

La Esclerosis Múltiple (EM), es una enfermedad del

SISTEMA NERVIOSO CENTRAL

que afecta a

2,3 MILLONES

de personas en el mundo, siendo la principal causa de discapacidad neurológica no traumática en

PACIENTES JÓVENES¹



Los síntomas más frecuentes son:

FATIGA
DIFICULTAD AL CAMINAR
ENTUMECIMIENTO
U HORMIGUEO
DEBILIDAD
ALTERACIONES DE LA VISTA
MAREO & VERTIGO
PROBLEMAS DE VEJIGA & INTESTINALES
ALTERACIONES COGNITIVAS & EMOCIONALES²



Actualmente no existe cura para la EM, no obstante, un tratamiento precoz puede

REDUCIR SIGNIFICATIVAMENTE LA ACTIVIDAD DE LA ENFERMEDAD

y la acumulación de la discapacidad, permitiendo al paciente vivir de manera más independiente³



Conocer la

AMPLIA GAMA DE TERAPIAS MODIFICADORAS DE LA ENFERMEDAD,

permite que sean valoradas por el paciente y su médico y de esta forma poder alcanzar un acuerdo conjunto para

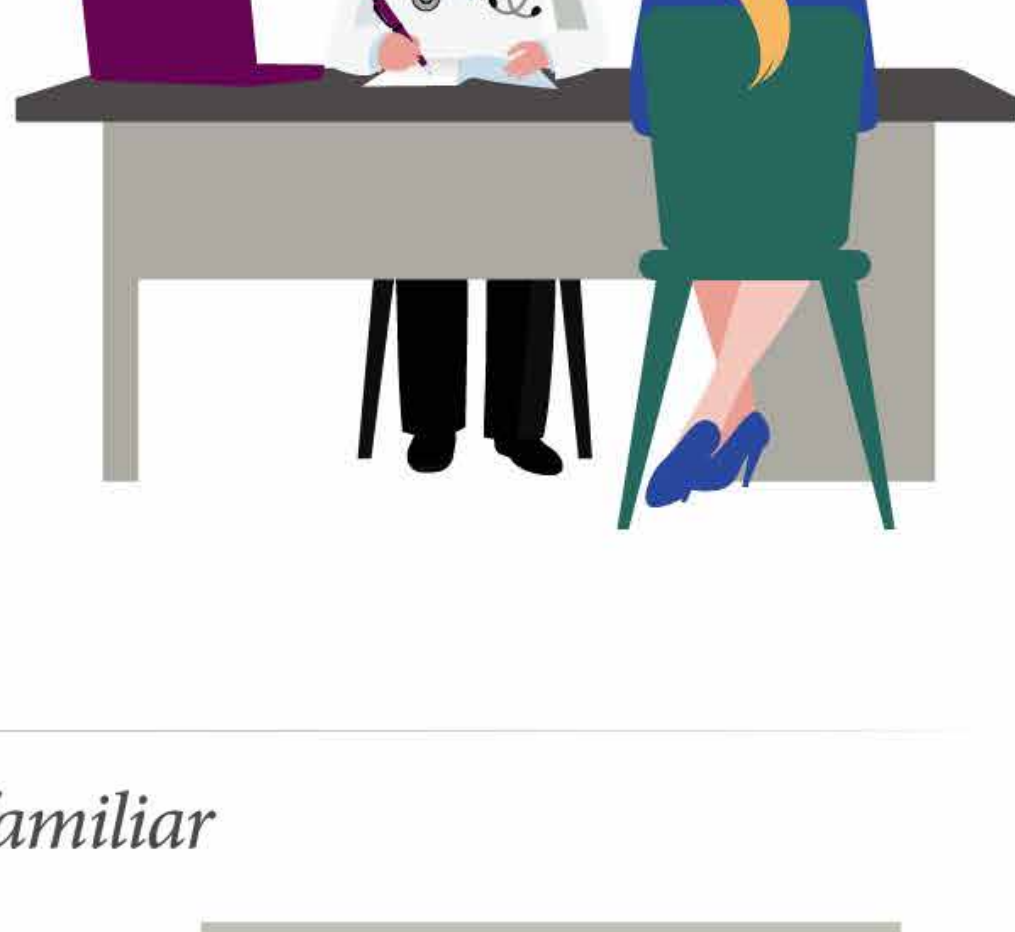
OBTENER EL MEJOR RESULTADO³

Un abordaje integral es importante para permitir al paciente

VIVIR DE LA MANERA MÁS INDEPENDIENTE POSIBLE⁵

y tener un papel activo en la toma de decisiones

EN RELACIÓN A SU ENFERMEDAD³



Vida familiar

Aunque la EM no es una enfermedad hereditaria, se han descrito ciertos factores genéticos que podrían influir en su desarrollo. De tal manera que los hijos de una persona con EM

VIVIR CON EM PLANTEA NUEVOS RETOS TANTO AL PACIENTE COMO A LAS PERSONAS QUE LE RODEAN⁶

TENDRÁN UN RIESGO BAJO DE DESARROLLAR LA ENFERMEDAD ENTRE el 2 y el 5%⁷



La EM remitente-recurrente es la forma de inicio más frecuente de la enfermedad. Se diagnostica

EN PACIENTES JÓVENES ENTRE 20 & 40 AÑOS⁸

momento en el que estas personas podrían plantearse formar una familia.¹



Un abordaje multidisciplinar de la

ENFERMEDAD IMPLICA LA PARTICIPACIÓN DE DIFERENTES ESPECIALISTAS, PARA FAVORECER EL MANEJO

de la enfermedad y la independencia del paciente⁴

Mobilidad y acceso

LA ADAPTACIÓN DE LA VIVIENDA Y CAMBIOS

en el estilo de vida

PUEDEN SER NECESARIOS. LA TERAPIA OCUPACIONAL PUEDE AYUDAR

a hacer que el día a día sea más fácil.



Algunas personas con EM dejan pasar el tiempo hasta que deciden utilizar dispositivos de ayuda/taxiellares, o hacer adaptaciones en la vivienda que favorezcan

UNA MAYOR MOVILIDAD E INDEPENDENCIA⁹

ESTUDIOS

demonstran que estas medidas permiten reducir

LA FATIGA DEL PACIENTE, AYUDANDO A MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA

Trabajar con EM

UN 37% DE LOS PACIENTES CON EM LEVE TIENE UNA VIDA LABORAL¹⁰

Sin embargo, el

75% DE LOS PACIENTES

confirman que la EM impacta en la búsqueda de

EMPLEO Y EN LAS OPORTUNIDADES DE DESARROLLO LABORAL¹⁰



ADAPTAR EL ENTORNO DE TRABAJO EN LA MEDIDA DE LO POSIBLE, FACILITARÁ UN MEJOR DESEMPEÑO DEL TRABAJO DIARIO



Ejercicio físico y ocio



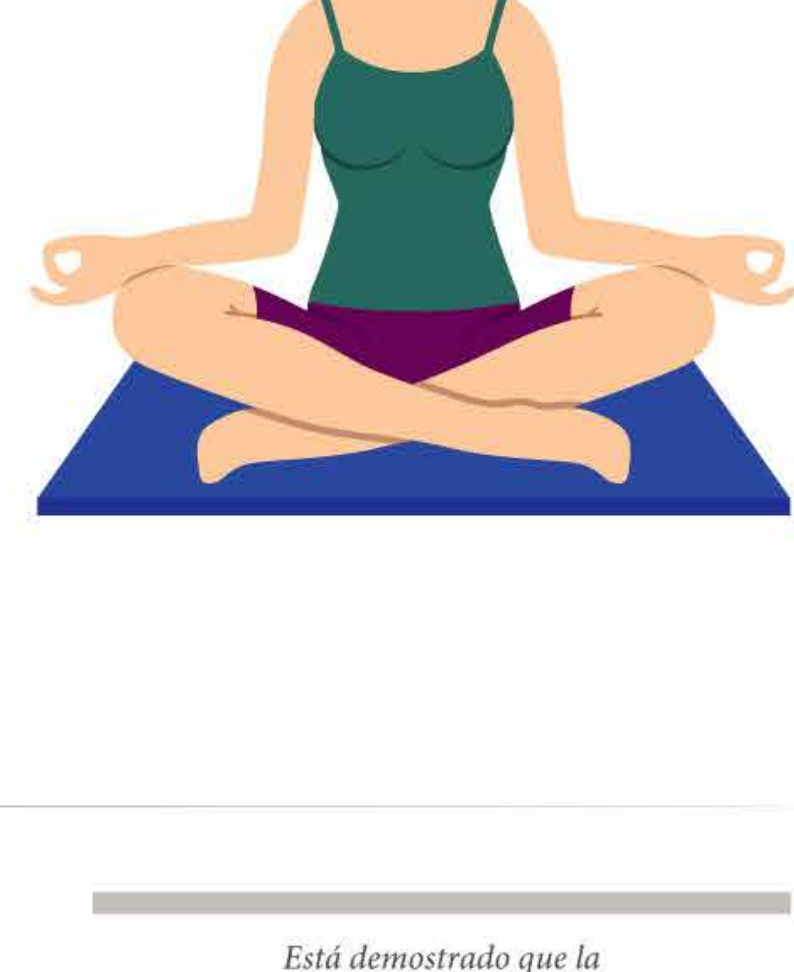
REALIZAR EJERCICIO FÍSICO DE MANERA REGULAR

contribuye al bienestar general

Algunos de los beneficios derivados del ejercicio en personas con EM son:

REDUCCIÓN DEL NIVEL DE FATIGA, AUMENTO DE LA FUERZA MUSCULAR & MEJORÍA DE LA MOVILIDAD.¹¹

Además se cree que puede prevenir el deterioro cognitivo¹²



Está demostrado que la

FORMACIÓN ACADÉMICA, LA LECTURA

y las actividades de ocio, ayudan a

MEJORAR LA RESERVA COGNITIVA EN PACIENTES CON EM.^{13,14}



Recibir un diagnóstico de EM puede parecer el final de una vida "normal" por ello es importante el desarrollo de:

PROGRAMAS, POLÍTICAS, SERVICIOS & EDUCACIÓN DEL PACIENTE QUE FAVOREZCAN SU EMPODERAMIENTO E INDEPENDENCIA⁴

Referencias

- Multiple Sclerosis International Federation. Atlas of MS 2013: mapping multiple sclerosis around the world. Multiple Sclerosis International Federation, 2013. <http://www.msif.org/wp-content/uploads/2014/09/Atlas-of-MS.pdf>. (Accessed May 2016)
- National Multiple Sclerosis Society. Symptoms. Available at: <http://www.nationalmssociety.org/Symptoms-Diagnosis/MS-Symptoms/>. (Accessed May 2016)
- Giovannoni G et al. Brain Health: Time Matters In Multiple Sclerosis. <http://www.msbrainhealth.org/perch/resources/time-matters-in-ms-report-oct15.pdf> (Accessed May 2016)
- Multiple Sclerosis International Federation. Principles to Promote the Quality of Life of People with Multiple Sclerosis. <http://www.msif.org/wp-content/uploads/2014/09/Principles-to-Promote-the-Quality-of-Life-of-People-with-MS1.pdf> (Accessed May 2016)
- Ready to Work? Meeting the Employment and Career Aspirations of People with Multiple Sclerosis. http://www.theworkfoundation.com/downloadpublication/report/289_289_ms3.pdf. (Accessed May 2016)
- National MS Society, MS in Focus: Special Focus on the Family. Available at http://www.nationalmssociety.org/NationalMSSociety/media/MSNationalFocus/Documents/MS_in-focus-3-Family-English.pdf
- Multiple Sclerosis Foundation. What Causes Multiple Sclerosis? <http://msfocus.org/causes-multiple-sclerosis.aspx>. (Accessed May 2016)
- MS International Federation. What is MS? Available at <http://www.msif.org/about-ms/what-is-ms/> (Accessed May 2016)
- Multiple Sclerosis Society. Supporting Adjustment for Multiple Sclerosis (saMS). <https://www.mssociety.org.uk/sites/default/files/Documents/Professionals/SAMS%20Manual%20GI22%201210%20-%20web.pdf>. (Accessed May 2016)
- Ready for Work Promoting Positive Work Outcomes for Europeans with MS. http://www.theworkfoundation.com/Assets/Docs/Reports/Ready_for_Work_MS_Briefing_Note.pdf (Accessed 2016)
- Petajan JH, Gappmayer E, White AT, et al., Impact of aerobic exercise training on fitness and quality of life in multiple sclerosis. Ann Neurol. 1996;39:432-41.
- Overcoming Multiple Sclerosis. Why is exercise important? <https://overcomingms.org/recovery-program/exercise/why-is-it-important/> (Accessed May 2016)
- Pinter D, Sumowski J, DeLuca J et al. Higher education moderates the effect of T2 lesion load and third ventricle width on cognition in multiple sclerosis. PLoS One 2014;9:e87567.
- Sumowski JE, Rocca MA, Leavitt VM et al. Brain reserve and cognitive reserve protect against cognitive decline over 4.5 years in MS. Neurology 2014;82:1776-83.