Qué hacer si sospechas PANS/PANDAS

Observa los cambios. Prepara la historia. Busca atención informada.

Empieza aquí: revisa las infecciones recientes

Piensa en las semanas y los meses anteriores a los cambios repentinos. ¿Tu hijo tuvo faringitis por estreptococo, otra infección de garganta, una infección de oído, COVID-19 u otra enfermedad? ¿Estuvo cerca de alguien enfermo?

Anota las fechas aproximadas, los síntomas, los contactos enfermos, los resultados de pruebas y los tratamientos. Registra cuándo comenzaron los cambios de conducta en relación con la enfermedad. Cuenta al médico tanto las exposiciones sospechadas como las infecciones confirmadas.

Una infección reciente puede ser una pista importante ante cambios bruscos. PANDAS se asocia específicamente con el estreptococo; otras enfermedades deben constar en la historia, pero no confirman por sí solas un desencadenante de PANS ni un diagnóstico. Las infecciones de oído y COVID no son causas igualmente establecidas. No descartes una evaluación porque no recuerdes una infección.

NIMH: https://www.nimh.nih.gov/health/publications/pandas

Liss Kron | PANS/PANDAS

01 Reconoce un cambio repentino

Observa cambios repentinos o un gran empeoramiento en pocos días, sobre todo TOC, rituales nuevos o restricción alimentaria intensa. También puede haber:

- Ansiedad, pánico o miedo a separarse
- Tics, movimientos inusuales o cambios en la escritura
- Irritabilidad, agresividad o cambios de ánimo intensos
- Regresión o pérdida de habilidades
- Dificultades escolares, de atención o sensoriales
- Problemas de sueño, orinar más o mojar la cama

Prepara una cronología: fechas, enfermedades, síntomas y videos breves.

02 Pregunta por una evaluación y pruebas

- Exploración e historia clínica. Pregunta al pediatra por PANS/PANDAS y otras posibles causas de los cambios repentinos.
- Estreptococo activo: pregunta si corresponde un exudado de garganta con prueba rápida, molecular o cultivo.
- Análisis: consulta sobre anticuerpos ASO y anti-DNasa B; hemograma, perfil metabólico y VSG/PCR cuando estén indicados.
- Otros desencadenantes: pruebas de Lyme, COVID u otras infecciones según síntomas y exposiciones; evaluar moho o alergias solo si está indicado.

Ninguna prueba por sí sola confirma PANS/PANDAS. Los anticuerpos elevados contra el estreptococo no bastan: el médico interpreta los resultados con la historia clínica.

03 Busca un profesional que conozca PANS

Empieza con el pediatra y consulta estos directorios. Pregunta por experiencia con PANS/PANDAS, edades atendidas, disponibilidad, seguros y costos.

- Encuentra un médico con Liss Kron
- PANDAS Physicians Network (PPN)
- Directorio de profesionales MAPS

Información educativa, no consejo médico. Consulta al médico de tu hijo. Busca atención urgente si no puede beber, tiene confusión grave, convulsiones o riesgo inmediato.

Fuentes: Guía y preguntas frecuentes • NIMH • Consenso de evaluación clínica