

## ESCLEROSIS MÚLTIPLE Y EMBARAZO

**Dra. Gloria de Lourdes Llamosa García Velázquez**

No hay un acontecimiento más feliz y esperado para la mayor parte de las parejas que tener un bebé. Cuando tenemos esclerosis múltiple, enfrentamos una gran preocupación por un futuro incierto, las repercusiones sobre nuestra vida, particularmente sobre la sexualidad y la procreación. Los riesgos de que se herede la enfermedad y si el embarazo la puede empeorar. Por eso la planeación para tener un bebe debe iniciarse mucho tiempo antes de tomar la decisión.

El avance la ciencia ofrece varios medicamentos, que se llaman modificadores de la enfermedad, porque pueden cambiar la severidad de sus manifestaciones, también existen otros que se conocen como “sintomáticos” que nos permiten mejorar de las molestias que pueden acompañar a la esclerosis múltiple, así como manejo de rehabilitación, nutricional, psicológico, encaminados a mantener la calidad de vida de las personas con esclerosis múltiple.

Los médicos principalmente neurólogos, coordinan el manejo integral de los pacientes, lo ideal en las parejas que desean tener hijos y uno tiene esclerosis múltiple es antes de nada, acercarse a su neurólogo y al ginecólogo de confianza, para compartir la decisión y la gran aventura de tener un hijo.

En el caso de que la mujer sea la paciente, hecho más frecuente, el neurólogo analizará la situación basándose en la evolución de la enfermedad, cuantos brotes ha tenido, que tratamientos ha recibido, cual ocupa actualmente y como ha respondido. Si se ha recuperado por completo de las recaídas o brotes, o presenta alguna secuela. Si hay otras enfermedades y que tratamiento tienen, si debe continuar con los medicamentos o puede suspenderlos durante el embarazo, platicando abiertamente cuáles son los riesgos posibles de una decisión o la otra.

Aspectos como: el apoyo de su pareja, de su familia, que recursos de seguridad social y laboral resultan muy importantes. Discutirá también con la pareja todo lo que tiene a favor la decisión de tener un bebé, cuáles son los posibles problemas y como enfrentarlos, si conviene posponer la decisión o en pocos casos incluso no decidir el embarazo.

El papel del ginecólogo es crucial, vigilará otros aspectos que independientemente de la esclerosis múltiple, al igual que en cualquier otra mujer, pueden influir en lograr un embarazo exitoso y un bebe sano. Varios estudios en el mundo han demostrado que una mujer por lo demás sana, que está bien controlada de la esclerosis múltiple, que recibe atención cercana por neurólogo, ginecólogo y en general por los servicios de la salud, con apoyo de

su familia, no tiene diferencia en tener un bebe sano, que el resto de la población, ya sea por parto o por cesárea, según señale el ginecólogo.

Típicamente durante el embarazo, particularmente en los últimos tres meses, los brotes de la enfermedad son raros, pero después de que nace el bebe, el riesgo de tener un brote aumenta, por lo que los cuidados del neurólogo en ese periodo son muy importantes también, con frecuencia indicará medicamentos como los esteroides, inmediatamente después del parto, para tratar de prevenir este riesgo.

Generalmente darle leche materna al bebe será posible, pero en general se acepta que la madre durante ese periodo no tome medicamentos a menos que sea estrictamente necesario la madre puede tener un parto o si es necesario una cesárea, ambos con las técnicas habituales de anestesia y en la mayoría un bebe sano.

El ginecólogo, vigilará todo el proceso y le indicará vitamínicos, reposo y medidas generales según proceda, en todo caso, neurólogo y ginecólogo en coordinación entre ellos y con la pareja, desde antes de decidir el embarazo. La futura madre evitará: fumar, tomar alcohol, drogas, utilizar medicamentos que no le recetan sus médicos, llevará una dieta sana, hará ejercicio indicado según el caso, evitará fatiga y riesgos innecesarios. Es posible que requiera apoyo adicional tanto mientras se espera al bebe como cuando ya nació. La futura madre deberá tomarse más tiempo de descanso durante el día, tener a la mano un plan de contingencia, la pareja, o algún familiar de confianza dispuestos a ayudarla, a cuidar del bebe, bañarlo, alimentarlo, etc. En el día y a veces también en la noche. En el caso de que viniera un brote, tener pensado, en quien confiar. Es recomendable que la nueva madre aproveche el tiempo en que el recién nacido duerme, para descansar. Algunas pacientes tienen una secuela que pueda dificultar un poco por ejemplo un parto normal, pero aun así habría que considerar con el ginecólogo otras opciones como la cesárea. Si hay algún problema de movimiento o de coordinación, puede necesitar ayuda por ejemplo para cargar al pequeñito, cortarle las uñas o bañarlo. Si la paciente está en un periodo muy activo de la esclerosis múltiple, tiene varias recaídas en un año, lesiones nuevas en su resonancia, muchas secuelas y necesidad de utilizar medicamentos, generalmente el neurólogo le propondrá esperar un mejor control, antes de decidirse a embarazar. A veces no se planeó el embarazo, no es lo ideal, pero no es razón para avergonzarse y perder tiempo en contactar de inmediato al médico quien nos aconsejará para hacer todo lo posible para que todo salga muy bien.

Cuando es el padre el que tiene esclerosis múltiple, pocos medicamentos modificadores de enfermedad deberán ser suspendidos por precaución antes de decirse al embarazo, pero en términos generales, no hay mayor peligro para sus hijos. Sin embargo también él requerirá comprensión, cariño y apoyo de su pareja y de su familia.

Los hijos de un padre o una madre con esclerosis múltiple tienen ligeramente más riesgo de padecerla, pero en general no en forma tan importante que se aconseje no tener hijos. Cuando el paciente con esclerosis múltiple es uno de nuestros hijos o hijas deberemos ofrecer la información de fuentes serias, muchos años antes de la decisión, hablando claramente con ellos, con auxilio del médico sobre la sexualidad. Impulsándolos a seguir las indicaciones, tener apego a sus medicamentos, hacer ejercicio, llevar una dieta sana, y hábitos sanos, para tener las menos recaídas, y la mejor recuperación posible. Desde que como pacientes somos conscientes, hombre o mujer, debemos preguntar al médico sin pena sobre sexualidad, anticonceptivos, momento ideal para el embarazo, opciones de parto o cesárea, posibilidad de amamantar al recién nacido, etc. La espera de un bebé debe ser un evento maravilloso para toda la familia, un motivo de gusto, aunque se comprende que también habrá preocupaciones lógicas, mientras más se planea, en coordinación con los médicos de confianza con experiencia en la enfermedad, las posibilidades de un recién nacido sano son altas. Por supuesto que esto supone que la pareja atenderá las indicaciones de sus médicos.

¡Así que si piensan en tener un hijo cuénteselo antes que a nadie a su médico de confianza, y muchas felicidades!