



REHABILITACIÓN NEUROPSICOLÓGICA EN ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Fabiola García Vaz, Neuropsicóloga. Colabora con el Hospital La Princesa, Fundación Privada de Esclerosis Múltiple Madrid y Universidad Complutense de Madrid.

Resumen de tweets de la cobertura online realizada en directo de la reunión el 2 de octubre de 2020.

Rehabilitación neuropsicológica en Esclerosis Múltiple.

Fabiola García Vaz, Neuropsicóloga colabora con H. La Princesa, FEMM, Universidad Complutense.

- 📄 En unos minutos comenzamos a escuchar a @fabiola1garcia hablando de #cognición y rehabilitación neuropsicológica en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 📄 Fabiola García Vaz @fabiola1garcia, es neuropsicóloga y colabora en Hospital de La Princesa, en @FundacionEMM, Universidad Complutense #EMGregorioMarañon
- 📄 Vamos a dedicar un espacio a la rehabilitación neuropsicológica en #EsclerosisMúltiple, qué procesos cognitivos se afectan en EM y qué se puede hacer en neuropsicología #EMGregorioMarañon
- 📄 En #EsclerosisMúltiple se suele afectar la velocidad de procesamiento de la información, las funciones ejecutivas (capacidad de regular cognición, emoción y conducta), y el aprendizaje de la memoria #EMGregorioMarañon
- 📄 Nos gusta hablar más de síntomas cognitivos que de afectación. En #EsclerosisMúltiple se encuentran en todos los tipos de EM en mayor o menor medida en función del tipo #EMGregorioMarañon
- 📄 Estos síntomas suponen un impacto en la vida cotidiana, también en el ámbito laboral, relaciones familiares y sociales de la persona afectada de #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 📄 Todos estos síntomas afectan la autonomía de la persona y la calidad de vida, incluso a nivel motor por la necesidad de atención que requiere, también afecta a la adherencia al tratamiento, dificultad para gestionar nuestras necesidades en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 📄 Es necesario estudiar los procesos de cognición para ver de dónde viene esa sintomatología que manifestamos, tenemos que evaluar para poder trabajar lo que se necesita en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 📄 La rehabilitación cognitiva tiene como objetivo ayudar a recuperar la función y la adaptación y readaptación a las actividades de la vida cotidiana #EMGregorioMarañon
- 📄 Cómo nos ayuda:
- 📄 1. Prevenir el deterioro cognitivo, aumentando la plasticidad neuronal y la reserva cognitiva en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 📄 2. Restaurando funciones cognitivas afectadas y reduciendo por tanto el déficit cognitivo. Esta restauración puede ser total o parcial, pero va a haber una mejoría.
- 📄 3. Cuando no podemos restaurar podemos compensar las funciones alteradas a través de estrategias #EMGregorioMarañon
- 📄 4. Paliando el impacto y facilitando apoyo a los pacientes con su déficit #EMGregorioMarañon
- 📄 La rehabilitación cognitiva se basa en modelos científicos de intervención, basados en evidencia científica, diseñados a medida para cada paciente, #EMGregorioMarañon
- 📄 Se pueden usar plataformas de entrenamiento genérico de estimulación, pero eso no es rehabilitación, no solamente se hace un entrenamiento, pero nos sirven para mantenernos intelectualmente activos en la #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon

- 👍 Cuando hablamos de que estos programas de rehabilitación se basan en la evidencia científica, nos referimos a que tienen un nivel de recomendación jerárquica en base a la calidad y que nos ofrece referencia de validez, #EMGregorioMarañon
- 👍 La medicina basada en la evidencia (MBE), tiene en cuenta:
 - Proceso diagnóstico.
 - Intervención terapéutica.
 - Aspectos preventivos.
 - Aspectos económicos de salud. #EMGregorioMarañon
- 👍 La neuropsicología cumple los tres primeros de estos criterios de MBE. Además, se usa como medidor de evidencia el NICE (The National Institute for Health and Care Excellence). Estos niveles de evidencia ofrecen valores de recomendación que seguimos los profesionales en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 👍 En #EsclerosisMúltiple hay evidencia científica de que la rehabilitación neuropsicológica funciona. Fabiola ofrece algunas referencias de estudios y revisiones específicos en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 👍 Los estudios más eficaces se centran en aspectos cognitivos concretos que además ayudan a mejorar las demás áreas de cognición afectadas #EMGregorioMarañon
- 👍 Además, los estudios van afinando también en los perfiles de las personas afectadas, lo que nos permite tener base para afinar la intervención y personalizarla #EMGregorioMarañon
- 👍 La rehabilitación cognitiva se realiza por dominios cognitivos, por ejemplo, en atención y memoria, los pacientes con este tratamiento neuropsicológico han mejorado y se mantiene en el tiempo por la incorporación de estrategias #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 👍 En memoria prospectiva, también se encontraron resultados positivos en pacientes que habían recibido el tratamiento neuropsicológico y además se mantiene en el futuro. Se puede mejorar la memoria a futuro, crear estrategias y sea útil en la vida cotidiana #EMGregorioMarañon
- 👍 La velocidad de procesamiento de la información, que es el síntoma cognitivo más frecuente, también mejora con la intervención neuropsicológica, no sólo la velocidad, sino también la capacidad de aprendizaje #EMGregorioMarañon
- 👍 Resumiendo: Hay modelos de rehabilitación neuropsicológico que funcionan en distintos ámbitos cognitivos, son eficaces y mejoran la vida cotidiana en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 👍 Estos cambios no sólo se notan en la vida cotidiana y los test, también se ven en la neuroimagen (no es lo mismo que la RM) #EMGregorioMarañon
- 👍 Fabiola nos habla de un programa EM-Line que tiene un nivel de eficacia bueno y es gratuito, aunque no se utiliza a nivel profesional factible para hacer en casa em-line.com/es/ #EMGregorioMarañon
- 👍 En España también estamos estudiando en neuropsicología, Fabiola nos muestra un estudio que se está realizando en La Princesa y que esperamos poder mostrar resultados próximamente en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 👍 Conclusiones, es importante conocer la #EsclerosisMúltiple y el deterioro cognitivo, los síntomas pueden aparecer al inicio, durante, avanzada o nunca. Es importante

observar los síntomas. La reserva cognitiva es un activo a trabajar para mejorar calidad de vida #EMGregorioMarañon

- 👍 Tenemos profesionales y herramientas que nos pueden ayudar a detectar y trabajar estos síntomas cognitivos en #EsclerosisMúltiple, ante la sospecha de síntomas, comunicarlo. #EMGregorioMarañon
- 👍 Disponemos de recursos para realizar una adecuada atención neuropsicológica basada en la evidencia, fundamentalmente en asociaciones y fundaciones de pacientes de #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 👍 La rehabilitación cognitiva tiene que ser personalizada e individualizada para cada persona con #EsclerosisMúltiple, y además ¡funciona! #EMGregorioMarañon
- 👍 Turno de preguntas para @fabiola1garcia, ¿Tienes una? #EMGregorioMarañon
- 👍 Una pregunta de los asistentes, rehabilitación, entrenamiento ¿Pero si las sesiones son parecidas a lo que hago con el móvil? ¿Lo que estoy haciendo mejorará o igual estoy perdiendo algo? Una app general mantiene, pero no interviene con objetivo #EMGregorioMarañon
- 👍 Mantenerse activo con apps, sudokus, sopas de letras etc. Es bueno, mantiene, pero igual no trabajamos lo que necesitamos para nosotros, rehabilitación neuropsicológica dirigida por un profesional en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon,
- 👍 ¿Dónde me puedo dirigir si tengo síntomas cognitivos?
Comentarlo con el neurólogo
Si hay neuropsicóloga en el hospital, derivación allí
Entidades de pacientes @ADEMMADRID y @FundacionEMM para hacer evaluación más amplia y trabajar en rehabilitación #EMGregorioMarañon
- 👍 Finalizamos ya, Gracias @fabiola1garcia por la estupenda charla sobre cognición en #EsclerosisMúltiple👏👏👏👏 #EMGregorioMarañon