Sociedad
Nacional de
Esclerosis Múltiple

Programa Aprendiendo sobre la Esclerosis Múltiple en la Internet.
www.nationalmssociety.org/espanol
Comprendiendo las exacerbaciones: Las seudo exacerbaciones
Transcripción en español del programa: MS Learn Online: *Getting a Grip on Exacerbations: Pseudo exacerbations* (junio 2005)

Rick Turner: Bienvenidos y gracias por acompañarnos en este programa de la Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple Aprendiendo sobre la Esclerosis Múltiple en la Internet. Yo soy, Rick Turner, su anfitrión y corresponsal médico.

Un aumento de los síntomas en la Esclerosis Múltiple (EM) puede ser preocupante, pero no significa necesariamente que se trate de exacerbación verdadera. Hoy en nuestra primera transmisión de la serie "Comprendiendo las exacerbaciones" discutiremos las seudo exacerbaciones, cuáles son, sus causas, y qué se puede hacer cuando ocurren Para ayudarnos a entender este tema, se encuentra con nosotros el Dr. Leal Stone. Dr. Leal Stone trabaja en el Centro Mellon en la Fundación Clínica Cleveland en Cleveland, Ohio.

Bienvenido al programa, Dr. Stone

Dr. Stone: Gracias.

Rick Turner: Empecemos con los fundamentos. ¿Qué son las seudo exacerbaciones?

Dr. Stone: Cuando hablamos de las seudo exacerbaciones nos referimos a los episodios de empeoramiento que duran menos de 24 horas, y son probablemente un aumento de los síntomas que ya se tenían; pueden ser una reaparición de ellos, pero realmente no son indicio de empeoramiento.

Rick Turner: ¿Sabemos qué las provoca, Dr. Stone?

Dr. Stone: Bueno, no está completamente claro. Sabemos que el sistema nervioso central no trabaja muy bien bajo presión fisiológica o psicológica. Es decir, si la persona se recalienta demasiado o si está en una situación difícil se le pueden empeorar los síntomas. Tal vez puedo dar dos ejemplos para hacerle un poco más

claro.

Hay un tipo de episodio muy común en la esclerosis múltiple llamada neuritis óptica. Esto envuelve inflamación del nervio óptico y típicamente se presenta con la pérdida de visión en un ojo, como un obscurecimiento de la visión, y puede o no, estar acompañado de dolor. Frecuentemente el dolor cede; típicamente la visión vuelve y generalmente hay buena recuperación. Sin embargo, en algunos individuos, particularmente poco después de que se hayan recuperado, los síntomas pueden regresar temporalmente; es decir, disminución temporal de la visión bajo ciertas circunstancias. Una de mis historias favoritas es esa de una paciente que tenía una relación muy estrecha con su hermana pero ella se dio cuenta que cuando hablaba por teléfono con su hermana se estresaba. Ella había tenido un episodio de neuritis óptica un par de años atrás y notó que si hablaba con su hermana por más de 30 a 45 minutos, la visión en el ojo afectado por la neuritis óptica se ponía borrosa y ella sabía que era tiempo parar la conversación. Ella terminaba la conversación. Ella se sentía mejor. Su visión regresaba, y eso, pienso, es un ejemplo relativamente bueno de una seudo exacerbación. El regreso temporal de síntomas anteriores, pero no daño adicional o permanente.

Rick Turner: ¿Y en este ejemplo usted mencionó el estrés; eso es común?

Dr. Stone: Eso es común así como recalentarse excesivamente. Mi segundo ejemplo de cuando uno se recalienta. Hace un par de años atrás, yo tenía un paciente muy activo, que era un jugador de tenis. Él era un individuo joven, sano y tuvo un episodio de EM en que presentó la visión doble; es decir, en vez de una sola pelota de tenis, él vería dos o el doble de pelotas de tenis. Ese episodio se resolvió y la exacerbación se resolvió; pero él encontró que cuando jugaba tres juegos de tenis, no uno o dos, pero tres juegos de tenis, la visión doble reaparecía. Entonces cuando terminaba su partido, se sentaba en la sombra, bebía líquidos, y se sentía mucho mejor. Por supuesto su visión doble desaparecería. Así pues, otra vez, está no era una exacerbación verdadera, y él probablemente no se hacía daño permanente al jugar esos tres juegos de tenis, pero le recomendé que probablemente debería tomar períodos de descanso durante el juego para evitar recalentarse. Quizás el regreso de la visión doble era un síntoma que tal vez se estaba esforzando demasiado.

Rick Turner: Dr. Stone, si los síntomas de una seudo exacerbación son similares a los síntomas de una exacerbación verdadera, ¿cómo sabe usted al inicio si es, como diríamos, una exacerbación verdadera?

Dr. Stone: Eso es siempre preocupante para los pacientes porque ésta es una enfermedad tan imprevisible. Hay los individuos que, después de que estos episodios

han sucedido un par de veces donde tienen visión borrosa y han estado hablando en una situación agotadora, entenderán que esto no es una exacerbación verdadera; pero generalmente miramos a la duración que estos tienen porque a todos nos suceden cosas extrañas que no podemos explicar absolutamente; pero si duran de 24 a 48 horas entonces es ciertamente potencialmente una exacerbación verdadera. Y si este cambio en los síntomas no es acompañado por fiebre u otras señales de enfermedad porque a veces cuando la gente se enferma con, por ejemplo, la gripe u otra infección tendrán fiebre, un aumento en su temperatura, y también eso hará a sus síntomas reaparecer un poco más. Tuve hoy un individuo en la oficina quién estaba en una situación estresante y los síntomas en su mano regresaron por algunas horas, pero después de recuperaba el nivel normal del funcionamiento en su mano.

Rick Turner: Me imagino que si usted tiene un número de éstos episodios usted aprende a reconocerlos y cómo van a transcurrir.

Dr. Stone: Sí, y yo trato de explicarles a mis pacientes que son como un golpecito en el hombro diciendo que quizás necesitan manejar en forma diferente cualquier situación que está provocando el aumento en los síntomas.

Rick Turner: ¿Lo cual significa tratar de evitarlos y estar alerta a las situaciones que los provocan, correcto?

Dr. Stone: Exactamente, tengo algunos pacientes que me dicen que cuando hacen ejercicios se sienten adormecidos y con una sensación de hormigueo, y yo digo, "bueno, cuánto ejercicio le causa adormecimiento y la sensación de hormigueo," y si dicen 45 minutos, entonces yo digo “por qué usted no intenta 30 minutos." En un sentido, se está familiarizando con cuáles son sus propios síntomas y tomando el control de la situación.

Rick Turner: ¿Hay más daño a la mielina durante una seudo exacerbación, Dr. Stone? ¿Sabemos eso?

Dr. Stone: No estamos seguros de esto, y esa era la pregunta del jugador del tenis; ¿se hacía daños si continuaba jugando hasta ese punto? Probablemente no, pero no es algo que recomendaríamos particularmente, y como mencioné en su caso particular, yo pensé que sería prudente reducir la actividad un poco.

Rick Turner: ¿Es muy común que las personas con EM tengan seudo exacerbaciones?

Dr. Stone: Diría que es extremadamente común al punto que mucha gente no lo menciona a sus médicos o profesionales en la salud.

Rick Turner: ¿Por qué?

Dr. Stone: Pienso que los pacientes a veces tienen temor de parecer tontos y a veces no mencionan una variedad de cosas. También no desean ser percibidos como quejosos y no es un síntoma del cual hablamos generalmente. Se les dice a los pacientes que pueden exhibir un aumento en los síntomas cuando se recalientan, así que algunos pacientes no preguntan realmente porque piensan que es un problema del recalentamiento.

Rick Turner: ¿Así es que durante una seudo exacerbación, debería una persona con EM llamar a su doctor?

Dr. Stone: Pienso que realmente no hay necesidad de hacer nada más que anotar los síntomas y tratar de pensar si hubo algo que pudieran haberla causado.

Rick Turner: Ok, y mi próxima pregunta es, ¿qué pueden hacer para ayudarse a sí mismos durante esto periodo, que se produce la seudo exacerbación?

Dr. Stone: Pienso que en el caso de las seudo exacerbaciones que son causadas por recalentamiento, sería simplemente intentar ir a un lugar más fresco, intentar beber los líquidos, suspender cualquier actividad que la esté causando. En el caso de una seudo exacerbación relacionada al estrés, sería que intentara más, como dicen, de tomar algunas respiraciones profundas y reconocer que probablemente las cosas no son solamente, que no hay ninguna necesidad de intensificar la situación.

Rick Turner: En resumen, Dr. Stone, ¿qué consejo le daría usted a alguien que tiene seudo exacerbaciones regularmente; qué deben hacer ellos?

Dr. Stone: Pienso que la cosa más importante sería aprender a reconocer los estímulos y hacer lo que puedan para no ponerse en este tipo de situación. Ahora, francamente, si es una fiebre baja relacionada con un catarro, ellos no van a poder evitar todos los catarros. Pero si es una situación donde hay algo que pueden hacer para cambiar su propio comportamiento o sus propias circunstancias, entonces ciertamente esas medidas deben ser tomadas.

Rick Turner: Ciertamente ahora comprendemos mejor las seudo exacerbaciones. Dr. Leal Stone, muchas gracias.

Dr. Stone: Gracias.

Rick Turner: La Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple se enorgullece en ser una fuente de información acerca de la esclerosis múltiple. Nuestros comentarios se basan en consejos profesionales, experiencia publicada y opiniones de expertos, pero no representan ninguna recomendación o receta terapéutica individual. Para obtener información y consejos específicos, consulte a un médico. Si tiene alguna pregunta que no se haya abordado, sírvase enviarnos un mensaje por correo electrónico a mslearnonline@nmss.org. Si desea información adicional acerca de la esclerosis múltiple, puede señalar en el enlace de recursos en su pantalla o llamar al capítulo más cercano de la Sociedad para obtener una respuesta a sus preguntas. Para comunicarse con el capítulo de la Sociedad llame al 1-800-344-4867. También le recomendamos que visite el sitio Web de la Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple donde encontrará más información acerca del tema de hoy y un menú de las otras transmisiones disponibles a través del Internet en las que podrá participar.
El financiamiento para esta serie fué proporcionado por Biogen Idec

En nombre de la Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple, Rick Turner les desea salud y felicidad.

Esta traducción fue proporcionada por "Go Global Translations, Inc." bajo contrato con la Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple.

Editada por: María A Reyes-Velarde, MD, MPH, Manager, Programas para las poblaciones desatendidas, Departamento de Investigación y Programa Clínicos, Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple.