



## Un mal que ataca el sistema nervioso

**La esclerosis múltiple afecta el cerebro y la médula espinal. No tiene cura pero se puede controlar.**

Al estudiar a una mujer que sufría temblores, movía anormalmente los ojos y tenía visión borrosa, el profesor de neurología de la Universidad de París, Jean- Martín Charcot, en 1868, concluyó que esos síntomas eran producto de unas cicatrices que aparecían en el cerebro y no se curaban; por el contrario, aumentaban.

Esclerosis Múltiple (EM), así llamó a este mal que, hasta entonces, era interpretado desde los rumores, la superstición y la brujería. **Hoy se sabe que es una enfermedad neurológica crónica de causa autoinmune, su prevalencia es variable y se cree que cambia en relación con el paralelo terrestre.** De hecho, la máxima incidencia se da en el hemisferio norte y la mínima a nivel del Ecuador. Se estima que, cerca de 3 millones de personas la padecen en el mundo y en Colombia su prevalencia es de 4,5 afectados por cada 100 mil habitantes.

### ¿Qué es la EM?

Es una enfermedad autoinmune (en la que el cuerpo ataca al mismo cuerpo) que afecta al sistema nervioso central (cerebro y médula espinal). Afecta la cubierta protectora que rodea las neuronas (vaina de mielina). Cuando esto ocurre los impulsos nerviosos disminuyen o se detienen.

### ¿A quiénes afecta?

Las mujeres la padecen más que los hombres y es más frecuente entre los 20 y 40 años de edad, pero puede dar a cualquier edad.

### ¿Qué es lo que pasa?

En realidad lo que hay es un ataque de las defensas del cuerpo al sistema nervioso, que produce una inflamación que deja una cicatriz. Ocurre en cualquier área del cerebro, del nervio óptico o de la médula espinal.



### **¿Pero hay una causa?**

Hoy no se sabe qué la causa. Las hipótesis más arraigadas dicen que puede ser por un virus, un defecto genético o factores ambientales. La herencia puede influir un poco.

### **¿Cuáles son los síntomas?**

Los síntomas dependen del área del cerebro comprometida y se manifiestan de muchas maneras. Puede ser motores como parálisis o pérdida parcial del movimiento, temblores, convulsiones o movimientos anormales; sensitivos como adormecimientos, pérdida de la sensibilidad, hormigueos o dolor; visuales, auditivos, intestinales, alteraciones del lenguaje, vértigo, alteraciones en la orina o sexuales.

### **¿Cómo son los episodios?**

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 empeorar hasta comprometer la vida de las personas.

### **¿Cómo se diagnostica?**

Con un examen hecho por un neurólogo, y se complementa con imágenes con resonancias, análisis del líquido cefalorraquídeo, potenciales evocados, pruebas inmunológicas específicas.

### **¿Cuál es el tratamiento?**

Hasta el momento no hay un tratamiento para curar, existen fármacos y terapia que retardan el progreso de la enfermedad. El objetivo es controlar los síntomas y ayudar a mantener una calidad de vida normal. Hay moduladores inmunológicos, terapias biológicas y, por supuesto, manejo de los síntomas y rehabilitación integral que mejoran el curso de la enfermedad y la calidad de vida.



**¿Qué viene en este tema?**

Hoy se investigan y prueban medicamentos llamados biológicos (octelizumab y fantumumab) y un anticuerpo monoclonal (BIIB033), que se presentan como buenas alternativas.

**¿Cómo es su pronóstico?**

El desenlace clínico es variable y difícil de predecir. Aunque el trastorno es crónico e incurable, la expectativa de vida puede ser normal o casi normal. Las personas con esclerosis múltiple son activas y se desempeñan en el trabajo con poca discapacidad.

**¿Dónde buscar apoyo?**

Vivir con esclerosis múltiple puede ser un desafío. El estrés causado por el desarrollo de la enfermedad se puede aliviar uniéndose a un grupo de apoyo para aprender a enfrentar esta enfermedad. El hecho de compartir con otras personas que tengan experiencias y problemas en común, hace que los pacientes se sientan menos solos.

**Si está afectado, esto puede ayudarle**

Dieta: esta debe ser balanceada, con poca grasa y poca harina sin bebidas gaseosas.

No se debe fumar, pues el cigarrillo eleva el riesgo de recaídas en la enfermedad.

Aléjese del alcohol. La ingesta de trago favorece la progresión de la enfermedad.

Descanse. La fatiga empeora los síntomas. Haga pausas activas durante el día.

Evite la exposición al calor, pues esto podría exacerbar los síntomas en la mayoría de los pacientes.

Muévase. El ejercicio en casa es favorable; los aeróbicos y los estiramientos no deben faltar.



**Universidad del Valle**

Facultad de Salud - Grupo de Comunicaciones



# Sala de Prensa

La mayoría de pacientes presentan dolor al finalizar el día; por eso se recomiendan los masajes con hielo en las zonas de dolor.

Cuidado con el baño caliente y las aguas termales, pues pueden aumentar los síntomas.

Hay que mantenerse activos. Eso disminuye la progresión.

Cuide su piel. El uso de bloqueadores solares y cremas humectantes es una necesidad en las personas con EM.

GUSTAVO HERNANDO CASTRO G.

Para EL TIEMPO\*

Médico neurólogo vascular-epilepsia sueño y neuroinmunología (esclerosis). Asociación Colombiana de Neurología.

Diario EL TIEMPO, 24 de Agosto de 2016. Página 6