

Bilingual Information about Multiple Sclerosis

Información bilingüe sobre la esclerosis múltiple



MS[®]

National
Multiple Sclerosis
Society

Front cover: Brooke, diagnosed in 2009

Portada: Brooke, diagnosticado en 2009

Bilingual Information about Multiple Sclerosis

Members of the National Hispanic/Latino Advisory Council of the National Multiple Sclerosis Society approved the Spanish translation of this document.

Información bilingüe sobre la esclerosis múltiple

El contenido en español de este documento fue aprobado por el Consejo Nacional de Asesoría Hispana/Latina de la Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple.

1. What is multiple sclerosis?

Multiple sclerosis (MS) is thought to be an immune-mediated disease that affects your central nervous system (CNS). The CNS consists of your brain, spinal cord and optic nerves.

2. What does MS do?

In MS, your immune system causes inflammation that damages a fatty tissue called myelin. Myelin surrounds and protects the nerve fibers of your CNS and helps conduct electrical impulses. The damaged myelin develops scar tissue (sclerosis). Often the nerve fiber is also damaged. When any part of the myelin sheath or nerve fiber is damaged nerve impulses traveling to and from your brain are distorted or interrupted.

3. Who gets MS?

MS is more common in areas farthest from the equator, but prevalence rates may differ significantly among groups living in the same geographic area. There has been an increase in the number of people throughout Latin America who have MS, whereas previously it was thought that MS was uncommon in the Hispanic/Latinx population. MS incidence rates in Latin America and in Hispanics/Latinx in the United States are still less than in the Caucasian and African American populations.

Most people with MS are diagnosed between the ages of 20 and 50, and about two thirds are women. MS may also be seen in very young children and older adults. Studies indicate that genetic factors make certain individuals susceptible to the disease, but there is no evidence that MS is directly inherited.

1. Qué es la esclerosis múltiple?

Se cree que la esclerosis múltiple es una enfermedad mediada por el sistema inmunitario que afecta el sistema nervioso central. El sistema nervioso central consta del cerebro, la médula espinal y los nervios ópticos.

2. ¿Qué efectos tiene la esclerosis múltiple?

En la esclerosis múltiple el sistema inmunitario causa inflamación que daña un tejido graso llamado mielina. La mielina rodea y protege las fibras ópticas del sistema nervioso central y contribuye a la conducción de impulsos eléctricos. La mielina afectada forma cicatrices (esclerosis). Las fibras nerviosas también se dañan con frecuencia. Cuando se daña cualquier parte del recubrimiento de mielina o fibras nerviosas, los impulsos nerviosos que van y vienen del cerebro se distorsionan o interrumpen.

3. ¿A quiénes les da esclerosis múltiple?

La esclerosis múltiple es mucho más común en las regiones más alejadas del ecuador, pero el índice de prevalencia puede variar considerablemente entre grupos que viven en la misma zona geográfica. Antes se pensaba que la esclerosis múltiple era poco común en la población hispana/latina pero el número de personas en Latinoamérica con esclerosis múltiple ha aumentado. De todos modos, el índice de prevalencia en Latinoamérica y entre hispanos/latinos en Estados Unidos sigue siendo inferior al de los caucásicos y afroamericanos.

En la mayoría de los casos, el diagnóstico de esclerosis múltiple se hace en personas de 20 a 50 años, y aproximadamente dos tercios de ellas son mujeres. La esclerosis múltiple también se puede presentar en niños muy pequeños y adultos mayores. Los estudios indican que ciertas personas son susceptibles a la enfermedad debido a factores genéticos, pero no hay pruebas de que la esclerosis múltiple se herede directamente.

4. What are the symptoms of MS?

Since demyelination can occur throughout your CNS, a wide range of symptoms may result, including:

- Unusual fatigue
- Blurred or double vision
- Walking problems caused by spasticity (stiffness, spasms), weakness, dizziness or imbalance
- Sensory problems like numbness, tingling and pain
- Problems with bladder and bowel control
- Changes in sexual function
- Depression and other emotional changes
- Problems with memory, attention and other cognitive functions
- Problems with speech or swallowing
- Tremor

Symptoms vary from person to person and intensity can vary from day to day in the same person. You could experience none, one or many symptoms on a day-to-day basis. Visit [nationalmssociety.org/symptoms](https://www.nationalmssociety.org/symptoms) for more information on managing your MS symptoms.

4. ¿Cuáles son los síntomas de la esclerosis múltiple?

Ya que la desmielinización puede ocurrir por todo el sistema nervioso central, se pueden producir síntomas muy variados, entre ellos:

- Fatiga inusual
- Visión borrosa o doble
- Problemas al caminar causados por espasticidad (rigidez, espasmos), debilidad, mareos o inestabilidad
- Problemas sensoriales como entumecimiento, cosquilleo y dolor
- Problemas para controlar la vejiga y los intestinos
- Cambios en la función sexual
- Depresión u otros cambios emocionales
- Problemas de memoria, atención y otras funciones cognitivas
- Problemas del habla o para tragar
- Temblores

Los síntomas varían de una persona a otra, y la intensidad puede variar de un día a otro en la misma persona. En un día dado, es posible que no tenga ningún síntoma, tenga uno o muchos. Visite [nationalmssociety.org/symptoms](https://www.nationalmssociety.org/symptoms) para más información sobre el control de los síntomas de la esclerosis múltiple.

5. How is MS diagnosed?

MS is not always easy to diagnose because your symptoms may come and go. In addition, other diseases of the CNS have some of the same symptoms. Because there is no single test that can be used to confirm you have MS, the process of diagnosis typically involves:

- Reviewing your medical history to look for evidence of past neurological signs and symptoms.
- A thorough neurological exam.

Laboratory tests can help to confirm the diagnosis by ruling out other conditions and may include:

- An **MRI (magnetic resonance imaging)** scan of your CNS.
- **Blood tests** to rule out other illnesses that resemble MS.
- A **lumbar puncture** (spinal tap) to look at your cerebrospinal fluid (surrounds your brain and spinal cord).

5. ¿Cómo se diagnostica la esclerosis múltiple?

El diagnóstico de la esclerosis múltiple no siempre es fácil porque los síntomas van y vienen. Además, otras enfermedades del sistema nervioso central presentan síntomas similares. Ya que no hay una sola prueba que se puede usar para confirmar que alguien tiene esclerosis múltiple, el proceso de diagnóstico usualmente requiere:

- Revisar su historia médica en busca de pruebas de indicios y síntomas neurológicos pasados.
- Un minucioso examen neurológico.

Ciertas pruebas de laboratorio pueden ayudar a confirmar el diagnóstico al descartar otros trastornos. Estas pueden incluir:

- Una **imagen de resonancia magnética** del sistema nervioso central.
- **Análisis de sangre** para descartar otras enfermedades parecidas a la esclerosis múltiple.
- Una **punción lumbar** para examinar el líquido cefalorraquídeo (que rodea el cerebro y la médula espinal).

Your physician can make a definite MS diagnosis only if the following criteria are met:

- There is evidence of damage in at least two separate areas of your CNS.
- There is evidence that the damage occurred at different points in time.
- All other possible diagnoses are ruled out.

6. What are the types of MS?

Four disease courses have been identified in MS:

- **Clinically Isolated Syndrome (CIS)** is a first episode of neurologic symptoms that is characteristic of MS but does not yet meet the diagnostic criteria of MS. People who experience CIS may or may not go on to develop MS.
- **Relapsing-remitting MS** is characterized by clearly defined relapses (exacerbations) that last from days to weeks and then subside, with full or partial recovery and no disease progression between relapses. Approximately 85% of people begin with this disease course.
- **Secondary-progressive MS** begins initially with a relapsing-remitting course that later evolves into a more consistently progressive course, with or without relapses.
- **Primary-progressive MS** is characterized by a gradual but steady progression of disability from the onset, without early relapses or remissions.

Su médico puede hacer un diagnóstico definitivo de esclerosis múltiple solo si se cumplen estos criterios:

- Hay evidencia de daño en por lo menos dos zonas separadas del sistema nervioso central.
- Hay evidencia de que ha ocurrido daño en diferentes momentos.
- Se han descartado todos los demás diagnósticos posibles.

6. ¿Qué tipos de esclerosis múltiple hay?

Se han identificado cuatro fases de esclerosis múltiple:

- **Síndrome desmielinizante aislado** es el primer episodio de síntomas neurológicos que son característicos de la esclerosis múltiple pero que aún no reúnen los criterios de diagnóstico de esclerosis múltiple. Las personas con síndrome desmielinizante aislado pueden o no tener esclerosis múltiple posteriormente.
- **Esclerosis múltiple con recaídas y remisiones** se caracteriza por recaídas claramente definidas (exacerbaciones) que duran varios días o semanas y luego disminuyen, con una recuperación total o parcial y sin un avance de la enfermedad entre ataques. Aproximadamente 85 por ciento de las personas empiezan en esta fase de la enfermedad.
- **Esclerosis múltiple secundaria progresiva** empieza con una fase de recaídas y remisiones que luego evoluciona a una fase progresiva más sistemática, con o sin recaídas.
- **Esclerosis múltiple primaria progresiva** se caracteriza por un avance gradual pero continuo de discapacidad desde el principio, sin recaídas o remisiones iniciales.

7. How is MS treated?

While there is no known cure for MS, there are medications called disease modifying therapies (DMTs) that help reduce relapses and prevent progression of the disease. Visit [nationalmssociety.org/medications](https://www.nationalmssociety.org/medications) for more detail on medication options.

Research is also teaching us that lifestyle choices can be beneficial in managing MS. Combining a disease modifying medication with a healthy lifestyle is the optimal management strategy for MS. Additionally, many symptoms of MS can be effectively managed using medication and non-medication strategies.

Developing a comprehensive care team of healthcare providers — a neurologist, physical therapist, counselor or other professionals — to treat your MS is also important.

Early and ongoing disease and symptom management is vital and should be discussed with your healthcare team.

For additional information on MS, connect to an MS Navigator® at 1-800-344-4867 or contactus@nmss.org.

7. ¿Cuál es el tratamiento para la esclerosis múltiple?

Si bien la esclerosis múltiple no tiene una cura conocida, hay medicamentos llamados tratamientos modificadores de la enfermedad que pueden ayudar a reducir las recaídas y evitar el avance de la enfermedad. Visite [nationalmssociety.org/medications](https://www.nationalmssociety.org/medications) si desea más detalles sobre las opciones de medicamentos.

Gracias a la investigación ahora también sabemos que ciertas opciones de estilo de vida pueden ser beneficiosas para controlar la esclerosis múltiple. La estrategia óptima para el control de la esclerosis múltiple es una combinación de medicamentos modificadores y un estilo de vida saludable. Además, se pueden controlar eficazmente muchos síntomas de la esclerosis múltiple con diversas estrategias, con o sin medicamentos.

También es importante formar un equipo integral de profesionales de salud para el tratamiento de la esclerosis múltiple: un neurólogo, fisioterapeuta, consejero u otros profesionales.

El control temprano y continuo de la enfermedad y sus síntomas es vital, y debe hablar de ello con su equipo de profesionales médicos.

Para información adicional sobre la esclerosis múltiple, comuníquese con un Navegante de Esclerosis Múltiple® al 1-800-344-4867 o contactus@nmss.org.

The Society mobilizes people and resources so that everyone affected by multiple sclerosis can live their best lives as we stop MS in its tracks, restore what has been lost and end MS forever. Last year, the Society invested \$60 million in MS research with more than 340 active projects around the world. Through its comprehensive nationwide network of services, the Society is focused on helping those affected by MS connect to the people, information and resources needed to live their best lives. We are united in our collective power to do something about MS now and end this disease forever. Learn more at **nationalMSSociety.org**.

La Sociedad moviliza a personas y recursos para que todos aquellos afectados por la esclerosis múltiple puedan llevar la mejor vida posible mientras detenemos la esclerosis múltiple, restauramos lo que se ha perdido y acabamos con la esclerosis múltiple para siempre. El año pasado, la Sociedad invirtió \$60 millones en la investigación de la esclerosis múltiple con más de 340 proyectos activos en todo el mundo. Por medio de su red nacional de servicios integrales, la Sociedad se dedica a ayudar a las personas afectadas por la esclerosis múltiple a conectarse con personas, información y recursos necesarios para llevar la mejor vida posible. Unimos nuestro poder colectivo para enfrentar la esclerosis múltiple ahora y acabar con la enfermedad para siempre. Más información en **nationalMSSociety.org**.



**Sociedad
Nacional de
Esclerosis Múltiple**

nationalMSsociety.org

**For Information | Para más información llame al:
1-800-344-4867**