

“Epilepsia: Verdades y mitos”, es un libro que contribuye a mejorar la calidad de vida de las personas con epilepsia.

El Dr. Pablo Quiroga-Subirana ha querido escribir el libro que le hubiese gustado leer para asumir de forma positiva y práctica la realidad, si hubiese tenido epilepsia, o para poder ayudar a un ser querido.

El libro que tienes en tus manos te ayudará a contribuir con el propósito más importante de esta obra: comprender la enfermedad para ayudar a sacar de las sombras a personas que la padecen. A echar por tierra mentiras relacionadas con mitos y leyendas que producen estigmas. El propósito es conocer toda la información que nos permita gestionar estrategias que puedan ayudar a solucionar los problemas de quienes la sufren, de su familia y sus amistades.

El libro se ha dividido en tres partes; para hacerlo ameno durante el desarrollo de cada capítulo mezcla ganchos literarios que te vas a encontrar con preguntas que tienen su respuesta basada en evidencias científicas con la finalidad de echar por tierra mitos y leyendas consolidadas con el paso del tiempo en mentiras que se han arrastrado y que tanto daño hacen a quienes padecen la enfermedad. La primera parte está dedicada a conocer la epilepsia y su recorrido en la historia como la enfermedad sagrada, la enfermedad de los mil nombres, la epilepsia como un estigma milenario. Vamos a conocer la definición y a qué llamamos epilepsia, ya que no todo lo que convulsiona es epilepsia y la epilepsia no solo es convulsión. Además, vamos a conocer ¿por qué creemos en lo que creemos?, ¿por qué nos formamos ideas, prejuicios y prototipos de las personas? Y podrá ayudar a descubrir cómo y por qué se forman los estigmas y autoestigmas.

En la segunda parte, describe verdades y mentiras que nunca te contaron sobre la epilepsia, que ayudarán a echar por tierra mitos y leyendas que llevan al rechazo y a la marginación. Mitos que se han consolidado con el paso del tiempo como por ejemplo:

- Convulsionó y se tragó la lengua.
- Sufrir epilepsia significa perder la conciencia, caer al suelo, convulsionar y echar espuma por la boca.
- Las personas con epilepsia no pueden practicar deporte.
- La epilepsia es una enfermedad mental progresiva e irreversible.
- La epilepsia es contagiosa.
- Las personas con epilepsia no pueden trabajar.
- Las personas con epilepsia son agresivas, violentas y padecen locura.
- Las mujeres con epilepsia no pueden tener hijos.
- Los hombres con epilepsia no pueden tener hijos.
- Las personas con epilepsia no pueden estudiar.
- La epilepsia es mortal.
- La epilepsia no tiene cura.

En la tercera parte, nos brinda información necesaria e indispensable para actuar ante una crisis epiléptica, enseña medidas sencillas, pero eficaces, que te harán sentir bien cuando veas que puedes ayudar de forma correcta a una persona con una crisis epiléptica; si llega esa oportunidad, quien tenga una crisis lo va a agradecer eternamente. Además, en este apartado enseña a conocer aspectos médico-legales de gran ayuda que de alguna forma rigen los derechos y deberes de estas personas. Derechos que nos pueden ayudar a gestionar varias situaciones como, por ejemplo, conseguir un empleo en condiciones adecuadas a nuestras limitaciones. Y deberes que no podemos obviar, recordar aquello que dice: «La ignorancia de la ley no exime de su cumplimiento». Y ante todo, enseña estrategias que ayudan a comprender aquello que dice: «Sé el cambio que quieras ver en el mundo».

Por tu contenido, este libro va dirigido a toda nuestra comunidad, a quienes padecen la enfermedad y a sus familiares, a nuestros colegios, al personal médico, a nuestras universidades, a nuestros cuerpos de seguridad, a nuestros pequeños y grandes empresarios, a nuestros medios de comunicación. Como estrategia, recomienda hacer una lectura rápida de todo el contenido y, una vez que se haya completado, aconseja detenerse en los capítulos que más te hayan gustado para leerlos de nuevo, indica que puede ser una forma de descubrir grandes lecciones de gran ayuda.