



hablemos sobre

Espasticidad por ataque o derrame cerebral

Después de un ataque o derrame cerebral, los músculos se pueden poner tensos, rígidos y resistir el estiramiento. A esto se le llama espasticidad. La espasticidad se relaciona al tono muscular. El tono es la tensión natural, o contracción, en un músculo que resiste el estiramiento. El ataque o derrame cerebral puede causar un aumento inusual de tono muscular, lo que lleva a la espasticidad. Las contracciones musculares se hacen más intensas. Las contracciones pueden involucrar un músculo o un grupo de músculos. Para algunos, la espasticidad puede ser una rigidez muscular leve, para otros puede ser severo y ocasionar dolor o espasmos.

La espasticidad también puede ocasionar articulaciones fijas (contracturas). Cuando el tono muscular es inusualmente tenso, los músculos se encojen y se acortan. Las articulaciones pueden trabarse en una posición y ser muy difícil moverlas. Por ejemplo, esto puede causar que una muñeca se curve o que un brazo se quede en una posición doblada en el pecho.



¿Qué causa la espasticidad y qué tan comunes?

Un ataque o derrame cerebral es una lesión cerebrovascular. Cuando el área lesionada del cerebro controla tono muscular, puede ocurrir la espasticidad. Un 25 al 43% de sobrevivientes sufrirá espasticidad en el primer año después de su ataque o derrame cerebral. Es más común en sobrevivientes de derrame cerebral jóvenes. También es más común cuando el ataque o derrame cerebral es causado por sangrado (hemorrágico). El momento en que ocurra la espasticidad después de un derrame cerebral puede variar. Quizás empiece poco después del ataque o derrame cerebral o más de un año después.

¿Cuáles son los efectos de la espasticidad?

Los efectos de la espasticidad incluyen:

- Dedos, piernas o brazos rígidos
- Músculos que se contraen y se relajan por sí mismos

- Contractura que puede causar dolor o incomodidad
- Cansancio de músculos
- Deformidad de músculos y articulaciones con el tiempo

Ejemplos:

- Un puño cerrado
- Dedos tensos
- Un brazo doblado sostenido contra el pecho
- Rigidez en las rodillas
- Cruce (tijereteo) involuntario de las piernas
- Un pie que está doblado en un ángulo
- Un pie débil que se arrastra, lo que dificulta caminar (también conocido como pie caído)
- Dedos curvados de los pies, lo que dificulta caminar (también conocido como dedos en garra)

(continuado)



Las tareas cotidianas pueden ser mucho más difíciles cuando una mano o un brazo se ve afectado. El sólo agarrar y usar objetos, levantar el brazo por encima de la cabeza o cuidar de la higiene personal puede ser un desafío. Caminar se hace mucho más difícil cuando se afectan las piernas o los pies. Esto aumenta el riesgo de caerse.

¿Qué tratamiento se da a la espasticidad?

- Moverse lo más posible es importante para disminuir la rigidez muscular y prevenir el acortamiento muscular. El estiramiento constante con un amplio rango de movimiento es útil. Ejercitar con regularidad las extremidades afectadas es beneficioso.
- Los aparatos o tablillas pueden ayudar a mantener un músculo en su lugar y evitar que se contraiga.
- Las inyecciones de toxina botulínica en los músculos espásticos de las extremidades superiores e inferiores pueden dar alivio. Quizás se sienta adolorido en el área de las inyecciones.
- Hay medicamentos orales que pueden ayudar. Sin embargo, pueden ocurrir efectos secundarios, como debilidad, sueño o náuseas al tomar estos medicamentos.



- La terapia con baclofeno intratecal (BIT) implica implantar una bomba pequeña. La bomba envía medicamento (baclofeno) directamente a la columna vertebral. La medicina viaja por el líquido cefalorraquídeo. Esto ayuda a prevenir efectos secundarios que pueden ocurrir con el medicamento oral. Se puede considerar BIT cuando un paciente no responde bien a otros tratamientos.

Su proveedor de atención médica recetará el mejor método de tratamiento para usted según lo grave de su espasticidad. Una combinación de terapia física y medicamento puede ser bastante eficaz.

¿Dónde puedo obtener más información?

- 1 Llame al 1-888-4-STROKE (1-888-478-7653) o visite stroke.org para obtener más información sobre ataques o derrames cerebrales o para encontrar grupos de apoyo locales.
- 2 Suscribese en StrokeConnection.org para recibir nuestro boletín electrónico mensual **Stroke Connection** para sobrevivientes de ataques o derrames cerebrales y sus cuidadores.
- 3 Conéctese con otras personas que también han tenido un experiencia con un ataque o derrame cerebral, uniéndose a nuestra red de apoyo en stroke.org/SupportNetwork.

¿Tiene alguna pregunta para su médico o enfermero?

Tómese unos minutos y escriba sus propias preguntas para la próxima vez que consulte a su profesional de atención de la salud:

¿Cuáles son los mejores ejercicios de estiramiento para evitar la rigidez muscular?

MIS PREGUNTAS:

Tenemos muchas otras hojas de datos para ayudarle a tomar decisiones más saludables para controlar su enfermedad o cuidar a un ser querido. Visite stroke.org/es para obtener mayor información.