



hablemos sobre

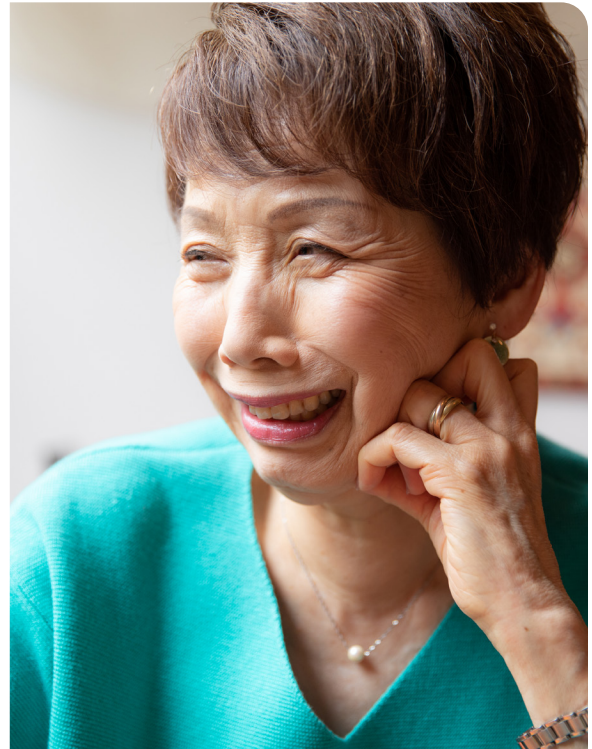
Ataque o derrame cerebral y síndrome pseudobulbar

El síndrome pseudobulbar (PBA, por sus siglas en inglés) es una afección médica que provoca episodios repentinos e impredecibles de llanto o risa, a menudo en situaciones socialmente inapropiadas. En algunas ocasiones, el PBA se denomina inestabilidad emocional, llanto y risa patológicos o incontinencia emocional.

El PBA se produce cuando se daña un área del cerebro, en ocasiones a causa de un ataque o derrame cerebral. Se cree que afecta a más de un millón de personas en Estados Unidos, quienes también pueden sufrir lesiones cerebrales traumáticas o enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple (EM), la esclerosis lateral amiotrófica (ELA, enfermedad de Lou Gehrig), la enfermedad de Parkinson y algunos tipos de demencia, incluida la enfermedad de Alzheimer.

Si padeces el PBA, la inadecuación, la intensidad y lo inesperado de los arrebatos pueden hacerte sentir que perdiste el control de tu vida. La desconexión que existe entre tus emociones internas y tus expresiones externas puede ser frustrante, tanto para ti como para tus seres queridos.

Comprender esta afección puede representar un paso hacia la recuperación de la confianza y la mejora de tus relaciones y la calidad de vida.



¿Cómo se diagnostica el PBA?

Un ataque o derrame cerebral es una afección neurológica que puede provocar afecciones que cambien la vida del paciente, incluido el impacto emocional. Es muy fácil que los médicos diagnostiquen erróneamente el llanto descontrolado presente en el PBA como depresión. La relación entre el PBA y la depresión es compleja, pero son independientes entre sí y deben tratarse como afecciones separadas. Solo un profesional de la salud puede diagnosticar correctamente el PBA mediante análisis y evaluaciones. Tanto tú como tus familiares también pueden buscar signos de esta afección.

Si sufriste un ataque o derrame cerebral, hazte las siguientes preguntas:

- ¿Lloras con facilidad?
- ¿Te ocurre que no puedes controlar el llanto aunque lo intentes?

- ¿Te ríes en momentos inapropiados?
- ¿Presentas arrebatos emocionales inapropiados para ciertas situaciones?

¿Cómo se trata el PBA?

El objetivo del tratamiento del PBA es reducir la gravedad y la frecuencia de los episodios. Las opciones de tratamiento incluyen lo siguiente:

- Agentes para el sistema nervioso central (bromhidrato de dextrometorfano y sulfato de quinidina), que se utilizan para tratar episodios de llanto o risa involuntarios.
- Antidepresivos, que en algunos casos pueden ayudar a reducir la cantidad y la gravedad de los episodios.
- Colabora siempre con tu proveedor de servicios médicos a fin de encontrar las mejores opciones de tratamiento para ti.

(continuación)



Enfrentarse al PBA

El PBA puede afectar a la calidad de vida del paciente y convertirse en una carga para sus familiares y cuidadores. Para enfrentar un episodio de PBA, intenta lo siguiente:

- **EXPRESA** el problema para que la gente no se sorprenda ni se confunda cuando sufras un episodio.
- Cuando sientas que sufrirás un episodio, intenta **DISTRAERTE** contando la cantidad de objetos de un estante o pensando en otra cosa.
- **RESPIRA LENTA Y PROFUNDAMENTE** hasta que tengas el control.
- **RELAJA** la frente, los hombros y otros grupos musculares que se tensan durante un episodio emocional.



Recursos

Visita los sitios o llama a los números que aparecen a continuación para obtener más información sobre el PBA:

PBAinfo

www.PBAinfo.org

Brain Injury Association of America (Asociación de Lesiones Cerebrales de América):

800-444-6443; www.biausa.org

Instituto Nacional de Trastornos Neurológicos y Accidentes Cerebrovasculares

800-352-9424; www.ninds.nih.gov

Institutos Nacionales de la Salud

301-496-4000; www.nih.gov

Investigación

www.clinicaltrials.gov

¿CÓMO PUEDO OBTENER MÁS INFORMACIÓN?

- 1 Llama al **1-888-4-STROKE** (1-888-478-7653) o visita derramecerebral.org para obtener más información sobre los ataques o derrames cerebrales, o bien para buscar grupos de apoyo en tu zona.
- 2 Regístrate en nuestro boletín electrónico mensual **Stroke Connection** para sobrevivientes de ataques o derrames cerebrales y cuidadores en StrokeConnection.org.
- 3 Conéctate con otras personas que también hayan sufrido un ataque o derrame cerebral; para ello, únete a nuestra red de apoyo en derramecerebral.org/reddeapoyo.

¿Tienes preguntas para el médico o el personal de enfermería?

Dedica unos minutos a escribir las preguntas que le harás a tu profesional de la salud en la próxima cita.

Por ejemplo:

¿Qué tan frecuente es el PBA en personas que sufrieron un ataque o derrame cerebral?

¿Qué pruebas se recomiendan para diferenciar correctamente el PBA y la depresión con el fin de obtener un diagnóstico adecuado?

MIS PREGUNTAS:

Disponemos de muchas otras hojas informativas que te ayudarán a tomar decisiones más saludables para controlar tu afección o cuidar de un ser querido. Visita www.derramecerebral.org/hablemosobreataquecerebral para obtener más información.