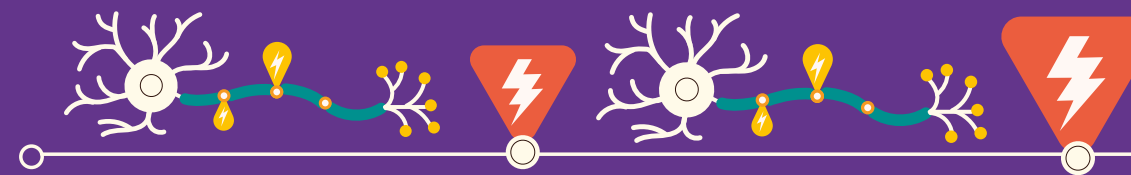


EPILEPSIA



Es un trastorno del sistema nervioso, causado por descargas eléctricas anormales entre las células cerebrales, que afecta la actividad neuronal y provoca convulsiones.

Una persona que vive con epilepsia, puede evitar crisis epilépticas al mantener hábitos saludables, por ejemplo:



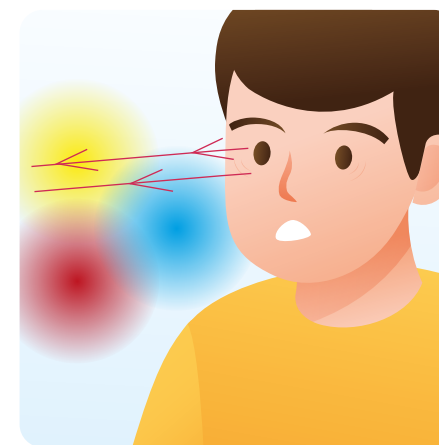
Tomar de manera correcta la medicación.



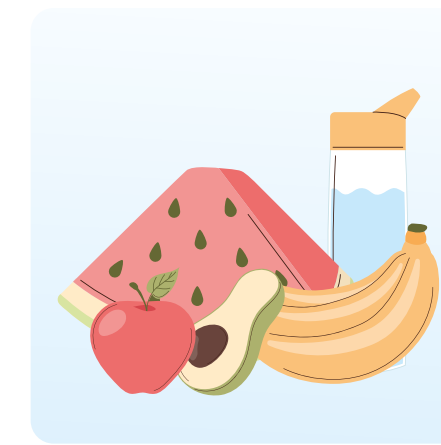
Tener hábitos de sueño adecuados.



Evitar situaciones de estrés elevado.



Evitar estímulos luminosos.



Mantener una dieta baja en carbohidratos.



Evitar el consumo de alcohol y bebidas energéticas.



Si presenta alguna otra enfermedad, evitar que la fiebre sea mayor a 38 °C.

¿Sabías que...?



DIGASAN CONTIGO
¡CUIDANDO TU SALUD!



La gran mayoría de las personas con epilepsia pueden llevar un estilo de vida normal y lograr una inserción social y laboral satisfactoria.

FUENTE:
- OMS, 09 febrero 2022, Epilepsia, recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/epilepsy>
- Secretaría de Salud, 25 agosto 2015, Día Mundial de la Epilepsia, recuperado de: www.gob.mx/salud/articulos/dia-mundial-de-la-epilepsia, 2022.