



Disreflexia autónoma

Lucas se ha despertado todas las mananas a las 4 am cubierto de sudor. Cuando gira hacia el otro lado, el sudor desaparece y puede volver a dormirse.

Amy tiene escalofr os y una jaqueca punzante cada vez que su cuidador realiza la estimulación digital en su programa intestinal. Cuando finaliza el programa, la jaqueca desaparece.

Durante los dos últimos días, Mitch ha sufrido de jaquecas que no desaparecen, incluso después de tomar Tylenol o Advil. Además, empeoraron sus espasmos musculares y anoche mojó la cama...¿Que esta pasando?

¿Que tienen en comun todas estas historias? Todas describen los ejemplos típicos de las personas que experimentan la disreflexia autónoma (DA o autonomic dysreflexia).

¿Qué es la disreflexia autónoma?

La disreflexia autónoma (DA), también conocida como hiperreflexia autónoma, es una condición de emergencia. Es una respuesta anormal que se produce cuando su cuerpo experimenta dolor o incomodidad por debajo del nivel de la lesión de su médula espinal (SCI o *Spinal Cord Injury*). Debido a que el mensaje de dolor o trastorno no llega al cerebro por la lesión en la médula espinal, aumenta la presión sanguínea hasta niveles peligrosos. Si no se encuentra y trata inmediatamente la causa del dolor o trastorno, pueden producirse complicaciones graves como accidente cerebrovascular, daño en un órgano, lesión cerebral permanente o inclusive, la muerte.

El contenido de este documento es para fines de información general solamente y no sustituye el asesoramiento médico profesional o tratamiento para la afección médica específica. No se insinúa ni establece de otro modo una relación profesional por el hecho de leer este documento. Usted no podrá utilizar esta información para diagnosticar o tratar un problema de salud o una enfermedad, sin consultar con un proveedor calificado de atención médica. Muchos de los recursos mencionados no están afiliados a Craig Hospital. Craig Hospital no asume responsabilidad por materiales de terceros u otras acciones u omisiones como resultado de contenidos o sugerencias realizadas en este documento y no se deberá recurrir al mismo sin investigación independiente. La información de esta página es un servicio público suministrado por Craig Hospital y de ninguna manera representa una recomendación o autorización de Craig Hospital.

¿Quiénes están en riesgo de DA?

El grado en el cual usted es susceptible a DA es afectado por el nivel y la extensión de su lesión en la médula espinal:

- Cualquier persona con un nivel T6 o superior de SCI está en riesgo
- Los individuos con un nivel T6-T10 de SCI puede estar en riesgo moderado
- Los individuos con un SCI por debajo de T10 no están en riesgo de experimentar DA

¿Qué sucede con su cuerpo durante la DA?

Cuando sufre dolor, estímulos físicos o molestias, su cuerpo envía un mensaje a su médula espinal que a su vez lo reenvía a su cerebro. Por ejemplo, antes de su lesión, su vejiga le comunicaría a su cerebro: “¡Eh, está demasiado lleno por acá!” y el cerebro dirigiría al cuerpo al baño y luego le indicaría a la vejiga cuándo sería apropiado ir. Ahora que la médula espinal está lesionada, el mensaje no llega al cerebro y viceversa: su cerebro simplemente no sabe que algo no está bien y que la vejiga sigue expandiéndose con orina....¡esto puede ser realmente doloroso!

Piense en DA como el plan de soporte del cuerpo cuando el cerebro no responde al dolor. Como el cerebro no recibe el mensaje de dolor, aumenta su presión sanguínea: esto es la DA. Cuando aumenta su presión sanguínea, puede provocar todo tipo de signos y síntomas que no parecen estar relacionados, incluida jaqueca punzante, sudoración, escalofríos, congestión nasal, visión borrosa o piel con manchas de color rojo. El aumento no tiene que ser demasiado alto como para ser considerado una DA, sólo 20 puntos sobre su presión sanguínea en los adultos y 15 puntos sobre la presión sanguínea normal en los niños.

Por ejemplo, es muy común que las personas tengan baja presión sanguínea después de la lesión en la médula espinal. Si su presión sanguínea normal es de 100/75, una señal de que está teniendo una DA sería una presión sanguínea de 120/95, recuérdelo: ¡esta se considera como presión sanguínea normal en las personas *sin* una lesión en la médula espinal!

Si esto se considera normal para la mayoría de las personas en el mundo, ¿por qué es tan peligrosa? Su presión sanguínea indica qué cantidad de presión soportan sus venas y arterias cada vez que late su corazón. Si sus venas y arterias están acostumbradas a tener baja presión y luego su corazón empieza a bombear más y con mayor esfuerzo, puede ocurrir que sus venas y arterias no puedan tomarla. Un aumento de la presión de sólo 15-20 puntos sobre su nivel normal es suficiente como para provocar que una arteria o vena se rompa: esto se conoce como un accidente cerebrovascular y puede resultar en el daño cerebral o corporal permanente o incluso ¡la muerte! Ese es el motivo por el cual es tan importante que usted conozca cuál es su presión sanguínea normal y que le diga al médico cuándo es una presión alta para usted.

Signos y síntomas de DA:

- Jaqueca severa o punzante
- Escalofríos o piel de gallina
- Sudoración
- Cambios en la visión como ver puntos o pérdida de la visión
- Ansiedad o sensación de aprehensión
- Piel enrojecida o manchada en la cara, cuello u hombros
- Congestión nasal
- Baja presión sanguínea

Disreflexia autónoma

¿Qué causa la DA?

Cualquier cosa que cause dolor o molestias, provocará dolor y molestias en alguien sin la sensación completa en el cuerpo. Las tres causas más comunes de DA para las personas con lesión de la médula espinal son los problemas con la vejiga, intestino y piel.

Vejiga

Los problemas de la vejiga son la causa más común de DA. La vejiga demasiado llena es lo primero que hay que controlar. El dolor o molestia de la vejiga puede ser causada por:

- Catéter obstruido o plegado
- Bolsa del catéter llena, defectuosa o que no está adherida correctamente
- Vaciado incompleto de la vejiga si usa la cateterización intermitente
- Infección del tracto urinario o UTI (*Urinary Tract Infection*): también conocida como infección de la vejiga
- Cálculos en la vejiga o riñón
- Algunas veces someterse a pruebas médicas en su vejiga, como la prueba urodinámica o la citoscopia pueden causar DA

¿Se acuerda de Mitch? Es el hombre al comienzo de este folleto que tuvo una jaqueca durante los dos días anteriores y que no desaparecía, incluso después de tomar Tylenol o Advil. Además, sus espasmos musculares empeoraron y anoche mojó la cama...¿Qué está pasando?

Mitch puede tener una infección del tracto urinario que le provoca trastornos e irritación en su vejiga. La irritación de la vejiga le ocasiona DA y aumenta sus espasmos musculares y de la vejiga (por eso, mojó la cama). Necesita ir al médico y tratar la infección. Una vez que se trata la infección y la vejiga está menos irritada, ¡sus síntomas desaparecerán!

Intestino

Los problemas del intestino también pueden provocar DA. Algunos problemas comunes del intestino son:

- Constipación o heces duras
- Hemorroides
- Gases, hinchazón abdominal o flatulencias
- Infección de los intestinos

Si te acuerdas del inicio de este folleto, Amy tiene escalofríos y una jaqueca punzante cada vez que su cuidador realiza la estimulación digital durante su programa intestinal. Cuando finaliza el programa, la jaqueca desaparece.

Disreflexia autónoma

Amy sufre de dolor con la estimulación digital que su cerebro no registra. Su cuidador necesita ser más suave o utilizar más lubricante con la estimulación digital...O, Ami puede hablar con su médico sobre el uso de una crema para adormecer el área.

Piel

Los problemas de la piel también pueden causar DA. Controle lo siguiente:

- Llagas por presión
- Uña del pie encarnada
- Quemaduras o quemaduras del sol
- Ampollas
- Picaduras de insectos
- Vestimenta, zapatos o aparatos ortopédicos ajustados
- Objetos duros o punzantes cerca de su piel
- Ubicación o inflado incorrecto del almohadón de la silla de ruedas
- Controle la constricción de los genitales: reacomode o cambie de posición

¿Se acuerda de Lucas que se despertaba cada mañana a las 4 am cubierto de sudor? Cuando gira hacia el otro lado, el sudor desaparece y puede volver a dormirse. Lucas no gira su cuerpo de acuerdo con un programa regular y su piel sufre de dolor debido a la excesiva presión. Cuando alivia la presión y se vuelve al otro lado, ¡el dolor se alivia y desaparecen los signos y síntomas de DA!

Otras causas del dolor

Recuerde que cualquier cosa que provocaba dolor o malestar antes de su lesión, aún puede seguir causándolo después de su lesión, pero puede ocurrir que su cerebro no reciba el mensaje debido a la ruptura de la médula espinal. ¡Sólo porque su cerebro no lo sabe, no significa que el dolor no exista!

Algunas cosas que pueden provocar dolor después de la lesión de la médula espinal que pueden resultar difícil registrar en el cerebro incluyen:

- Problemas abdominales como cálculos en la vejiga, úlceras estomacales, gastritis o apendicitis
- Problemas en la reproducción tales como menstruación, infecciones y embarazo (particularmente parto y alumbramiento)
- Coágulos de sangre
- Osificación heterotópica (HO o *Heterotopic ossification*)
- Huesos rotos
- Músculos demasiado estirados o tirante
- Clima con temperaturas extremadamente calurosas o frías

Disreflexia autónoma

Qué puede hacer si tiene DA

¡Recuerde que DA es una situación de emergencia! Su presión sanguínea sube y esto es muy peligroso. Si no puede encontrar la causa y tratarla inmediatamente, usted podrá tener complicaciones muy graves tales como accidente cerebrovascular, ataque o daño en su cerebro, hígado, riñón o corazón. Todos estos alteran su vida y pueden resultar en una lesión cerebral, problemas permanentes para la salud o la muerte.

1. Si no hay nadie que pueda ayudarlo, **llame al 911**. Si tiene ayuda o si hay alguien que puede ayudarlo, debe sentarse inmediatamente (a 90 grados). No se recueste ni recline debido a que esto puede aumentar aún más su presión sanguínea.
2. Haga controlar su presión sanguínea inmediatamente. Puede dejarse puesto el manguito y hacer que controlen su presión sanguínea cada cinco minutos. Además, controle su presión sanguínea después de realizar cualquier intervención.
3. Luego, encuentre la causa y ¡resuélvala! Controle que no haya problemas de la piel, vejiga o intestino.
 - a. ¿Tienes algún problema en la piel? Afloje cualquier vestimenta que pudiera estar demasiado apretada como un vendaje abdominal, medias elásticas de compresión, corbata, cuellos ortopédicos, correas de la bolsa para piernas, cinturones o zapatos. ¿Tiene una uña encarnada en el pie? ¿una escara en la piel? Controle su asiento ¿está sentado cómodo o incómodo?
 - i. Si el problema está en la piel y usted no puede resolverlo: **¡llame al 911** y vaya a la sala de emergencia inmediatamente!
 - b. Controle su vejiga: ¿está llena? Su catéter ¿está plegado u obstruido? ¿Pierde orina o el catéter tiene pérdidas? Asegúrese de que la orina fluye libremente a través del catéter y que su vejiga esté vacía.
 - i. Si el problema es con la vejiga y usted no puede resolverlo: **¡llame al 911** y vaya a la sala de emergencias inmediatamente!
 - c. ¿Tiene problemas intestinales? ¿Está constipado? ¿Tiene gases? ¿Diarrea? ¿Náuseas? ¿Vómitos? Realice rápidamente un control rectal en búsqueda de heces en la cavidad rectal.
 - i. Si el problema es con el intestino y no puede resolverlo, **¡llame al 911** y vaya a la sala de emergencias inmediatamente!
4. Si ya controló su vejiga, intestino y piel y no puede detener la DA, **llame al 911**. No conduzca su automóvil ya que es peligroso conducir con un DA.
5. Además, si descubrió la causa, pero no puede detener la DA, **llame al 911**.

No se sorprenda si varios proveedores de la salud no conocen la DA. Usted deberá ser un buen defensor de usted mismo y explicar qué es la DA y porque es una situación de emergencia.

Lleve siempre una Tarjeta de bolsillo de DA: puede bajar esta tarjeta del sitio Web de Craig Hospital. Le brinda información valiosa a sus enfermeras y médicos sobre la DA y cómo tratarla en una emergencia.

Disreflexia autónoma

Finalmente...

Ser un buen defensor de usted mismo significa que usted es un miembro activo del equipo en lo que respecta a su salud y la atención que recibe. Si no está lo suficientemente bien como para hablar usted mismo, haga que un amigo o familiar lo ayude a dirigir su atención.

- Hable de la DA con su familia, cuidadores y profesionales de la salud de forma tal que puedan ayudarlo
- Mantenga un diario de la DA con síntomas, causas y medidas correctivas tomadas
- Llame a su proveedor de la salud y notifíquelo sobre el episodio, aún si usted puede resolver el problema en casa
- En todo momento, lleve con usted un equipo de emergencia de DA:
 - Brazaletes para la presión arterial
 - Anestésico/ gelatina lubricante y guantes (para el control rectal)
 - Catéter extra (recto, externo, de drenaje o suprapúbico) y equipo de inserción
 - Equipo de irrigación de la vejiga con solución salina normal o agua estéril
 - Cualquier medicamento ordenado por su médico para tratar la DA en emergencias

Recuerde, usted está asociado con su médico para su atención médica a largo plazo. Usted necesita decirle al médico lo que puede o no hacer su cuerpo. Si no entiende lo que están diciendo o haciendo o si está incómodo con el plan de atención, hable y pida que se lo expliquen para poder entenderlo. ¡Ninguna pregunta está fuera de lugar!