

# Entendiendo el Parkinson



## **Qué es la Enfermedad de Parkinson**

Parkinson es un trastorno cerebral que lleva a que se presente agitación (temblores) y dificultad en la marcha, el movimiento y la coordinación.

Consiste en un desorden crónico y degenerativo de una de las partes del cerebro que controla el sistema motor.

## **Causas del Parkinson**

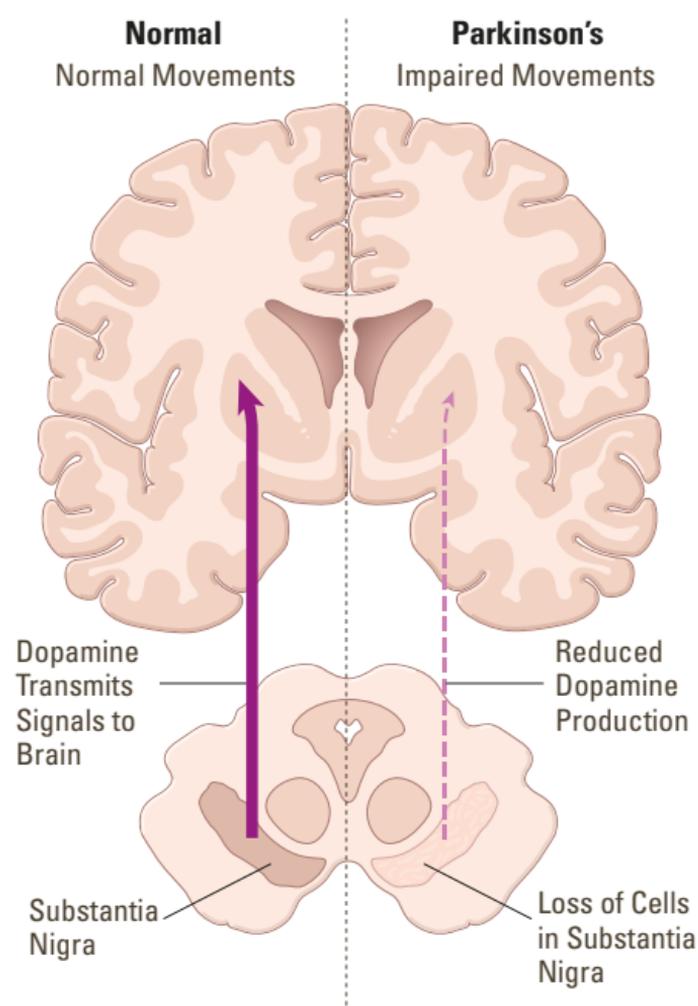
El mal de Parkinson se desarrolla con mayor frecuencia después de los 50 años de edad y es uno de los trastornos neurológicos más comunes en los ancianos. En ocasiones, se presenta en adultos más jóvenes y afecta tanto a hombres como a mujeres.

En algunos casos, la enfermedad es hereditaria. Cuando una persona joven resulta afectada, generalmente se debe a una forma de la enfermedad que es hereditaria.

Las neuronas utilizan un químico cerebral, llamado dopamina, para ayudar a controlar el movimiento muscular. El mal de Parkinson ocurre cuando las neuronas del cerebro que producen la dopamina se destruyen lentamente. Sin la dopamina, las neuronas en esa parte del cerebro no pueden enviar mensajes apropiadamente, llevando a la pérdida de la función muscular. El daño empeora con el tiempo. Se desconoce la razón exacta por la cual las neuronas se desgastan.

El Parkinson en los niños, el cual no es muy común, puede ocurrir debido a que los nervios no son tan sensibles a la dopamina.

## Normal Brain Compared to Brain with Parkinson's Disease



### Cuidando y siendo cuidado

Aunque no se trata de una situación fácil, se recomienda mantener una actitud activa y positiva ante la enfermedad. Ni el paciente ni el familiar deben enfrentarse al Parkinson, sino que deben adaptarse a él. Continúe realizando sus actividades de la vida diaria e involucre al paciente. Los pacientes pueden aprovechar los momentos buenos (ON) para realizar aquellas actividades que pueden resultar algo más complicadas.

Su autoestima mejorará. En los momentos en los que los síntomas son más notables (OFF) es mejor no estresarse para no exacerbarlos todavía más.

## Síntomas del Parkinson

El trastorno puede afectar uno o ambos lados del cuerpo. La magnitud de la pérdida funcional puede variar.

Los síntomas pueden ser leves al principio. Por ejemplo, el paciente puede tener un temblor leve o una ligera sensación de que una pierna o pie está rígido y se arrastra.

Los síntomas abarcan:

- Postura encorvada y movimientos automáticos que disminuyen o se detienen.
- Estreñimiento.
- Dificultad para deglutir y babeo.
- Alteración del equilibrio y la marcha.
- Falta de expresión facial (aspecto de “máscara”).
- Dolores musculares y problemas con el movimiento (dificultad para iniciar o continuar un movimiento, pérdida de movimientos pequeños o finos de la mano).
- Rigidez o tensión muscular.
- Agitación, temblores (el temblor se puede observar en la cabeza, los labios, la lengua, los pies y pueden empeorar cuando la persona está cansada, excitada o estresada).
- Habla más tranquila y lenta, voz monótona.
- Ansiedad, estrés, tensión o depresión.
- Confusión y demencia
- Alucinaciones y pérdida de la memoria.

Ninguno de estos signos o síntomas por separado deben preocuparlo, sin embargo, si usted tiene más de uno, usted debe consultar con su médico sobre la enfermedad de Parkinson.

*Los neurólogos son médicos que se especializan en los trastornos del cerebro y los nervios. A menudo diagnostican y tratan a las personas con Enfermedad de Parkinson.*

---

## **El Tratamiento del Parkinson**

No se conoce ninguna cura para el mal de Parkinson y el objetivo del tratamiento es controlar los síntomas, por lo que es de gran importancia trabajar de la mano con los médicos y terapeutas para ajustar el programa del tratamiento y nunca cambiar ni dejar de tomar ningún medicamento sin hablar con el médico.

### **Cambios en el estilo de vida que pueden ser provechosos para el mal de Parkinson:**

- Buena nutrición y salud en general
- Hacer ejercicio, pero ajustando el nivel de actividad para satisfacer los niveles de energía cambiantes.
- Tener períodos regulares de descanso y evitar el estrés.
- Fisioterapia, logopedia y terapia ocupacional.
- Barandas o pasamanos ubicados en las áreas comúnmente usadas de la casa.
- Utensilios especiales para comer.
- Trabajadores sociales u otros servicios de asesoría que le ayuden a hacer frente a su enfermedad y obtener asistencia adecuada, como servicios de comidas a domicilio.

Con menos frecuencia, la cirugía puede ser una opción para pacientes con mal de Parkinson muy severa que ya no responden a muchos medicamentos. Estas cirugías no curan el Parkinson, pero pueden ayudar a algunos pacientes.



## Pruebas Diagnósticas del Parkinson

Es posible que el médico pueda diagnosticar el mal de Parkinson basándose en los síntomas y en el examen físico. Sin embargo, los síntomas pueden ser difíciles de evaluar, particularmente en los ancianos. Los signos (temblor, cambio en el tono muscular, problemas para caminar, postura inestable) se vuelven más claros a medida que la enfermedad progresa.

Un examen puede mostrar:

- Dificultad para iniciar o suspender los movimientos voluntarios.
- Movimientos espasmódicos y rígidos.
- Atrofia muscular.
- Temblores de Parkinson.
- Variación en la frecuencia cardíaca.
- Reflejos anormales.

## ¿Qué puede hacer si usted tiene la enfermedad de Parkinson?

- Hable con su médico para desarrollar un plan de cuidado, el cual puede incluir:
  - Evaluación de un neurólogo para que le haga una evaluación completa sobre sus síntomas.
  - Evaluación y atención de un terapeuta ocupacional, físico o de lenguaje.
  - Consulta con un trabajador social.
- Comience una rutina de ejercicio para retardar el avance de síntomas más severos.
- Hable con sus familiares y amigos quien le pueden brindar el apoyo que necesita.



**Dr. Dante Oropeza Canto**

*Neurólogo Clínico*

**CED. PROF. 218947**

*[www.neuroangeles.com](http://www.neuroangeles.com)*