

Esclerosis múltiple: ¿Cómo podemos ayudar?

Mg. Ignacio Catalán

Académico Escuela de Terapia Ocupacional
Universidad de Las Américas



El 2019 la Federación Internacional de Esclerosis Múltiple proclamó el 30 de mayo como el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, con el objetivo de concientizar y sensibilizar a la ciudadanía acerca de esta enfermedad, permitiendo compartir experiencias y vivencias, de manera de sobrellevar de mejor forma esta condición, la cual afecta a millones de personas alrededor del mundo.

La esclerosis múltiple corresponde a una enfermedad neurológica del sistema nervioso central, desmielinizante, inflamatoria y progresiva, caracterizada por pérdida de mielina en nuestras neuronas, lo cual enlentece o bloquea de manera total los impulsos nerviosos desde y hacia nuestro cerebro. Generalmente se presenta entre los 20 y 40 años, con una mayor incidencia en mujeres.

Algunos de los síntomas más frecuentes de esta condición son la debilidad muscular, visión borrosa, sensación de hormigueo o adormecimiento de las extremidades, problemas de coordinación y equilibrio, cansancio generalizado y dificultades de atención, memoria y resolución de problemas.

El diagnóstico lo establece un neurólogo, en base a la historia clínica y familiar, así como también con la aplicación de estudios específicos del funcionamiento del sistema nervioso central (resonancia magnética y análisis de líquido cefalorraquídeo).

Para un óptimo tratamiento se requiere de un equipo

multidisciplinario, donde los terapeutas ocupacionales toman gran relevancia, gracias al uso de la ocupación como medio y fin terapéutico, buscando que los usuarios y sus familias puedan retomar la participación en sus actividades cotidianas. Dentro de las estrategias que podemos usar se encuentra el uso de la estimulación cognitiva, el trabajo de la reminiscencia, el entrenamiento sensorio-motriz, el entrenamiento orientado a la tarea, el uso de la realidad virtual inmersiva y no inmersiva, y la práctica mental.

Para el período 2020-2023 el concepto central del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple se basa en el eslogan "Me conecto, nos conectamos", de manera de crear y potenciar redes y comunidades de apoyo, derribar barreras y prejuicios, fortalecer los servicios sanitarios/asistenciales, promover un entorno de vida saludable y receptivo hacia usuarios y familiares y profundizar en los avances científicos en torno a nuevos tratamientos que enlentezcan el avance de la patología.

Como comunidad debemos trabajar por la inclusión social de quienes padecen esclerosis múltiple, participando de charlas y voluntariados de concientización, leyendo sobre la temática, participando en agrupaciones difundiendo información en los medios y apoyando a través de las redes sociales utilizando los hashtags #DíaMundialde la Esclerosis Múltiple, #ConexionesEM, #EsclerosisMúltiple.