



Servicios escolares

# Guía escolar para estudiantes con esclerosis múltiple

## ¿Qué es la esclerosis múltiple (EM)?

La esclerosis múltiple es una enfermedad crónica que con frecuencia lo deja a uno inválido, y afecta al sistema nervioso central (SNC). El SNC está compuesto del cerebro, la médula espinal y los nervios ópticos. La EM daña la cobertura protectora que envuelve las células nerviosas (vaina de mielina). Cuando esta cobertura del nervio se daña, los impulsos nerviosos disminuyen o se detienen. El daño al nervio lo causa la inflamación que ocurre cuando las células inmunitarias del mismo cuerpo atacan al sistema nervioso. Se desconoce qué desencadena la inflamación. Las teorías más comunes indican que puede ser un virus, defectos genéticos o una combinación de ambos.

## ¿En qué forma afecta al desempeño escolar la esclerosis múltiple?

Los síntomas varían, porque la ubicación y gravedad de cada brote pueden ser diferentes. Los incidentes pueden durar días, semanas o meses. Estos incidentes se alternan con periodos de síntomas reducidos o inexistentes (remisiones) y con el regreso de los síntomas (recaídas). Muchos de estos síntomas son «invisibles», varían en intensidad y van y vienen al azar.

- Fatiga extrema (empeora en las tardes).
- Dolor intenso.
- Espasmos musculares dolorosos.
- Adormecimiento y hormigueo en cualquier región.
- Visión doble, movimientos oculares rápidos, pérdida de la vista.
- Atención disminuida, mal criterio y amnesia.
- Dificultad para razonar, resolver problemas y procesamiento lento.
- Depresión o ansiedad.
- Mareos.
- Disminución de la capacidad auditiva.
- Micción frecuente o incontinencia.
- Estreñimiento o fuga de excremento.

Los otros síntomas que pueden ser «visibles»:

- Pérdida del equilibrio.
- Problemas de coordinación y para hacer movimientos finos.
- Problemas para mover los brazos y piernas (caminar).
- Temblores o debilidad en uno o más brazos o piernas.
- Problemas de dicción (lenguaje mal articulado).
- Dificultad para masticar o tragar.
- Posibilidad de convulsiones.

## ¿ En qué forma pueden ayudar las escuelas a los estudiantes con EM?

### En lo académico

- Comenzar intervenciones académicas de inmediato bajo la sección 504 o IDEA para otros impedimentos de salud.
- Evaluar la necesidad de fisioterapia, ergoterapia (terapia ocupacional), logopedia (terapia del habla y lenguaje) y tecnología de asistencia lo más pronto posible.
- Puede que sea necesario el uso de aparatos de asistencia tales como la silla de ruedas, la andadera o las barras en las paredes.
- Establecer servicios escolares en casa o servicios en casa intermitentes, si el estudiante va a faltar por cuatro semanas consecutivas o más.
- Si las manos se ven afectadas, dar los exámenes en forma oral, sin calificar o sancionar lo escrito a mano.
- Usar una computadora portátil (laptop) o computadora para tareas, ensayos, pruebas y notas.
- Proporcionar una copia en escrito de las notas antes de la clase o grabar las notas durante la clase.
- Proporcionar ayudas para memorizar (como organizadores o una lista detallada de tareas).
- Tener tareas de lectura grabadas o material por escrito ampliado en caso de que la vista del estudiante esté afectada.
- Ser flexible con las tareas, actividades en la escuela o ambas, ya que la sobrecarga de trabajo puede ser estresante.
- Considerar días modificados, medios días o clases opcionales, cuando sea necesario.
- Dar las clases más difíciles temprano en el día.

### En lo social y lo emocional

- Llevar a cabo reuniones informativas con cualquier miembro del personal involucrado con el estudiante.
- Proporcionar consejería para afrontar el estrés social y emocional.
- Seleccionar a una persona de apoyo para abordar las preocupaciones del estudiante que puedan surgir.
- Tener comunicación frecuente entre el estudiante, los padres, la enfermera escolar y el equipo médico.

### En lo físico

- Incorporar periodos de descanso dentro del horario del estudiante, debido a la fatiga.
- Considerar un juego de libros de texto adicional (uno para la casa y otro para la escuela).
- Considerar asignarle dos casilleros en la escuela (uno en el piso de arriba y uno en el piso de abajo).
- Cuando las piernas estén afectadas, darle un pase para el uso del ascensor en lugar de las escaleras.
- Programar los exámenes y proyectos grandes con fechas de vencimiento separadas, para evitar la fatiga.
- El estudiante va a necesitar descansos durante los exámenes estandarizados, para evitar la fatiga.
- El estudiante va a poder participar en actividades escolares, pero con posibles limitaciones.
- Darle tiempo adicional para ir de una clase a otra.
- Darle asiento preferencial.
- Darle un pase para el uso del baño permanente en caso de que el estudiante tenga dificultades para evacuar y orinar.
- Darle un pase permanente para la enfermería.
- Tener una muda de ropa en caso de que el estudiante se ensucie.
- Evitar la fatiga, el estrés, las temperaturas extremas y que esté expuesto a enfermedades.
- Puede que necesite Educación Física adaptada.

### Bibliografía

[www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000737.htm](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000737.htm)  
[www.mayoclinic.com/health/demilinatingdisease](http://www.mayoclinic.com/health/demilinatingdisease)  
[www.nationalmssociety.org/living-with-multiple-sclerosis](http://www.nationalmssociety.org/living-with-multiple-sclerosis)  
[www.wmedicinehealth.com/multiple\\_sclerosis/page3\\_em.htm](http://www.wmedicinehealth.com/multiple_sclerosis/page3_em.htm)  
[www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000737.htm](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000737.htm)  
[www.mayoclinic.com/health/demilinatingdisease](http://www.mayoclinic.com/health/demilinatingdisease)

### Departamento de Servicios Escolares

Children's Health, Children's Medical Center  
Dallas 214-456-7733  
Plano 469-303-4418

