



Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple  
Programa de Divulgación de Información en Internet Para  
Conocer Mejor la Esclerosis Múltiple  
[www.nationalmssociety.org/espanol](http://www.nationalmssociety.org/espanol)

## **Comprendiendo las exacerbaciones: Las pseudo exacerbaciones**

junio 2005

Bienvenidos y gracias por tomar parte en el programa de la sociedad nacional de esclerosis múltiple de aprendizaje en línea en la red mundial. Soy, Rick Turner, su anfitrión y corresponsal médico.

Experimentar un aumento en síntomas de la EM le puede preocupar, pero no significa necesariamente que una exacerbación verdadera está comenzando. Hoy en nuestra primera retransmisión de la red mundial en la serie "Comprendiendo las exacerbaciones" nos discutiremos las pseudo exacerbaciones, cuáles son, sus causa, y qué se puede hacer cuando ocurren. Ayudándonos a entender estas ediciones está el Dr. Leal Stone. Dr. Lael Stone está con el Centro Mellon en la Fundación Clínica de Cleveland en Cleveland, Ohio.

Bienvenido al programa, Dr. Stone

Gracias.

Empezamos con los fundamentos. ¿Qué son las pseudo exacerbaciones?

Las pseudo exacerbaciones es un término que se usa en el lenguaje común para describir los episodios de empeoramiento que duran menos de 24 horas que y son probablemente simplemente un aumento de viejos síntomas, como una reaparición de viejos síntomas, pero realmente no son indicio de empeoramiento.

¿Qué las provoca, Dr. Stone? ¿Sabemos?

Bueno, no está completamente claro. Sabemos que el sistema nervioso central no trabaja muy bien bajo tensión 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 oscurecimiento en la visión, y puede, aunque no necesariamente, estar acompañado de dolor. Frecuentemente el dolor cede y 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 dió cuenta que cuando hablaba por teléfono con su hermana su tensión nerviosa aumentaba. Ella había tenido un episodio de neuritis óptica un par 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 de terminar la conversación.

Ella se terminó la conversación. Ella se sentía mejor. Su visión volvió, y eso, pienso, es un ejemplo relativamente bueno de una pseudo exacerbación. El regreso temporal de viejos síntomas, pero no daño adicional o permanente.

¿Y usted mencionó la tensión nerviosa en esta situación; eso es común?

Eso es común así como recalentarse excesivamente. Mi segundo ejemplo implica el recalentarse. Hace un par de años atrás, yo tenía un paciente muy activo, quién era un jugador ávido del tenis. Él era un individuo joven, sano y tuvo un episodio de EM que implicó la visión doble; es decir, en vez de trabajar junto para producir, por ejemplo, una sola pelota de tenis si él la mirara, él vería dos o el doble de pelotas de tenis. Ese episodio se resolvió, esa exacerbación se resolvió, pero él encontró 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, a beber líquidos, se sentía mucho mejor, y 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 él probablemente debería de 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.

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

Eso es siempre un motivo de preocupación 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 longitud del tiempo que estos duran porque 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 es un cambio en síntomas que no es acompañado por fiebre u otras señales de enfermedad porque a veces cuando la gente se enferman con, por ejemplo, la gripe u otra infección tendrán fiebre, un aumento en su temperatura, y también eso hará sus síntomas reaparecer un poco más. Tuve hoy un individuo en la oficina quién estaba en una situación agotadora y los síntomas en su mano regresaron por algunas horas después de las cuales recuperó el nivel normal del funcionamiento en su mano.

Me imagino que si usted tiene un número de éstos episodios usted aprende a reconocer el formato y cómo ocurren generalmente.

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

¿Correcto, lo cual significa tratar de evitarlos y estar alerta a las situaciones que los provocan, correcto?

Exactamente, tengo algunos pacientes que me dicen que cuando hacen ejercicios se sienten entumecidos 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.

¿Durante una pseudo exacerbación, Dr. Stone, hay más daño a la mielina? ¿Sabemos eso?

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.

¿Es muy común que padecen de EM el experimentar pseudo exacerbaciones?

Diría que es extremadamente común al punto que mucha gente no lo menciona a sus médicos o profesionales médicos.

¿Por qué?

Pienso que los pacientes a veces tienen temor que su médico piense que son 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.

Correcto. ¿Así es que durante una pseudo exacerbación, debería una persona con EM llamar a su doctor?

Pienso que realmente no hay necesidad de hacer nada más que tomar nota de los síntomas y tratar de pensar si hubo acontecimientos antes de la pseudo exacerbación que pudieran haberla causado.

¿Correcto, y mi próxima pregunta es, qué pueden hacer para ayudarse a si mismos durante esto periodo, ya que la pseudo exacerbación ha sido ya provocada?

Pienso que en el caso de las pseudo 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 pseudo exacerbación relacionada con la tensión nerviosa, 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.

¿Para resumir, Dr. Stone, qué consejo le daría usted a alguien que tiene una pseudo exacerbación quizás regularmente, qué tipo de enfoque debe ellos tomar?

Pienso que la cosa más importante sería desarrollar una cierta intuición de los estímulos y hagan lo que puedan para lidiar con eficacia de 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.

Ciertamente tenemos una mejor comprensión ahora de las pseudo exacerbaciones. Dr. Lael Stone, muchas gracias.

Gracias.

La Sociedad Nacional de EM se enorgullece de ser una fuente de información para usted sobre la esclerosis múltiple. Nuestros comentarios se basan de consejo profesional, experiencia publicada, y el juicio de expertos, pero no representan ni recomendación ni prescripción terapéutica individual. Para la información y consejo específicos, consulte a un médico cualificado. Si usted tiene una pregunta que no fue tratada, favor de enviarnos por correo electrónico en [mslearnonline@nmss.org](mailto:mslearnonline@nmss.org) . Si usted quisiera más información sobre la esclerosis múltiple, clic sobre el enlace de los recursos en su pantalla o llame a su capítulo más cercano para una respuesta a sus preguntas. Usted puede comunicarse con su capítulo llamando al 1-800-FIGHTMS. Ése es 1-800-344-4867. Usted puede también desear ver el sitio de la Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple en donde usted encontrará más información sobre el tema de hoy y un menú de otras retransmisiones de la red mundial disponibles para su participación.

El financiamiento para esta serie fué proporcionado por Biogen Idec. Usted deseará ser parte de nuestra próxima retransmisión en esta serie cuando discutiremos exacerbaciones verdaderas.

Por la Sociedad Nacional de la Esclerosis Múltiple, soy Rick Turner deseándole salud y felicidad.

*Esta traducción fue proporcionada por Va las Traducciones Globales, S.a. (Go Global Translations, Inc.) bajo contrato con la Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple.*