



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

Síndrome pseudobulbar (PBA)

(seu•do•bul•bar)

Causas

El síndrome pseudobulbar (PBA, por sus siglas en inglés) es una consecuencia de algunas enfermedades neurológicas, como los ataques o derrames cerebrales, la demencia, las lesiones cerebrales traumáticas y la enfermedad de Parkinson, y puede causar la pérdida del control de las emociones.

Las señales alteradas en el cerebro provocan episodios involuntarios y, en ocasiones, inapropiados de risa, llanto o ataques de ira.

Síntomas

Episodios repentinos e incontrolables de enojo, risa o llanto, o todos, que no tienen una causa clara.

"Sé que no debería reírme, pero no puedo contenerme".

"Solo pierdo el control... Intento quitármelo de la cabeza, pero no puedo".

INAPROPIADO:

Los ataques de PBA no suelen coincidir con la situación en la que se producen y, por lo general, no reflejan cómo se siente la persona.

EXAGERADO:

Los ataques de llanto o risa que ocasiona el PBA son más intensos o duran más de lo adecuado para la situación.

En algunas ocasiones, se hace referencia al PBA con otros términos, como incontinencia emocional o risa y llanto patológicos.



El PBA no es depresión

- Ambos son similares, pero diferentes.
- Cuando alguien que padece el PBA comienza a llorar, esto no significa necesariamente que esté triste.
- Cuando alguien que sufre de depresión llora es porque se siente realmente triste.
- Un sobreviviente de un ataque o derrame cerebral puede padecer PBA y depresión.

PBA		DEPRESIÓN
Llanto, risas o ambos	EXPRESIÓN EXTERNA	Llanto
Enfermedad neurológica o lesión cerebral siempre presente	AFECCIONES NEUROLÓGICAS SUBYACENTES	Puede existir o no un trastorno neurológico subyacente
De segundos a minutos; breve	DURACIÓN DEL EPISODIO	De semanas a meses; continuo
Incontrolable	CONTROL DE LOS EPISODIOS	Quizás moderado o controlado
Exagerada o no coincide con los sentimientos internos	EXPERIENCIA EMOCIONAL	Las emociones coinciden con el estado de tristeza interior
Los ataques no tienen una relación específica con los pensamientos subyacentes	PENSAMIENTOS CONCOMITANTES	Sensación de inutilidad y desesperanza

Cómo tratar el PBA

EXPRESATE

Hazle saber a las personas que no siempre puedes controlar el llanto o la risa porque padeces una afección neurológica.

DISTRÁETE

Si sientes que vas a sufrir un episodio, intenta concentrarte en otra cosa o haz algo distinto.

CAMBIA LA POSTURA CORPORAL

Identifica la postura en la que te encuentras cuando sufras un episodio. Cuando creas que estás a punto de llorar o reír, cambia de postura.

RESPIRA/RELÁJATE

Respira lenta y profundamente hasta que tengas el control. Libera la tensión de los músculos que se tensan durante un episodio de PBA.



American
Stroke
Association.
A Division of the
American Heart Association.

Obtén más información en derramecerebral.org