

Conozca los datos de la SUDEP



La SUDEP es la muerte súbita inesperada en la epilepsia

- La SUDEP es la muerte súbita e inesperada de una persona con epilepsia.
- Aunque la SUDEP es poco frecuente, se produce en un porcentaje de 1 cada 1000 personas con epilepsia. El riesgo en los niños puede ser menor.
- Una forma de reducir el riesgo de sufrir una SUDEP es reducir al máximo la cantidad de crisis epilépticas.



Conozca su riesgo de sufrir SUDEP

La SUDEP puede ocurrir en cualquier momento y con cualquier tipo de crisis epiléptica.

Ocurre con mayor frecuencia en personas con

- Crisis epilépticas tónico-clónicas
- Crisis epilépticas no controladas
- Crisis epilépticas nocturnas

#Atrévase a asumir el control

- **Tome los medicamentos a tiempo, todos los días, exactamente como se los han recetado.**
Las personas cuyas crisis no están controladas tienen un riesgo de muerte casi 40 veces mayor que aquellas cuya epilepsia está controlada.
- **Lleve un diario de salud de las crisis epilépticas, los resultados de las pruebas y las preguntas para su proveedor de atención médica.**
- **Conozca los factores desencadenantes de las crisis epilépticas.**
Para muchas personas, no dormir lo suficiente, beber demasiado alcohol o sentirse estresadas puede desencadenar más crisis epilépticas.
- **Cree y comparta su propio Plan de respuesta a las crisis.**
Pida la opinión de su médico y compártala con su familia, sus amigos, sus compañeros de trabajo o sus profesores. Comente con su médico, su familia y sus amigos cómo puede mejorar su seguridad por la noche.



Sepa cómo mantenerse a salvo

- Si tiene crisis epilépticas por la noche, hable con su equipo médico sobre la seguridad.
- Disponga que alguien le controle después de una crisis o comparta una habitación.
- Pregunte a su equipo de atención médica sobre los dispositivos de alerta de crisis epilépticas y cómo obtener ayuda después de una crisis.

Hable con sus proveedores de atención médica sobre la SUDEP

Obtenga respuestas a estas preguntas:

- ¿Cuál es el riesgo de sufrir SUDEP?
- ¿Qué debo hacer si sufro otra crisis epiléptica?
- ¿Cómo puedo prevenir más crisis epilépticas?
- ¿Existen otras formas de controlar las crisis epilépticas y reducir el riesgo de SUDEP?
- ¿Qué debo hacer para reducir el riesgo de SUDEP si sufro crisis epilépticas por la noche?
- ¿Debería considerar la posibilidad de utilizar un dispositivo para avisar a alguien de que estoy sufriendo una crisis?
- ¿Debería considerar la posibilidad de compartir la habitación?
- ¿Qué más debo saber?



Algunas otras enfermedades pueden aumentar el riesgo de morir o lesionarse durante o después de una crisis epiléptica. Acuda a su médico de cabecera para que le haga revisiones periódicas que le ayuden a mantenerse sano.

Informe a su familia y sus amigos sobre la epilepsia y la SUDEP

- Sus amigos y sus familiares se preocupan por usted, así que infórmeles de sus riesgos.
- Asegúrese de que conozcan los Hechos para mantenerlo seguro y cuándo llamar al 911. Obtenga más información en epilepsy.com/safetyfacts.

Para saber más sobre la SUDEP, visite epilepsy.com/sudep

