

# Mitos y realidades sobre la epilepsia

EN ADOLESCENTES



mi  
nu  
tos

que cambian la vida

CONOCIENDO LA **EPILEPSIA**



**NEURAXPHARM**<sup>®</sup>  
Tu especialista en SNC

# mitos y realidades sobre la epilepsia

## EN ADOLESCENTES

**Los adolescentes con epilepsia tienen problemas en el instituto<sup>1</sup>**

MITO



REALIDAD

La mayoría de adolescentes con epilepsia pueden estudiar e ir a clase a diario<sup>1</sup>

**La epilepsia limita la vida de los adolescentes<sup>1</sup>**

MITO



REALIDAD

La mayoría de los adolescentes con epilepsia consiguen controlar sus crisis con la medicación adecuada<sup>1</sup>

**Los adolescentes con epilepsia no pueden practicar ningún deporte<sup>1</sup>**

MITO



REALIDAD

Ser activo es realmente importante y, a menudo, puede ayudar a los adolescentes a controlar mejor su epilepsia. La mayoría de los deportes y actividades son seguros para las personas con epilepsia. Si la persona tiene convulsiones periódicas o impredecibles, es posible que se deba tener un cuidado especial. El médico o enfermera especialista en epilepsia puede aconsejar qué actividades resultarán más seguras.<sup>1</sup>

**Todos los adolescentes con epilepsia se ven afectados por las luces parpadeantes y les provocan convulsiones graves<sup>1</sup>**

MITO



REALIDAD

Solo alrededor del 3-5% de las personas con epilepsia se verán afectadas por luces parpadeantes, y dependerá de su velocidad y brillo para desencadenar una convulsión (por ejemplo, en televisores, pantallas de ordenador, luces estroboscópicas, videojuegos, películas). Se denomina epilepsia fotosensible.<sup>1</sup>

**Los adolescentes con epilepsia no pueden viajar a destinos lejanos<sup>1</sup>**

MITO



REALIDAD

Las personas con epilepsia pueden viajar a cualquier parte, mientras lleven siempre consigo su medicación en el equipaje de mano.<sup>1</sup>

**Las personas con epilepsia tienen más riesgo de tener convulsiones durante el sexo<sup>1</sup>**

MITO



REALIDAD

No existen más probabilidades de tener convulsiones durante las relaciones sexuales, son las mismas que en cualquier otro momento.<sup>1</sup>

**La epilepsia es para toda la vida<sup>2</sup>**

MITO



REALIDAD

La epilepsia no tiene que ser necesariamente una condición de por vida. Si bien es verdad que actualmente no existe una cura para la epilepsia, algunos casos de epilepsia infantil se “superan”, y alrededor del 70% de las personas con epilepsia pueden dejar de tener convulsiones gracias a la medicación.<sup>2</sup>

**Los adolescentes con epilepsia deben seguir una dieta estricta<sup>1,3</sup>**

MITO



REALIDAD

Los adolescentes con epilepsia no tienen que seguir una dieta estricta, pero sí algunas recomendaciones:<sup>1,3</sup>

- ▶ Evitar saltarse comidas, porque puede provocar un nivel bajo de azúcar en la sangre.
- ▶ Beber mucha agua y mantener una dieta rica en vegetales.
- ▶ Evitar bebidas energéticas, ya que contienen grandes cantidades de cafeína.

# mi nu tos

que cambian la vida

CONOCIENDO LA **EPILEPSIA**

**Ser un adolescente con epilepsia puede ser difícil a veces. Para afrontar mejor los desafíos del día a día, será importante que entiendas tu epilepsia y cómo afecta a tu vida diaria. Hay algunos mitos que tu entorno y tú deberíais conocer.¹**

[www.conociendolaepilepsia.es](http://www.conociendolaepilepsia.es)

## Referencias

1. Epilepsy Ireland. A Guide For Young People with Epilepsy. Disponible en: [https://www.epilepsy.ie/sites/www.epilepsy.ie/files/Teens\\_Booklet%202018.pdf](https://www.epilepsy.ie/sites/www.epilepsy.ie/files/Teens_Booklet%202018.pdf)
2. Epilepsy Foundation. Myths and Misconceptions. Disponible en: <https://epilepsyfoundation.org.au/understanding-epilepsy/about-epilepsy/myths-and-misconceptions/>
3. Epilepsy Foundation. Young People and Epilepsy. Disponible en: <https://epilepsyfoundation.org.au/managing-epilepsy/young-people-andepilepsy/>



@Neuraxpharm\_es

[www.neuraxpharm.es](http://www.neuraxpharm.es)



**NEURAXPHARM**<sup>®</sup>

Tu especialista en SNC