escape de heces
- Dificultad para comenzar a orinar
- Necesidad frecuente a orinar
- Urgencia intensa de orinar
- Escape de orina (incontinencia)

Síntomas de la esclerosis múltiple

Sistema Visual:

- Visión doble
- Molestia en los ojos
- Movimientos rápidos e incontrolables
- Pérdida de visión (usualmente afecta un ojo a la vez)
- Entumecimiento o dolor facial



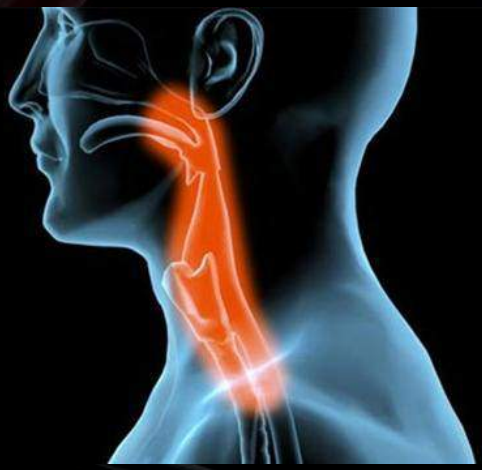
Síntomas de la esclerosis múltiple

Síntomas sexuales:

- Problemas de erección
- Problemas con la lubricación vaginal

Síntomas del habla y de la deglución:

- Lenguaje mal articulado o difícil de entender
- Problemas para masticar o tragar



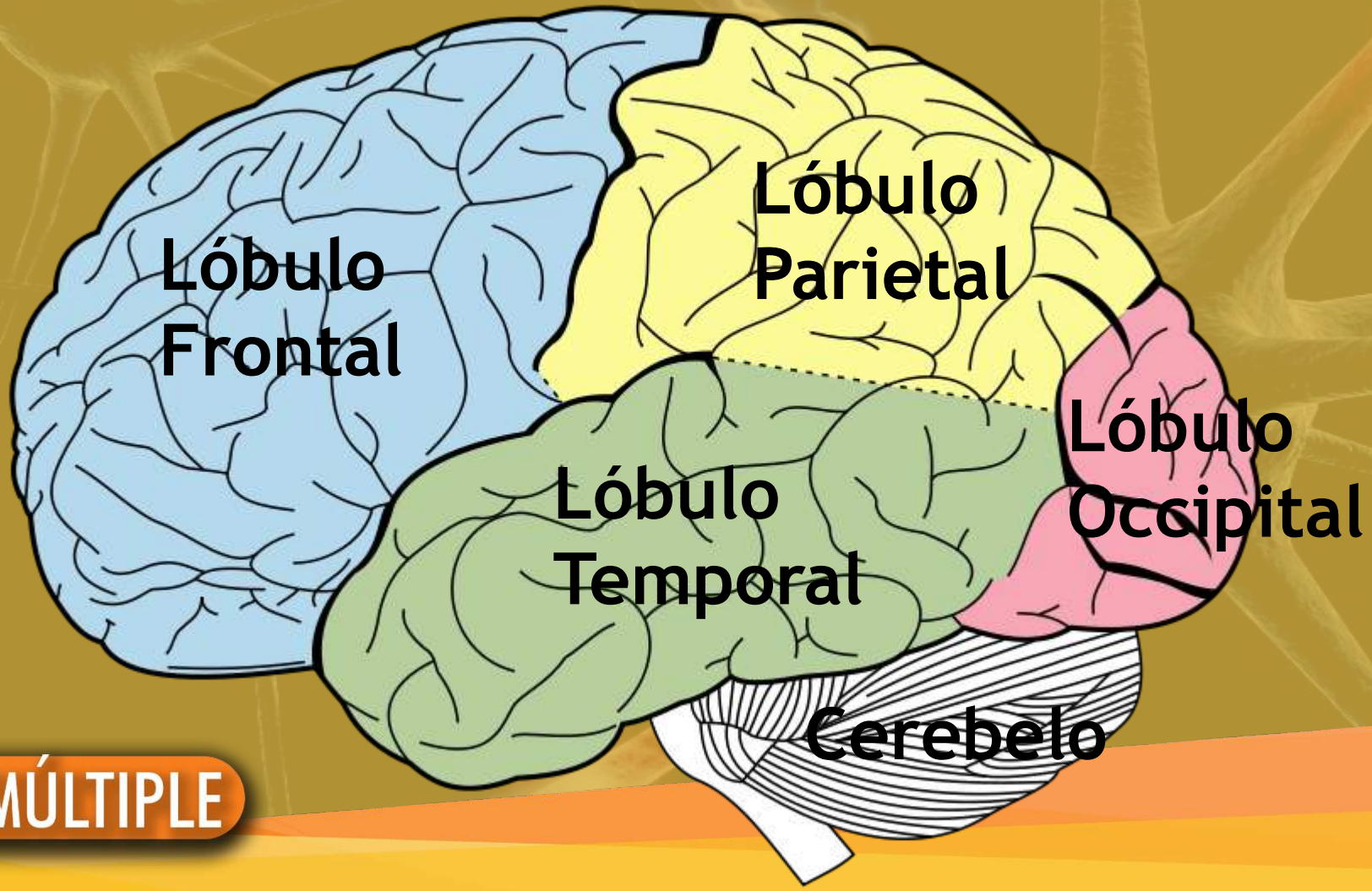
La fatiga es un síntoma común y molestoso a medida que la EM progresa y con frecuencia es peor al final de la tarde.

Síntomas de la esclerosis múltiple

Síntomas cerebrales y neurológicos:

- Disminución del período de atención, de la capacidad de discernir y pérdida de la memoria
- Dificultad para razonar y resolver problemas
- Depresión o sentimientos de tristeza
- Mareos o pérdida del equilibrio
- Hipoacusia (es la incapacidad total o parcial para escuchar sonidos en uno o ambos oídos).

Dependiendo del lugar de la lesión, así serán los signos y síntomas.



girl scouts gold award

El **lóbulo frontal** se encarga de la planificación, organización de movimientos y de los movimientos (fuerza).

Lesiones de Esclerosis Múltiple cerca del lóbulo frontal puede causar debilidad de los brazos, manos, piernas, cara.

El <u>lóbulo parietal</u> tiene una función principal de sensación.

Lesiones de Esclerosis Múltiple en ésta zona puede causar síntomas de adormecimiento, hormigueo y dolor.

El **lóbulo temporal** se encarga de la memoria.

Lesiones de Esclerosis Múltiple en ésta zona pueden causar síntomas del procesamiento de información y memoria afectada.

El **lóbulo occipital** se encarga de la visión y el procesamiento de la información visual.

Daño a este lóbulo por Esclerosis Múltiple puede causar síntomas de pérdida de visión y alucinaciones.

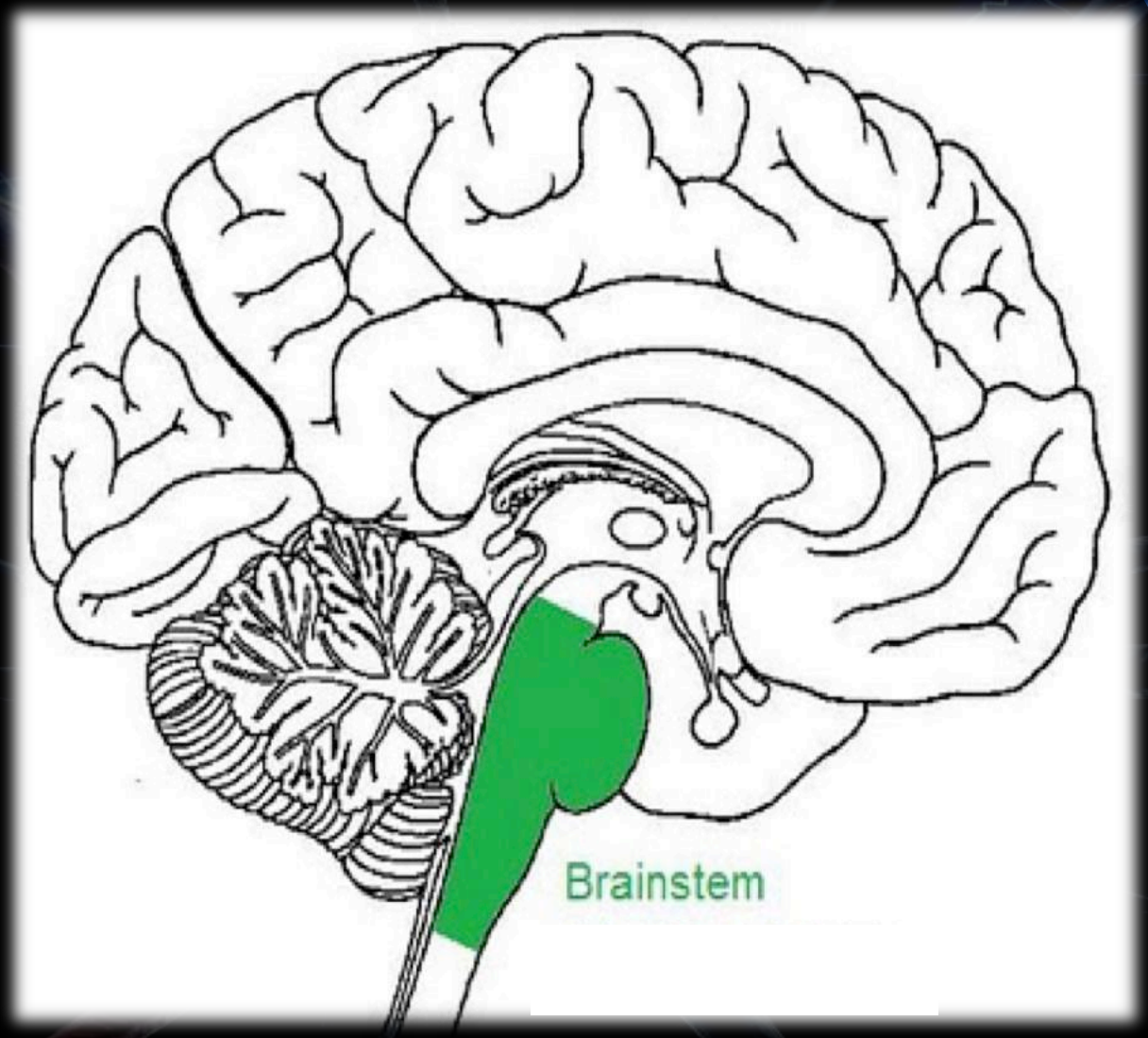
El **cerebelo** se encarga de la coordinación del cuerpo.

Lesiones en ésta zona de Esclerosis Múltiple pueden causar incoordinación, desbalance, temblores y dificultad para hacer tareas de destreza sutil como abotonarse, coser y escribir en teclados.

El **tronco cerebral o tallo cerebral (brainstem en inglés)** es lo que conecta el cerebro con el cordón espinal.

Al ser una estructura compacta pasa gran cantidad de información en un espacio pequeño y por tal razón lesiones de Esclerosis Múltiple en esta área causan muchos síntomas desde debilidad, sensación anormal, problemas de movimiento de ojo, dolor en la cara, debilidad en la cara, visión doble y desbalance.

El tronco cerebral es una de las áreas que más se concentran en evaluar lesiones de esclerosis múltiple por que tiende a ser una zona que causa mucha sintomatología e incapacidad.



El **cordón espinal está dividido en cervical y torácico.**

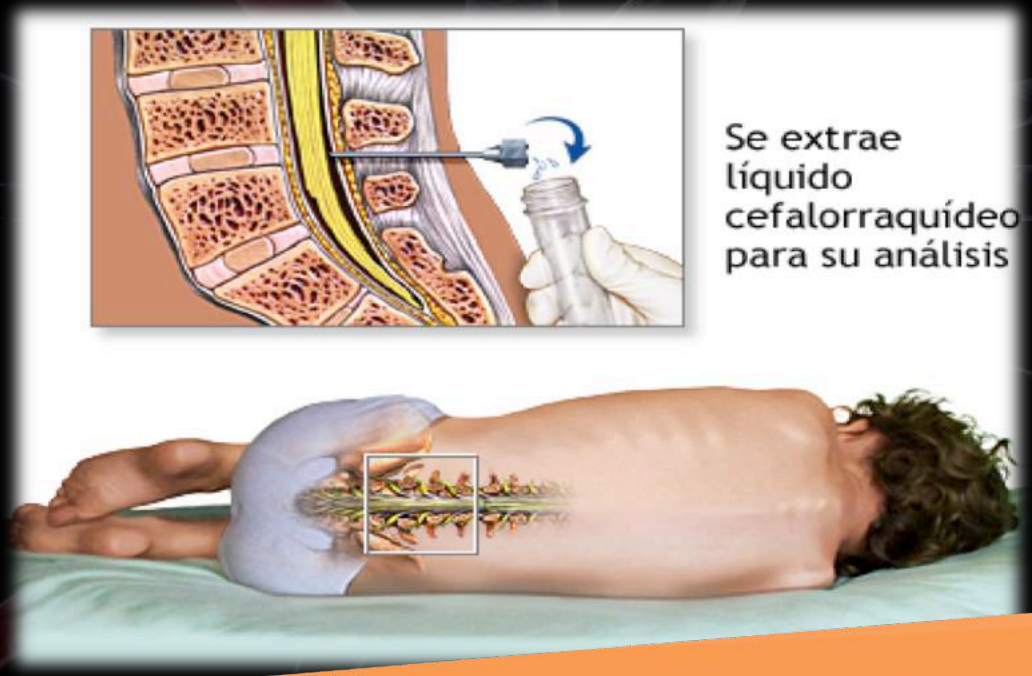
Lesiones cervicales producen síntomas de sensación y fuerza en extremidades superiores e inferiores.

Lesiones torácicas solo causan síntomas de sensación en el tronco, abdomen, debilidad y problemas sensoriales en las piernas. En adición, cualquier lesión en el cordón espinal puede causar problemas sexuales (impotencia), incontinencia (urinaria o fecal) y problemas con la vejiga.

girl scouts gold award

Pruebas que se realizan para detectar la condición

- El neurólogo requerirá pruebas específicas como resonancia magnética (MRI por sus siglas en inglés) y/o punción lumbar para poder diagnosticar la condición de Esclerosis Múltiple. Es importante que siga las recomendaciones médicas.



Medicamentos Modificadores de la Esclerosis Múltiple

- Aubagio (teriflunomide) - Tableta
- Avonex (interferon beta 1a) - Inyección
- Betaseron (interferon beta-1b) - Inyección SC
- Copaxone (glatimer acetate) - Inyección
- Extavia (interferon beta-1b) – Inyección SC
- Fampyra - Tableta
- Gilenya (fingolimod) – Cápsula
- Lemtrada (alemtuzumab) - Infusión
- Novantrone (mitoxantrone) - Inyección
- Plegridy (peginterferon beta-1a) – Inyección SC
- Rebif (interferon beta 1-a) – Inyección SC
- Tecfidera (dimethyl fumarate) - Cápsula
- Tysabri (natalizumab) - Infusión

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

girl scouts gold award

Estilo de Vida

- Bienestar para las Personas Con EM (.pdf)
- https://www.youtube.com/watch?v=NEaDd51pmk4

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

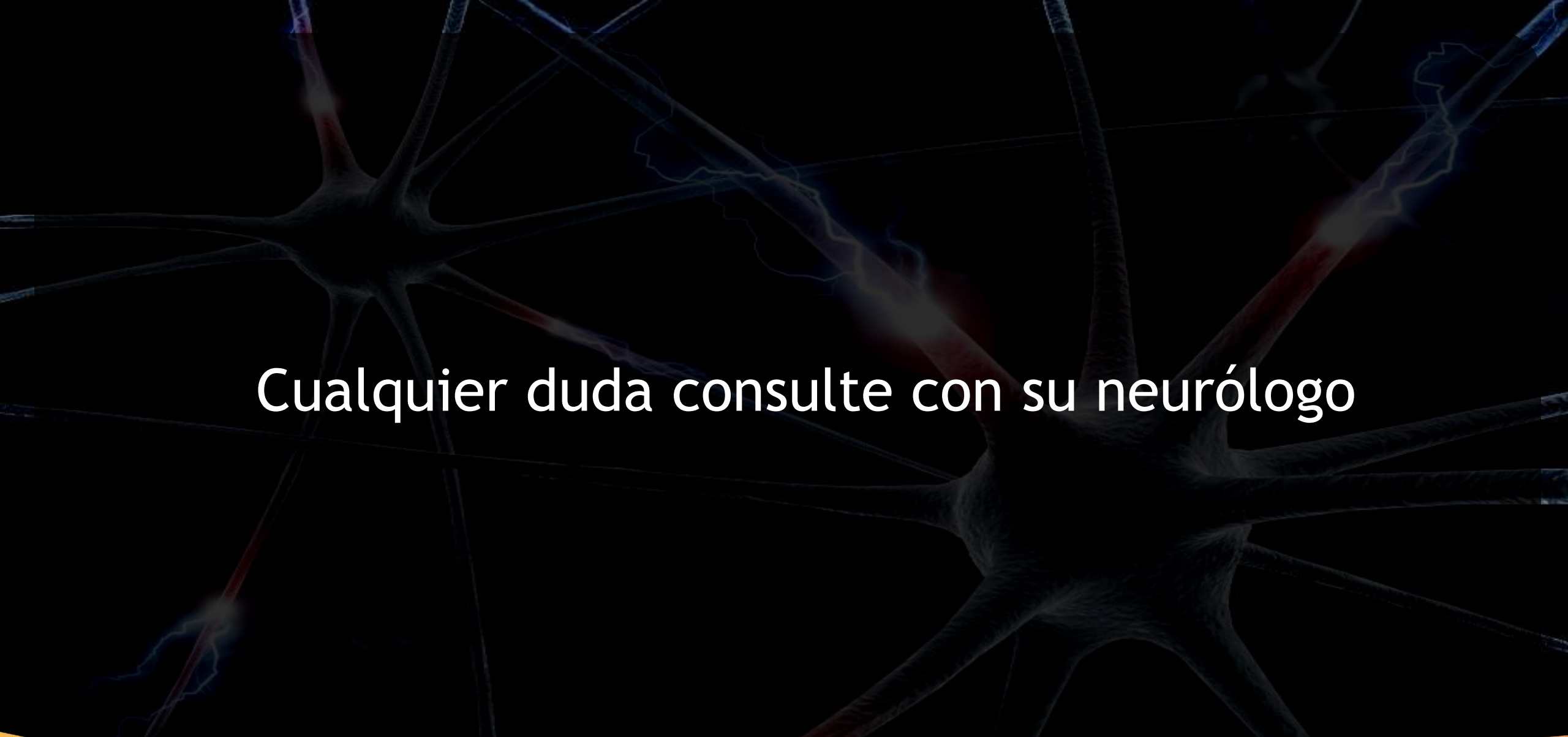
girl scouts
gold award

Links

- http://www.fempr.org/
- National MS Society
- Multiple Sclerosis Foundation
- Caribbean Neurological Center
- http://espanol.ninds.nih.gov/trastornos/esclerosis_multiple.htm

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

girl scouts gold award



Cualquier duda consulte con su neurólogo

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

girl scouts gold award

Usted puede:

- ✓ Hablar con sus familiares de lo que pasa y de los sentimientos que la situación provoca.
- ✓ Tener una actitud positiva de cara a la superación de los síntomas.
- ✓ No rechazar la ayuda de personas cercanas ni de profesionales.
- ✓ Llevar un estilo de vida saludable con una buena nutrición y suficiente descanso y relajación.
- ✓ Establecer prioridades, estrategias para desarrollar una vida social y pensar en situaciones que hagan sentirse mejor.
- ✓ Determinar objetivos y hacer planes de futuro.
- ✓ Evitar la fatiga, el estrés.
- ✓ Evitar que la enfermedad sea el centro de la vida del enfermo y de su familia.
- ✓ Hacer cambios en la casa para prevenir caídas.
- ✓ Aprender técnicas de relajación para superar las situaciones críticas.
- ✓ Acudir a otros profesionales de la salud (psiquiatra, psicólogo, fisioterapeuta, entre otros) que pueda ayudar a superar los trastornos asociados (depresión, pérdida de movilidad, etc.).
- ✓ Identifique grupos de apoyo y organizaciones que brindan información sobre la EM. (Fundación de Esclerosis Múltiple de Puerto Rico: www.fempr.org, National Multiple Sclerosis Society: www.nationalmssociety.org, Multiple Sclerosis Foundation: www.msfocus.org, National Institute of Neurological Disorders and Stroke: www.ninds.nih.gov/disorders/multiple_sclerosis).

Prevención:

La causa de la enfermedad es, por el momento desconocida, por lo que no es posible su prevención. Sin embargo, estudios han mostrado una asociación entre déficit de vitamina D y el riesgo de contraer EM. Consulte a su médico primario y/o a su neurólogo.

Una vez diagnosticada, es recomendable realizar visitas periódicas al neurólogo, él es quién mejor puede aconsejar e informar de los tratamientos a seguir en cada fase de la enfermedad o de las complicaciones.

Referencia:

http://www.dmedicina.com/enfermedades/neurologicas/esclerosis-multiple.html
https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/multiplesclerosis.html

Manatí Medical Center
Calle Hernández Carrión, Urb. Atenas
Manatí, Puerto Rico

Programa Educación a Paciente/ Familia
Enero / 2016

Manatí Medical Center

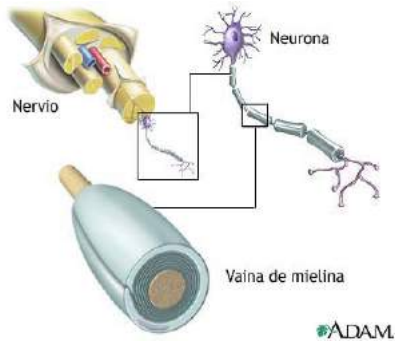
Esclerosis Múltiple

girl scouts of caribe

¿Qué es la Esclerosis Múltiple?

La esclerosis múltiple (EM) es una enfermedad crónica y autoinmune que afecta a la mielina o materia blanca del cerebro y de la médula espinal, provocando la aparición de placas (cicatrices) que impiden el funcionamiento normal de esas fibras nerviosas.

La mielina es una sustancia grasa que rodea y aísla los nervios, actuando como la cobertura de un cable eléctrico y permitiendo que los nervios transmitan sus impulsos rápidamente. La velocidad y eficiencia con que se conducen estos impulsos permiten realizar movimientos suaves, rápidos y coordinados.



La EM produce una anomalía inmunológica que se suele manifestar en problemas de coordinación y equilibrio, debilidad muscular, alteraciones de la vista, dificultades para pensar y memorizar y sensaciones de picazón, pinchazos o entumecimiento, además de otros síntomas.

Causas:

La EM afecta más a las mujeres que a los hombres. Se diagnostica con mayor frecuencia entre los 20 y 40 años de edad, pero se puede observar a cualquier edad. La causa se desconoce, pero se sospecha que un virus o un antígeno desconocido son los responsables de provocar, una anomalía inmunológica. El cuerpo produce anticuerpos contra su propia mielina. Esto provoca lesiones de desmielinación (daño a la capa de mielina de las fibras nerviosas) Esta destrucción puede implicar el mal funcionamiento de órganos o músculos.

Síntomas:

- ✓ Cansancio / Fatiga
- ✓ Visión doble o borrosa
- ✓ Problemas del habla
- ✓ Temblor en las manos
- ✓ Debilidad en las extremidades
- ✓ Pérdida de fuerza o de sensibilidad en alguna parte del cuerpo
- ✓ Vértigo o falta de equilibrio
- ✓ Sensación de hormigueo o entumecimiento
- ✓ Problemas de control urinario o de intestino
- ✓ Dificultad para andar o coordinar movimientos

Tratamiento:

No se conoce cura para la EM hasta el momento, pero existen tratamientos que pueden retrasar el progreso de la enfermedad. El objetivo del tratamiento es controlar los síntomas y ayudar a mantener una calidad de vida normal.

Los medicamentos con frecuencia se toman durante un tiempo prolongado y pueden abarcar:

- Medicamentos modificadores de la esclerosis Múltiple
- Esteroides para disminuir la gravedad de los ataques.
- Medicamentos para controlar los síntomas.