



Recomendaciones para personas con *Epilepsia* y familiares en época de Coronavirus



¿Las personas con epilepsia tienen un mayor riesgo de padecer el coronavirus?

La epilepsia es una «familia» de muchos trastornos diferentes que conducen a crisis epilépticas. Algunas personas pueden tener su epilepsia fácilmente controlada o no tienen otros problemas de salud. O quizás pueden tener epilepsia con crisis epilépticas ocasionales, pero no otros problemas de salud. Para estas personas, los datos disponibles sugieren que tener epilepsia:

- 1. No aumenta el riesgo del coronavirus**
- 2. No aumenta la gravedad del coronavirus**

Pero, independientemente de que tengan o no su epilepsia controlada, hay algunas personas con epilepsia y otras condiciones de salud que tienen un mayor riesgo de contraer el coronavirus.



Estas personas:

- Pueden estar tomando **medicamentos** para controlar la epilepsia que también afectan a su sistema inmunitario (por ejemplo, ACTH, esteroides, inmunoterapias). O pueden tener otros problemas neurológicos o del desarrollo que afectan su inmunidad. Las personas en estas situaciones tienen un mayor riesgo de desarrollar síntomas más graves con enfermedades de virus.
- **Las personas con epilepsia pueden tener otros problemas médicos que podrían ponerlos en mayor riesgo de desarrollar síntomas más graves con el coronavirus.**

- Por ejemplo, las personas que tienen problemas para tragar alimentos sólidos o líquidos tienen un mayor riesgo de neumonía.

- Las personas con diabetes o problemas cardíacos o pulmonares también parecen tener un mayor riesgo de padecer el coronavirus grave.

Independientemente de su situación, es importante que cualquier persona con epilepsia hable con su médico sobre sus riesgos. Hay que tomar las medidas básicas de protección que afectan a toda la población y dependiendo del caso se pueden necesitar precauciones específicas.



¿Puede el coronavirus aumentar los ataques de epilepsia si una persona contrae el virus?

Cuando una persona con epilepsia se enferma con otra enfermedad, especialmente con fiebre, puede notar un cambio o aumento en sus crisis epilépticas.

- La **enfermedad es un factor de estrés físico y emocional** para el cuerpo que podría hacer que las crisis epilépticas sean más probables. Lo mismo sucede si alguien está enfermo con el coronavirus.
- Otros desencadenantes pueden incluir:
 - **No comer ni beber normalmente**
 - **No poder tomar medicamentos regularmente (por ejemplo, si el vómito es un problema)**
 - **No poder dormir bien**
- **La preocupación y la ansiedad** por las crisis epilépticas y el coronavirus pueden afectar a las personas

La información preliminar de los países donde se han producido brotes sugiere que el riesgo de empeoramiento de la epilepsia con el coronavirus no es mayor que en la mayoría de los pacientes.



¿Qué se debe hacer si los ataques de epilepsia cambian o aumentan?

Si usted o un ser querido desarrollan el coronavirus y notan cambios en las crisis epilépticas, comuníquese con su médico especialista en epilepsia y con su médico de cabecera.

- Llame primero a sus médicos. No concurra a su médico sin cita, esto podría poner en riesgo de contraer el virus a otras personas.
- No vaya a una sala de emergencias por su cuenta a menos que sea una emergencia. Muchas veces los síntomas pueden ser tratados en casa.
- El tratamiento de los síntomas de un virus es especialmente importante. Asegúrese de comer, beber, dormir y tomar medicamentos regularmente.
- Si es necesario, su médico puede recomendar un ajuste en el medicamento para la epilepsia o recomendar un medicamento de rescate para usar durante los períodos de las crisis epilépticas. Si ya le han recetado un **medicamento de rescate**, hable con su farmacia sobre un suministro de emergencia.
- Si le preocupa ir a un hospital o a una cita médica, pregúntele a su médico si tiene visitas telefónicas o por video. Por lo general, se recomiendan visitas de telemedicina.
 - Si se trata de una visita de rutina, pregúntele a su médico si es mejor posponer o cambiar la cita.
- Sin embargo, al igual que en cualquier otro caso, si usted o un ser querido tiene una emergencia, como una crisis epiléptica que dura demasiado tiempo o más crisis de lo habitual, busque ayuda de emergencia.



Si el coronavirus está en mi comunidad, ¿qué debo hacer?

Siga las recomendaciones de las autoridades sanitarias:

- Quédese en casa el tiempo recomendado
- Si tiene que salir, mantenga la distancia necesaria con otras personas. Esto se llama distanciamiento social.
- Actualice su plan de acción de crisis epilépticas para saber qué hacer si hay un cambio en las crisis epilépticas y a quién llamar.
- Mantenga los suministros de cualquier medicamento que normalmente tome. NO tome ningún medicamento nuevo sin hablar con su médico.
- Busque maneras de que le traigan comida y otros suministros que necesite.
- Manténgase en contacto con su familia, amigos o alguien que pueda verificar lo que necesita si es necesario.



Si yo o mi ser querido está en riesgo de desarrollar una forma grave del coronavirus, ¿debo tomar precauciones adicionales?

- Siga las precauciones recomendadas por las autoridades sanitarias
- Revise la información anterior sobre qué hacer si cambian las crisis epilépticas
- Hable con su médico para obtener recomendaciones específicas.
- Si otro miembro de su familia que vive con usted se enferma:
 - Vea si puede quedarse con alguien más o, si no es posible, cada persona debe tener su propia habitación, usar baños separados y lavarse las manos con más frecuencia.
- Si usted o un ser querido con epilepsia asiste a un programa de día en su comunidad, hable con la agencia sobre alternativas como participación en algún tipo de actividad en el hogar.
- Si usted o su ser querido viven en un entorno grupal (hogar u otro centro de atención a largo plazo), hable con el administrador y el personal médico del centro. Averigüe qué precauciones se están tomando. Si le preocupan, hable con su médico para ver si se necesitan hacer cambios.
- Si usted tiene ayuda en el hogar, recuerde el sentido común y asegúrese de que las personas que le ayudan están siguiendo buenas prácticas de salud. Hable con la agencia responsable de las personas que vienen a su hogar para que sepa qué esperar y pueda compartir sus inquietudes.
- Tenga un plan de respaldo para ayudar en el hogar también



¿Cómo me protejo para no enfermarme?

Comienza la temporada de gripe y las enfermedades respiratorias son comunes. Siga estos consejos de sentido común para protegerse en contra de una enfermedad.

- Asegúrese de que este vacunado contra la gripe.
- **Lávese las manos** regularmente para evitar la propagación de gérmenes.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Quédese en casa si está enfermo y llame a su médico si necesita una cita.
- Cúbrase la tos o estornude con un pañuelo desechable y tire el papel a la basura.
- Limpie y desinfecte los objetos y superficies tocados con frecuencia con un spray o toallita desinfectante





Preparación para cualquier emergencia

Prepararse para posibles emergencias es parte de la vida cotidiana para todos nosotros, ya sea para desastres naturales, condiciones climáticas extremas o emergencias médicas. Esta situación con el coronavirus no es diferente. Aquí hay algunos consejos a seguir ahora y todos los días:

- Recuerde – Hable primero con su farmacéutico acerca de la creación de un suministro de emergencia de medicamentos recetados.
- Si usted va a necesitar una nueva receta en unas semanas, obténgala con tiempo para que no se quede sin medicamentos.
- Si le han recetado un medicamento de rescate— por ejemplo, lorazepam, clonazepam, diazepam o midazolam – para tomar si tiene algún cambio en las crisis epilépticas, hable con su farmacéutico sobre un suministro de emergencia de este medicamento también.
- Si tiene problemas con su suministro de medicamentos, comuníquese con su farmacia. Si no le pueden ayudar informe a su médico, ya que es posible que necesite sustituir otro medicamento por un período corto.
- Mantenga un teléfono y cualquier dispositivo electrónico cargado que pueda necesitar para recordatorios de medicamentos y contacto con la respuesta familiar y de emergencia.
- Mantenga un calendario en papel con usted en caso de que haya un período prolongado sin electricidad, para que pueda anotar recordatorios de medicamentos o realizar un seguimiento de cualquier crisis epiléptica.
- Recuerde: conéctese regularmente con su familia o amigos.

Hable acerca de cualquier pregunta o preocupación – el estrés adicional puede afectar las crisis epilépticas y su bienestar emocional