

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Aug 05, 2021

Esclerosis múltiple

Puede ser aterrador descubrir que tienes esclerosis múltiple (EM). Sin embargo, existen tratamientos que pueden ayudar a aliviar los síntomas, retrasar la enfermedad y ayudarlo a seguir aprovechando al máximo la vida.

Puede usar nuestra información para hablar con su médico y decidir qué tratamientos son adecuados para usted.

qué es?

La esclerosis múltiple es una enfermedad que afecta a los nervios. Los nervios transportan mensajes entre el cerebro y el resto del cuerpo. Estos nervios tienen una capa protectora hecha de una sustancia llamada **mielina**.

Si tienes esclerosis múltiple, este recubrimiento de mielina se daña en algunos lugares. Esto hace que los nervios funcionen tan bien como deberían.

Cuáles son los síntomas?

Algunas personas con EM apenas se ven afectadas. Pero para otros causa una discapacidad grave.

Para muchas personas, los primeros síntomas que presentan afectan su **visión**. Por ejemplo, podría tener visión borrosa o doble, o podría ver los colores con menos claridad.

Los problemas de visión pueden aparecer y desaparecer, pero la buena noticia es que su visión probablemente volverá a la normalidad.

Los síntomas más comunes a largo plazo son **sentirse muy cansado** y tener **entumecimiento u hormigueo** en partes del cuerpo. Los otros síntomas que tenga dependerán de los nervios que se hayan dañado.

Hay muchos síntomas posibles de la EM, pero muchas personas solo tienen algunos de ellos. Estos son algunos de ellos:

- Si los nervios que llevan las señales a los brazos y las piernas se dañan, es posible que no pueda moverse con tanta facilidad. O puede que le tiemblen los brazos o las piernas

Esclerosis múltiple

mientras se mueve. Algunas personas tienen espasmos o espasmos musculares, o descubren que sus músculos se vuelven rígidos.

- Es posible que tenga problemas de vejiga o intestinos, como necesitar ir al baño con urgencia o no poder controlar cuándo va.
- Algunas personas se marean y tienen problemas con el equilibrio.
- Su memoria puede verse afectada o puede resultarle más difícil concentrarse.
- Algunas personas tienen problemas sexuales, como problemas de erección en los hombres o una vagina seca en las mujeres.

Diferentes tipos de esclerosis múltiple

Es posible que no tenga síntomas todo el tiempo. Depende del tipo de EM que tengas. Alrededor de 85 de cada 100 personas con EM desarrollan lo que se denomina EM **recurrente-remitante** al principio.

Esto significa que tienes brotes de síntomas que duran unos días o semanas. Un brote de los síntomas se denomina **recaída**. Pero después de cada recaída, los síntomas desaparecen por completo. A esto se le llama **remisión**.

Es posible que permanezca en remisión durante meses o incluso años. Sin embargo, con el paso de los años, es posible que algunos de sus síntomas no desaparezcan por completo después de cada recaída. Permanecen con usted y pueden comenzar a empeorar con el tiempo.

Cuando esto sucede, se denomina esclerosis múltiple **secundaria progresiva**. Casi todas las personas con el tipo remitente-recurrente pasan a tener EM secundaria progresiva en un plazo de 25 años.

Un tipo menos común de esclerosis múltiple se denomina esclerosis múltiple **primaria progresiva**. Si tienes este tipo, tus síntomas nunca desaparecen desde el principio. En cambio, empeoran lentamente. Pero pueden permanecer igual o mejorar ligeramente a veces.

El tipo más raro de esclerosis múltiple se denomina esclerosis múltiple **progresiva y recurrente**. Sus síntomas empeoran constantemente desde el principio. Además de eso, también tienes recaídas, cuando tus síntomas de repente empeoran mucho.

Los síntomas de la esclerosis múltiple pueden sonar muy aterradores. Sin embargo, es poco probable que tengas todos estos síntomas y, por lo general, solo tendrás unos pocos a la vez. No tienes que aguantar tus síntomas. Se pueden hacer muchas cosas para ayudarle a sentirse mejor.

Qué tratamientos existen?

No existe un tratamiento que pueda curar completamente la esclerosis múltiple. Sin embargo, los tratamientos pueden:

- Mejorar sus síntomas

Esclerosis múltiple

- ralentizar la enfermedad, y
- ayudarte a seguir viviendo una vida plena.

Los médicos no pueden decir con certeza qué curso tomará su EM, por lo que es difícil saber qué tratamientos necesitará.

Mucho depende del tipo de EM que tengas. Es probable que necesites diferentes tratamientos para la EM con el tiempo.

Tratamientos para reducir las recaídas y la discapacidad

Si tienes esclerosis múltiple remitente-recurrente, hay varios medicamentos que pueden retrasar el daño a los nervios.

Esto significa que, con suerte, tendrá menos ataques de síntomas. Y, al tomar estos medicamentos, puede retrasar su EM para que no se convierta en EM secundaria progresiva.

Debido a que estos medicamentos pueden retrasar el curso de la enfermedad, a veces se les llama **medicamentos modificadores de la enfermedad**.

Estos medicamentos incluyen medicamentos llamados **inmunomoduladores**. Pueden ayudarte a tener menos recaídas y menos discapacidad. Se administran en forma de inyecciones.

Hay otros medicamentos que se usan con menos frecuencia y, por lo general, solo para las personas cuyos síntomas no han mejorado lo suficiente con otros medicamentos.

En los últimos años también se han puesto a disposición nuevos fármacos a medida que han mejorado los tratamientos para la EM. Por ejemplo, es posible que hayas oído hablar de los medicamentos llamados **anticuerpos monoclonales**. Puede preguntarle a su médico si estos nuevos tratamientos podrían ser adecuados para usted.

Los tratamientos para la esclerosis múltiple pueden causar **efectos secundarios desagradables**. Su médico debe explicárselos, y usted no dude en preguntar acerca de ellos y mencionar cualquier efecto secundario que haya notado. Si los efectos secundarios le molestan mucho, es posible que pueda cambiar a un tratamiento diferente.

Es posible que debas hacerte pruebas periódicas, como análisis de sangre, para asegurarte de que tu tratamiento no te esté haciendo daño.

Tratamiento de los síntomas durante una recaída

Independientemente del tipo de esclerosis múltiple que tengas, el médico puede recetarte medicamentos llamados corticosteroides durante un breve periodo de tiempo durante una recaída.

Los corticosteroides ayudan a reducir la inflamación (hinchazón), lo que puede ayudar a que los nervios funcionen mejor y aliviar los síntomas.

Tratamiento de otros síntomas

Es posible que algunos de sus síntomas no desaparezcan con algunos de los medicamentos mencionados anteriormente, especialmente si tiene EM progresiva primaria o secundaria. Entre estas se incluyen:

- fatiga (sentirse muy cansado)
- Espasmos musculares
- problemas intestinales o de vejiga, y
- problemas sexuales.

Sin embargo, es posible que su médico pueda recetarle otros medicamentos para ayudar con estos problemas.

También puedes probar un **programa de rehabilitación**. Durante estos programas, un equipo de especialistas revisa tus síntomas y determina lo que necesitas para ayudarte a sobrellevarlos. Por ejemplo, puede recibir **fisioterapia** para mejorar su equilibrio, fuerza y capacidad de movimiento.

Muchos médicos también recomiendan cambios en su estilo de vida, como asegurarse **de dormir lo suficiente** y no comer demasiada sal.

También está quedando claro que el **ejercicio** es muy importante para las personas con EM. Por ejemplo, es útil:

- Mejorar el control muscular
- mejorar el equilibrio, y
- prevenir la diabetes y el aumento excesivo de peso, los cuales pueden empeorar los síntomas de la EM.

Qué esperar en el futuro

Es difícil decir cómo te afectará la EM. Afecta a las personas de diferentes maneras. Y mucho depende del tipo de EM que tengas.

En general, cuanto más tiempo tengas EM, más síntomas tendrás de padecimiento. Es posible que comience a necesitar más ayuda para moverse. Pero no asuma que necesitará una silla de ruedas.

Muchas personas con esclerosis múltiple pueden caminar sin ayuda. Otros pueden caminar distancias cortas, pero necesitan ayudas para caminar y tal vez una silla motorizada o un scooter para ayudarlos con viajes más largos. Algunas personas con EM todavía tienen muy poca discapacidad incluso después de 15 a 20 años.

Cada vez son más las personas con esclerosis múltiple que toman fármacos para reducir los brotes y retrasar la enfermedad. Estos medicamentos son bastante nuevos, por lo que las personas con EM pueden tener un mejor desempeño ahora de lo que lo habrían hecho en el pasado.

Esclerosis múltiple

La esclerosis múltiple no afecta mucho a la duración de la vida de las personas. Es probable que vivas casi tanto tiempo con EM como si no tuvieras la afección.

Dónde obtener más ayuda y apoyo

La esclerosis múltiple es una afección grave y es importante obtener toda la ayuda y el apoyo disponibles. A muchas personas les resulta útil hablar con otras personas con EM. Puede preguntarle a su médico sobre lo que está disponible en su área.

Hay varias organizaciones benéficas y grupos de apoyo que ayudan a las personas con EM. Por ejemplo, en el Reino Unido, la Sociedad de Esclerosis Múltiple es una organización benéfica que ofrece asesoramiento y apoyo a las personas con EM (<http://www.mssociety.org.uk>).

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

