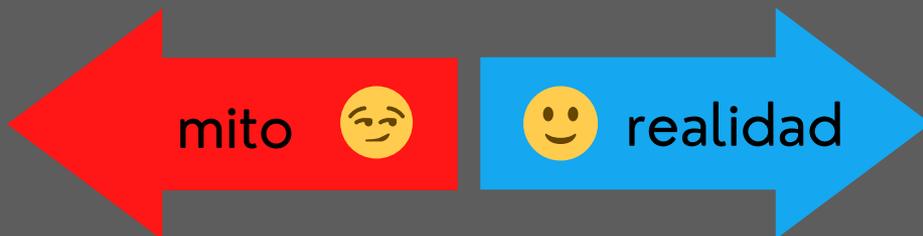

11 falsos mitos sobre la Esclerosis Múltiple



MITOS SOBRE LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE (EM)

Con esta miniguía, vamos a tratar de despejar las dudas y desmentir las falsas creencias que sobre esta enfermedad existen.



MITO 1: LA EM ES MORTAL

En casos muy extremos la EM puede ser mortal, pero en la gran mayoría de casos es una condición crónica.

MITO 2: NO HAY TRATAMIENTOS EFECTIVOS

Aunque la EM aún no tiene cura, sí existen tratamientos. Gracias a la investigación, sí hay diferentes tratamientos para gestionar los síntomas y la progresión de la discapacidad.



MITO 3: TODAS LAS PERSONAS CON EM ACABAN EN SILLA DE RUEDAS

3 de cada 4 personas con EM nunca llega a necesitar una silla de ruedas. Es posible que durante algún brote necesiten de alguna ayuda técnica, pero tras la recuperación lo habitual es volver a caminar. Sí es más probable que un afectado por EM Progresiva (forma menos frecuente de la EM) necesite silla de ruedas a largo plazo.



MITO 4: LA EM SE PUEDE CURAR CAMBIANDO LA ALIMENTACIÓN O LA ACTITUD

Cuidar la alimentación, llevando una dieta saludable, y tener una actitud positiva es muy importante. Pero, como decimos, la EM a día de hoy no tiene cura.



MITO 5: LA EM TE INCAPACITA PARA TRABAJAR



Tras el diagnóstico inicial, la mayoría de los afectados sigue trabajando con normalidad. En algunos casos, será necesaria la adaptación del puesto de trabajo.

MITO 6: CON EM NO SE PUEDE PRACTICAR DEPORTE



El ejercicio físico moderado practicado regularmente está recomendado para todas las personas. En el caso de los afectados de EM, ayuda a aliviar ciertos síntomas.

MITO 7: EL EMBARAZO NO ES COMPATIBLE CON LA EM



La EM no supone ningún impedimento para ser madre. Sin embargo, se debe planificar porque la mayoría de medicamentos para esta enfermedad están contraindicados durante el embarazo y la lactancia.

MITO 8: LA EM ES CONTAGIOSA

La EM es una enfermedad neurológica autoinmune, y en ningún caso es contagiosa.



MITO 9: LA EM SOLO AFECTA A PERSONAS MAYORES



Los primeros síntomas se manifiestan entre los 20 y los 40 años.

MITO 10: LA EM ES IGUAL PARA TODOS

Hay cuatro tipos principales de EM, los cuales progresan de manera diferente. Incluso en aquellas personas con la misma forma de esclerosis múltiple, los síntomas pueden variar enormemente. Por eso se la conoce como la "enfermedad de las mil caras".

MITO 11: TODO EL MUNDO TIENE LA MISMA POSIBILIDAD DE DESARROLLAR EM

Pues no. Aunque no es hereditaria, algunos estudios sugieren que ciertos factores genéticos provocan que algunas personas sean más propensas a desarrollarla.

Otros factores que se han vinculado a mayor riesgo de EM son: ser mujer o tener niveles bajos de vitamina D.



EM

RECUERDA

La buena gestión de la Esclerosis Múltiple implica la combinación de atención médica, tratamiento farmacológico y un estilo de vida saludable.

