



American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Cambios de personalidad después de un ataque o derrame cerebral

American Stroke Association
(Asociación Americana del Corazón)





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

¿Qué es un cambio de personalidad?

La personalidad se refiere a los patrones característicos del comportamiento, el pensamiento y las emociones, y pueden sufrir grandes cambios y variaciones después de un ataque o derrame cerebral.

Entre algunos cambios comunes, se incluyen los siguientes:

- Impulsividad
- Desinterés
- Síndrome pseudobulbar
- Depresión
- Ansiedad
- Ira, irritabilidad y agresividad
- Confusión
- Falta de memoria
- Fatiga



American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

¿Qué es un cambio de personalidad?

Un ataque o derrame cerebral es una lesión en el cerebro.

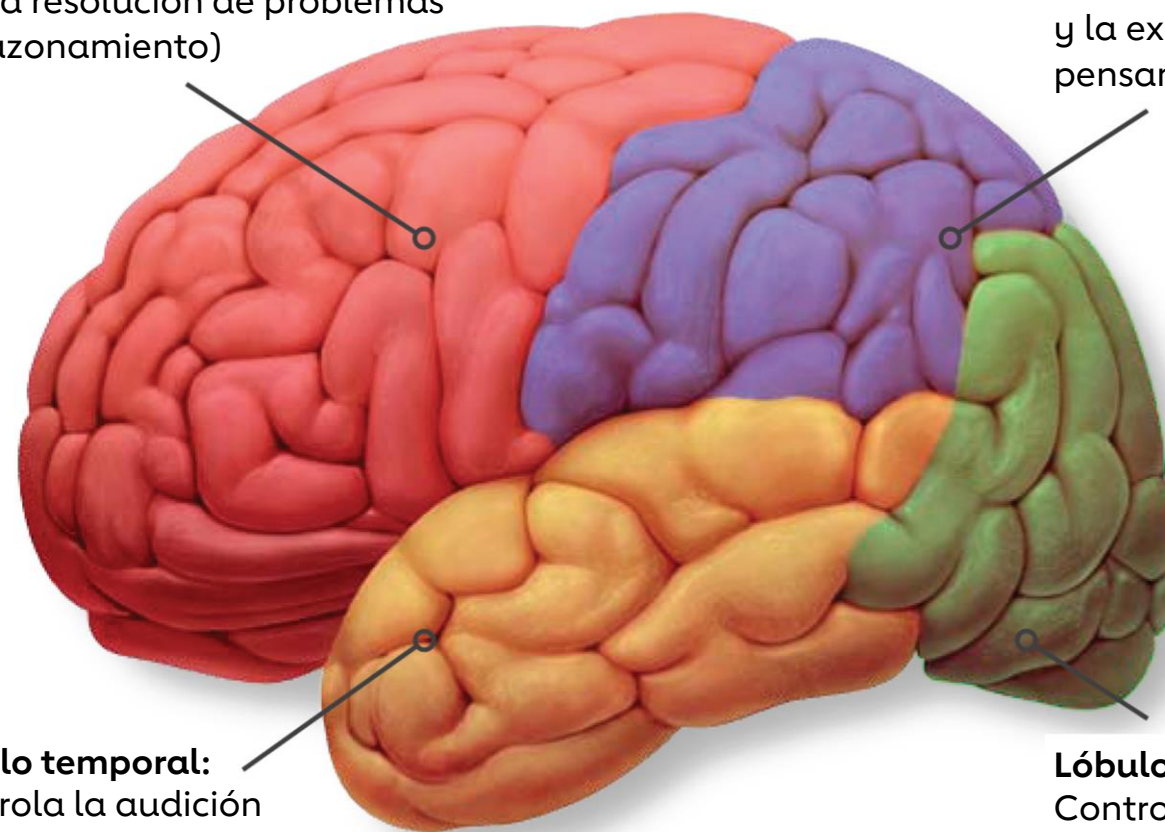
Los síntomas psicológicos pueden variar según la zona del cerebro afectada por el ataque o derrame cerebral.

Lóbulo frontal:

Control motor de los músculos voluntarios, la personalidad, la concentración, la organización y la resolución de problemas (razonamiento)

Lóbulo parietal:

Controla el tacto, la presión y temperatura, la comprensión del habla y la expresión de los pensamientos



Lóbulo temporal:

Controla la audición y la memoria auditiva y visual

Lóbulo occipital:

Controla la visión y el reconocimiento visual



American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

El duelo después de un ataque o derrame cerebral

Poco después de un ataque o derrame cerebral, los sobrevivientes y sus familias comienzan a comprender las pérdidas y se enfrentan a un proceso de duelo. Es posible que tú y tu familia sientan que están en una montaña rusa de emociones. Esto es normal.

Reconocer las etapas comunes del duelo puede ayudarte a enfrentar los cambios emocionales que acompañan un ataque o derrame cerebral. Esto también puede ayudar a tus familiares y amigos a comprender mejor tus pensamientos, emociones y acciones.

El duelo es un proceso gradual de sanación y cada persona lo vive a su propio ritmo.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Tipos de cambios de personalidad

La pérdida de la identidad anterior de una persona y el proceso de duelo están estrechamente relacionados y pueden manifestarse de muchas maneras, como depresión, irritabilidad, ira, ansiedad y desinterés.

Estos síntomas pueden angustiar a los sobrevivientes y a sus cuidadores y suelen afectar negativamente la calidad de vida de una persona y sus resultados clínicos. Sin embargo, estas afecciones no siempre son aparentes y suelen pasar desapercibidas por los profesionales de la salud. Exploraremos cada uno de estos síntomas con mayor detalle.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Ira, irritabilidad y agresividad

Cerca del 15% al 35% de los sobrevivientes muestran señales de una mayor irritabilidad después de un ataque o derrame cerebral.

La ira, la irritabilidad y la agresividad se dan en muchas personas que se frustran o pierden la paciencia con más facilidad que antes del ataque o derrame cerebral. Esto puede incluir enojarse fácilmente con sus cónyuges u otros familiares por asuntos triviales. Los comportamientos agresivos también pueden consistir en golpear o lastimar a otras personas, patear, morder, agarrar, empujar, lanzar objetos, insultar o gritar.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Depresión

La depresión es una enfermedad compleja que puede incluir síntomas como fatiga, apatía, pérdida del interés/placer y disminución de la concentración. Aproximadamente el 30% de los pacientes que sufrieron un ataque o derrame cerebral presenta depresión en los cinco años posteriores a este evento.

- **Situacional:** Un evento estresante como un ataque o derrame cerebral u otra emergencia de salud, un divorcio, los problemas en el trabajo, las relaciones personales, etc. pueden causar depresión. Por lo general, se resuelve con el tiempo.
- **Biológica:** Las anomalías en los niveles químicos del cerebro, la genética e incluso tener una personalidad con una tendencia a abrumarse con facilidad pueden provocar depresión.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

La pérdida de la memoria es provocada por la pérdida de neuronas en el cerebro. Cuando la pérdida de memoria es tan grave que interfiere en el funcionamiento cotidiano, se convierte en demencia.

El efecto de un ataque o derrame cerebral en la memoria depende de la zona del cerebro y la forma en que este sufrió una lesión, además del estado de salud general del sobreviviente. Cada lado del cerebro controla funciones diferentes. Un ataque o derrame cerebral en un lado del cerebro causará problemas diferentes que uno que afecte el otro lado del cerebro. Esto significa que la pérdida de la memoria no será igual para cada sobreviviente de ataque o derrame cerebral.

Falta de memoria





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Tipos de problemas de memoria

Dos tipos de memoria pueden verse afectados por un ataque o derrame cerebral:

- **Verbal:** Nombres, historias e información relacionada con las palabras
- **Visual:** Rostros, formas, rutas o cosas observadas

En este caso, la **rehabilitación cognitiva** puede ser de ayuda. Esto puede ser tan simple como jugar a juegos de imitación, a emparejar cartas de memoria, al sudoku, a rompecabezas de búsqueda de palabras, a encontrar las diferencias entre dos imágenes y a juegos de mesa.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Confusión

La confusión puede controlarse mejor cuando las personas a cargo del cuidado minimizan el desorden y las distracciones en el entorno del sobreviviente, además de reducir los estímulos visuales y sonoros (como la televisión o la música). Los entornos silenciosos y tranquilos pueden ayudar a la persona a concentrarse en una tarea.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Ansiedad

Aproximadamente el 20% de los sobrevivientes de un ataque o derrame cerebral sufren de niveles significativos de ansiedad en algún punto luego del evento.

Los trastornos de ansiedad pueden variar, pero suelen caracterizarse por un miedo excesivo e irracional y dificultad o angustia a la hora de gestionar tareas cotidianas. Muchas personas padecen niveles significativos de síntomas físicos, como palpitaciones cardíacas y dificultad para respirar, o síntomas cognitivos, como la sensación de pérdida del control. En otros casos, la ansiedad se manifiesta mediante problemas del comportamiento, como evitar realizar ciertas actividades.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Desinterés

Entre un 20% y un 25% de los sobrevivientes de un ataque o derrame cerebral presenta desinterés.

Suele asociarse a la depresión y al deterioro cognitivo, pero puede ocurrir de forma independiente. Los sobrevivientes que presentan desinterés suelen tener más dificultades para recuperarse después de un ataque o derrame cerebral.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Síndrome pseudobulbar (PBA)

El síndrome pseudobulbar (PBA, por sus siglas en inglés), también conocido como **inestabilidad emocional o risa y llanto patológicos**, es una afección asociada a muchos de los comportamientos inusuales e inesperados de los sobrevivientes de un ataque o derrame cerebral. La incidencia de PBA se ha informado en un 6% a un 34% de los sobrevivientes de ataques o derrames cerebrales y es más común en mujeres.

El PBA consiste en demostraciones emocionales intensas y generalmente inapropiadas, que con frecuencia no se relacionan con la forma en que el sobreviviente se siente en ese momento. Por ejemplo, una persona que tiene PBA puede reírse repentinamente cuando ve a alguien herido o llorar como respuesta a una broma.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Síndrome pseudobulbar (PBA)

Los comportamientos inapropiados provocados por el PBA pueden tener un efecto negativo en las relaciones del sobreviviente del ataque o derrame cerebral, lo que lo lleva a un estado de aislamiento y exacerba la depresión y la ansiedad.

Las personas que están a cargo del cuidado pueden ayudar concientizando al sobreviviente sobre los factores que provocan estas emociones, como la fatiga, el estrés, la ansiedad y los entornos ruidosos y demasiado concurridos. Los medicamentos también pueden ayudar.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Impulsividad

La impulsividad se caracteriza por la incapacidad para pensar con antelación o comprender las consecuencias. Es más común en las personas que sufrieron un ataque o derrame cerebral del lado derecho o en el lóbulo frontal.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Diagnóstico

La detección e identificación de la depresión posterior al ataque o derrame cerebral es fundamental para su tratamiento y control.

El diagnóstico suele basarse en una evaluación clínica en conjunto con escalas de evaluación. Un ejemplo es el cuestionario de nueve aspectos de la salud del paciente. Las preguntas se relacionan con el grado de interés en hacer actividades, sentirse mal o depresivo, la dificultad para dormir, los niveles de energía, los hábitos de alimentación, la autopercepción, la capacidad de concentración, la velocidad de funcionamiento y los pensamientos suicidas.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Técnicas de afrontamiento

Reconoce los síntomas y busca ayuda, en especial si el comportamiento se presentó recientemente.

Esto puede incluir consultar con un terapeuta o solo hablar con un amigo o ser querido. Los sobrevivientes de un ataque o derrame cerebral pueden aislarse con facilidad, en especial si tienen dificultades con sus nuevas limitaciones físicas. Relacionarse con otras personas puede hacer una gran diferencia en la recuperación.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Técnicas de afrontamiento

- Sigue una rutina establecida.
- Comunícate con mensajes cortos para adecuarse a la capacidad de atención del sobreviviente.
- Divide las tareas en pasos simples.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Técnicas de afrontamiento

Usa fotografías o imágenes para ayudar al sobreviviente a recordar cosas. Ten en cuenta que un ataque o derrame cerebral es una lesión en el cerebro, por lo que puede afectar la memoria.

Parte de la terapia de rehabilitación puede incluir entrenar al sobreviviente para reconocer objetos y personas que podría haber olvidado.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Técnicas de afrontamiento

Como persona encargada de los cuidados o familiar, es importante mostrar comprensión y ofrecer sugerencias. Sé paciente.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Técnicas de afrontamiento

Ten un sistema de apoyo.

Muchos pacientes y sus seres queridos consideraron que los grupos de apoyo son una ayuda para procesar las emociones que son complicadas. Cuidar a un ser querido que sufrió un ataque o derrame cerebral suele ser agotador, por lo que es importante que las personas que tienen un rol de cuidados se tomen un tiempo para recargarse y buscar su propio apoyo.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Tratamiento

Es común que los sobrevivientes sufran todos estos cambios de personalidad.

La buena noticia es que hay tratamientos disponibles, como las terapias que benefician el estado emocional de la persona, incluidos la depresión o la ansiedad:

- **Enfocada en las soluciones:** Terapia orientada a objetivos que se centra en las soluciones en lugar de los problemas.
- **Solución de problemas:** Se identifican los problemas y el terapeuta le enseña al sobreviviente un enfoque estructurado para resolverlos.
- **Cognitiva-conductual:** Se examinan las relaciones entre los pensamientos, los sentimientos y el comportamiento.
- **Actitud y compromiso:** Se le enseña al sobreviviente a aceptar e interiorizar sus pensamientos, emociones, sensaciones y recuerdos en lugar de intentar controlarlos.
- **Interpersonal:** Se centra en las relaciones interpersonales mediante la mejora de la forma en la que el sobreviviente se comunica y se relaciona para expresar sus emociones de forma saludable.
- **Conciencia plena:** Ayuda a las personas que sufren de episodios reiterados de depresión e infelicidad crónica. Combina la terapia cognitiva, la meditación y la conciencia plena.



American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Tratamiento

Tratamientos de rehabilitación cognitiva:

Se trabaja para restaurar la función y la independencia después de un ataque o derrame cerebral u otra lesión de este tipo. Se puede mejorar la calidad de vida del sobreviviente y ayudarlo a participar en la sociedad de forma más integral. Los tratamientos pueden incluir:

- **Terapia restaurativa** que ayuda a la persona a practicar sus habilidades constantemente para poder mejorar, conforme a la idea de que el cerebro puede cambiar con la práctica.
- **Terapia compensatoria** que ayuda a las personas a usar soluciones alternativas para superar las limitaciones a causa de sus lesiones, a menudo con el uso de dispositivos especiales. Esto puede incluir dispositivos que facilitan el habla, calendarios y herramientas para la memoria a fin de ayudar a aquellas personas que tienen dificultades con la función ejecutiva, y alarmas para recuperar la atención.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Tratamiento

La ansiedad puede tratarse con antidepresivos u otros medicamentos que reducen la ansiedad o, a veces, ambos, o bien con terapia psicológica.

La **terapia cognitivo-conductual**, que se centra en analizar las relaciones entre los pensamientos, los sentimientos y el comportamiento, puede ayudar a los sobrevivientes que sufren ansiedad. En este tipo de terapia, se exploran los patrones de pensamiento que pueden provocar acciones autodestructivas y las creencias que las alimentan.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Hablar con tu profesional de la salud

Los cambios de personalidad después de un ataque o derrame cerebral pueden ser desafiantes, pero la rehabilitación y el tratamiento pueden promover tu recuperación.

Recuerda hablar con tu profesional de la salud. Debes expresarte de forma abierta y honesta sobre lo que estás experimentando.





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Discusión en grupo



American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

¿Qué síntomas pueden indicar que una persona está sufriendo cambios cognitivos, emocionales o conductuales después de un ataque o derrame cerebral?





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

En sus propias palabras, ¿cómo describirían los cambios de personalidad después de un ataque o derrame cerebral y su impacto?





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

¿Qué aspectos importantes se deben comunicar al doctor para que evalúe y diagnostique correctamente los cambios de personalidad después de un ataque o derrame cerebral?





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

¿Cuáles son algunas de las técnicas recomendadas que intentarán para controlar los cambios emocionales, conductuales o cognitivos después de un ataque o derrame cerebral?





American Stroke Association®
A division of the American Heart Association.

Together to End Stroke®

Para obtener más recursos sobre los cambios de personalidad y la vida después de un ataque o derrame cerebral, visita **derramecerebral.org**

Patrocinado a nivel nacional por

