

neuropsicólogos, nutricionistas, asistentes sociales, etc. que pueden ayudar enormemente a que los pacientes tengan una vida más normalizada.

Es muy importante implicar a la familia y amigos en su tratamiento. No deben sobreproteger al enfermo por ayudarlo, como sucede en muchas ocasiones, ya que a la larga se le hace un flaco favor. Al contrario, han de apoyar la postura del fisioterapeuta de estimular la vida activa del paciente, siempre dentro de las posibilidades de cada uno. En la esfera psicológica y social también es muy importante el entorno, que tiene que comprender las limitaciones que tiene el paciente, pero que a su vez ha de luchar para que el paciente se adapte y busque las actividades que pueda realizar y que le motiven para mantener el equilibrio psico-emocional.

### Bibliografía

1. Wikipedia. Disponible en: [https://es.wikipedia.org/wiki/Esclerosis\\_m%C3%BAltiple](https://es.wikipedia.org/wiki/Esclerosis_m%C3%BAltiple). [consultado 25/3/17].
2. Fundación Esclerosis Múltiple. Disponible en: <http://www.fem.es/la-incidencia-de-la-esclerosis-multiple-en-espana-ha-aumentado-un-50-en-los-ultimos-20-anos.aspx>. Actualizado diciembre 2013. [consultado 25/3/17].
3. Esclerosis múltiple hoy. Disponible en: <http://www.esclerosismultiplehoy.com/es/mi-vida-con-em/quien-padece-esclerosis-multiple/>. [consultado 25/3/17].
4. Martínez-González E, Galán-Buznego M, Cernea A, de Andrés-Galiana EJ, Fernández-Martínez JL. Efectividad de un programa diario de ejercicio en casa para el fortalecimiento de miembros inferiores en pacientes con esclerosis múltiple: un estudio piloto. *Cuest. fisioter.* 2018, 47(1): 3-15.
5. Lúcio A, D'ancona CA, Perissinotto MC, McLean L, Damasceno BP, de Moraes Lopes MH. Pelvic Floor Muscle Training With and Without Electrical Stimulation in the Treatment of Lower Urinary Tract Symptoms in Women With Multiple Sclerosis. *J Wound Ostomy Continence Nurs.* 2016 Jul-Aug;43(4):414-9. doi: 10.1097/WON.0000000000000223.