



Recurso informativo dirigido fundamentalmente a la población, el cual tiene como objetivo, promover, informar y educar sobre los problemas de salud que afectan a la comunidad; para llevar un estilo de vida saludable que permita a las personas elevar el nivel de conocimiento y control sobre su salud, evitando así la aparición de otras patologías.

Epilepsia: Información para pacientes y familiares



Qué es

La **epilepsia** es un trastorno cerebral en el cual una persona tiene convulsiones repetidas durante un tiempo. Las convulsiones son episodios de actividad descontrolada y anormal de las neuronas que puede causar cambios en la atención o el comportamiento.

Signos y síntomas

Los síntomas varían de una persona a otra. Algunas personas pueden tener simples episodios de ausencias. Otras tienen temblores violentos y pérdida de la lucidez mental. El tipo de convulsión depende de la parte del cerebro afectada.

La mayoría de las veces, la convulsión es similar a la anterior. Algunas personas con epilepsia tienen una sensación extraña antes de cada convulsión. Estas sensaciones pueden ser hormigueo, sentir un olor que realmente no existe o cambios emocionales. Esto se denomina aura.

Causas

La epilepsia no es contagiosa. Si bien muchos mecanismos de enfermedad subyacentes pueden conducir a la epilepsia, su causa aún se desconoce en aproximadamente el 50% de los casos de todo el mundo. Las causas de la epilepsia se dividen en las categorías siguientes: estructurales, genéticas, infecciosas, metabólicas, inmunológicas y desconocidas. Entre ellas cabe señalar:

- Daño cerebral por causas prenatales o perinatales (por ejemplo, hipoxia o traumatismos durante el parto, bajo peso al nacer)
- Malformaciones congénitas o trastornos genéticos con malformaciones cerebrales asociadas
- Traumatismos craneoencefálicos graves
- Accidentes cerebrovasculares que limitan la llegada de oxígeno al cerebro
- Infecciones cerebrales como meningitis, encefalitis o neurocisticercosis

- ciertos síndromes genéticos; y
- tumores cerebrales.

Complicaciones

Tener convulsiones en momentos determinados puede conllevar circunstancias peligrosas para ti o para otras personas. Como las siguientes:

- Caídas
- Ahogamiento
- Accidentes automovilísticos
- Problemas para conciliar el sueño
- Complicaciones en el embarazo
- Problemas de memoria

Los problemas de salud emocional que pueden afectar a las personas con epilepsia son:

- Depresión.
- Ansiedad.
- Pensamientos y comportamientos suicidas.

Factores de Riesgo

Algunos factores pueden aumentar el riesgo de padecer epilepsia, como es:

Edad. La aparición de la epilepsia es más frecuente en los niños y los adultos mayores

Antecedentes familiares. Si tienes antecedentes familiares de epilepsia, es posible que presentes un mayor riesgo de padecer un trastorno convulsivo.

Lesiones en la cabeza. Las lesiones en la cabeza son la causa de algunos casos de epilepsia.

Accidentes cerebrovasculares y otras enfermedades vasculares. Los accidentes cerebrovasculares y otras enfermedades de los vasos sanguíneos pueden causar daño cerebral. El daño cerebral puede desencadenar convulsiones y epilepsia.

Demencia

Infecciones cerebrales. Tu riesgo puede aumentar con infecciones como la meningitis

Convulsiones en la infancia. A veces, la fiebre alta en la infancia puede asociarse con convulsiones.

Cuándo consultar al médico

Busca ayuda médica inmediata en los siguientes casos:

- La convulsión dura más de cinco minutos.
- La respiración o el conocimiento no retornan una vez que finaliza la convulsión.
- Se produce una segunda convulsión de inmediato.
- Tienes fiebre alta.
- Estás embarazada.
- Tienes diabetes.
- Sufriste una lesión durante la convulsión.
- Sigues teniendo convulsiones a pesar de estar tomando los medicamentos anticonvulsivos.

Si tienes una convulsión por primera vez, busca asesoramiento médico.

Prevención

Uso del cinturón de seguridad mientras conduces un automóvil y el uso del casco al andar en bicicleta, esquiar, andar en motocicleta o realizar otras actividades que impliquen un alto riesgo de sufrir una lesión en la cabeza.

Puedes tomar algunas medidas para reducir el riesgo de sufrir estas enfermedades, como limitar el consumo de alcohol y evitar los cigarrillos, tener una alimentación saludable y hacer ejercicio de forma regular.

Primeros auxilios para las convulsiones

Cerca de 1 de cada 10 personas tendrá una convulsión. Esto significa que las convulsiones son comunes y que es posible que algún día usted necesite ayudar a alguien durante o después de una. Sepa lo que puede hacer para mantener a la persona segura hasta que la convulsión termine por sí misma.

- Voltee a la **persona** suavemente hacia un lado. Esto la ayudará a respirar.
- Retire del área alrededor de la **persona** los objetos duros o filosos para prevenir lesiones.
- Ponga la cabeza de la **persona** sobre algo suave y plano, como una chaqueta doblada.
- Si tiene anteojos, quíteselos.
- Suéltele la corbata o cualquier cosa que tenga alrededor del cuello que pueda dificultar su respiración.

LO QUE NO SE DEBE HACER

Es importante saber lo que **NO** se debe hacer para mantener a la persona segura durante o después de una convulsión.

Nunca haga nada de lo siguiente:

- **No** trate de sujetar a la persona o evitar que se mueva.
- **No** ponga nada en la boca de la persona porque podría lesionarle los dientes o la mandíbula. Una persona con una convulsión no se puede tragar la lengua.
- **No** intente darle respiración boca a boca (como RCP). Por lo general, las personas comienzan a respirar de nuevo por su cuenta después de una convulsión.
- **No** le ofrezca agua ni alimentos a la persona hasta que no esté completamente alerta.

Llame a emergencias si ocurre algo de lo siguiente:

- La convulsión dura más de 5 minutos.
- La persona tiene otra convulsión poco después de la primera.
- La persona se lesiona durante la convulsión.
- La convulsión se presenta cuando la persona está en el agua.
- La persona tiene otra afección como diabetes, enfermedad cardíaca o está embarazada.

DATOS Y CIFRAS DE INTERÉS

- La epilepsia es una enfermedad cerebral crónica no transmisible que afecta a personas de todas las edades.
- En todo el mundo, unos 50 millones de personas padecen epilepsia, lo que la convierte en uno de los trastornos neurológicos más comunes.
- Cerca del 80% de los pacientes viven en países de ingresos bajos y medianos.
- Se estima que el 70% de las personas con epilepsia podrían vivir sin convulsiones si se diagnosticaran y trataran adecuadamente.
- El riesgo de muerte prematura en personas con epilepsia es hasta tres veces mayor que en la población general.
- Tres cuartas partes de las personas afectadas que viven en países de ingresos bajos no reciben el tratamiento que necesitan.
- En muchas partes del mundo, los enfermos de epilepsia y sus familias sufren estigmatización y discriminación.

Mitos de la epilepsia

- La epilepsia **NO es una enfermedad contagiosa**
- La epilepsia **NO** convierte a las personas que la padecen en **enfermos mentales**
- Los niños y adolescentes con epilepsia
- Las personas afectadas de epilepsia **SÍ pueden y deben practicar deporte**
- La epilepsia **NO es una enfermedad incurable**. Se trata de una enfermedad neurológica

- Otra falsa creencia muy extendida es que la epilepsia limita la vida de las personas afectadas, La realidad dice que, con la medicación adecuada, **Sí llevan una vida totalmente normal.**
- La epilepsia es un trastorno muy complejo que se manifiesta de muchas maneras, **NO solo mediante crisis convulsivas.**
- Las personas con epilepsia **Sí pueden y deben trabajar** si no se lo impiden otras causas
- Las mujeres que sufren epilepsia **Sí pueden tener hijos**, y los expertos calculan que la probabilidad de que la epilepsia se herede es muy baja.



Desde el año 2015, cada segundo lunes del mes de febrero se conmemora el **Día Internacional de la Epilepsia**, un evento que busca educar a las personas de todo el mundo sobre esta patología neuronal que sufren aproximadamente 65 millones de personas en todo el planeta.

***Recuerda que la primera fuente de información confiable es su Médico.
Consulta a tu Neurólogo si tienes más dudas acerca de la Epilepsia.***

Bibliografía

1.- Mayo Clinic [Internet]. Epilepsia. [actualizado abr 28, 2023]; [citado 14 sep 2023]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/epilepsy/symptoms-causes/syc-20350093>

2.- Enciclopedia Médica A.D.A.M. [Internet]. Johns Creek (GA): Ebix, Inc., A.D.A.M.; ©1997-2020. Epilepsia; [actualizado 23 ene. 2022; consulta 14 sep 2023]; [aprox. 5 p.]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000694.htm>

3.- OMS. Organización Mundial de la Salud [Internet] Suiza. Epilepsia. [actualizado 9 feb, 2023; citado 14 sep 2023]. [aprox. 5 pantallas]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/epilepsy>

4.- CDC centro para el Control y la Prevención de enfermedades. Epilepsia. Primeros auxilios para las convulsiones. [actualizado 25 abr 2018; consulta 14 sep 2023]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/epilepsy/spanish/primeros-auxilios.html>