

¿Qué es la enfermedad de PARKINSON?

La enfermedad de Parkinson (EP) es un tipo de trastorno neurológico del movimiento que afecta el cerebro y causa dificultad con los movimientos o síntomas motores. La EP es una condición crónica y progresiva, lo que significa que los síntomas empeoran con el tiempo y pueden afectar la habilidad de realizar actividades diarias comunes.

En la EP, se produce una pérdida de células en una región del cerebro llamada **substancia negra**. La substancia negra produce **dopamina**, un mensajero químico que ayuda a regular el movimiento. Cuando las células de esta región mueren, dejan de producir dopamina, lo que causa dificultades para moverse. La pérdida de neuronas en otras partes del cerebro también ocurre en la EP, lo que explica algunos de los síntomas no motores de la enfermedad.

Otro factor importante es la **alfa-sinucleína**, una proteína que juega varios roles en la salud cerebral. En la EP, la alfa-sinucleína se agrupa dentro de las células nerviosas, incluyendo las de la substancia negra. Estas acumulaciones anormales se conocen como **cuerpos de Lewy**. Los investigadores creen que la acumulación de alfa-sinucleína contribuye a la muerte de las células nerviosas, por lo tanto, es un elemento clave en el desarrollo de la EP.



ESTADÍSTICAS

- La EP es la **enfermedad neurodegenerativa de más rápido crecimiento en el mundo** y la segunda más común después del Alzheimer.
- Se estima que **1 millón de personas en Estados Unidos viven con EP** y más de 10 millones de personas en el mundo.
 - Cada **6 minutos, alguien es diagnosticado con EP.**

En promedio, 240 personas son diagnosticadas con la EP cada día, lo que equivale aproximadamente a 90,000 nuevos diagnósticos cada año.

- La **edad promedio de inicio es 60**, pero 10% de los diagnósticos ocurre antes de los 50 años (conocido como la EP de inicio temprano).
 - Los hombres tienen 50% más de probabilidad de desarrollar la EP que las mujeres.

La carga económica anual de la EP en Estados Unidos es aproximadamente de \$52 mil millones.

SÍNTOMAS

Pueden variar ampliamente de una persona a otra.

Síntomas motores

- Temblor (*sacudida rítmica, particularmente cuando el cuerpo está en reposo.*)
- Rigidez (*movimientos rígidos*)
- Bradicinesia (*lentitud del movimiento*)
- Inestabilidad postural (*problemas de equilibrio*)
- Falta de expresión facial
- Dificultad para caminar/ marcha
- Síntomas vocales

Síntomas no motores

Algunos pueden aparecer años o incluso décadas antes de los síntomas motores.

- Pérdida del olfato
- Problemas de sueño
- Depresión y ansiedad
- Fatiga
- Deterioro cognitivo
- Problemas gastrointestinales y urinarios
- Entre otros.

FACTORES DE RIESGO

Además de la edad y el género (ver “estadísticas”), una combinación de predisposiciones genéticas y exposiciones ambientales puede contribuir al desarrollo de la EP.

Factores genéticos

Más de 20 genes han sido asociados con la EP, y es posible que existan muchos más que aún no se han identificado. Actualmente, la mayoría de las personas con EP no presentan ninguna de las mutaciones genéticas conocidas. Tener un familiar de primer grado con la EP aumenta moderadamente el riesgo.

Factores ambientales

La exposición a ciertos pesticidas o solventes puede aumentar el riesgo de la EP, potencialmente en las personas con susceptibilidad genética. La lesión cerebral traumática también puede contribuir. Debido a que los síntomas pueden tardar años en aparecer, a menudo es difícil establecer la conexión con una causa ambiental.

DIAGNÓSTICO DE LA EP

El diagnóstico de la EP puede ser relativamente sencillo al detectar los primeros síntomas motores durante una examinación neurológica. Para evitar diagnósticos erróneos, se recomienda consultar con un **especialista en desorden del movimiento**. Si es necesario, existen algunas pruebas clínicas disponibles que pueden ayudar con el diagnóstico, incluyendo análisis de líquido cerebroespinal, biopsia de piel e imágenes cerebrales especializadas.

TRATAMIENTOS

Quienes son diagnosticados con la EP deben enfocarse en mejorar los síntomas y mantener un estilo de vida activo y positivo. Es posible controlar los síntomas mediante hábitos saludables, medicamentos y terapias, y en algunos casos, mediante procedimientos neuroquirúrgicos. Los tratamientos pueden variar a lo largo de la enfermedad. En cada etapa, es importante hacer ejercicio y aumentar la actividad física, seguir una dieta saludable y cuidar la salud mental.

Medicamentos: Hay varios medicamentos disponibles para tratar los síntomas motores. El más efectivo para la EP es la carbidopa-levodopa, diseñado para aumentar los niveles de dopamina en el cerebro. Además, los medicamentos o terapias pueden ser útiles para tratar los síntomas no motores.

Terapias de rehabilitación:

- Fisioterapia– para manejar el equilibrio, la marcha y la fuerza.
- Terapia ocupacional– para destrezas motoras finas y autonomía en la vida diaria.
- Terapia del habla– para dificultades en el habla y la deglución.

Procedimientos neuroquirúrgicos:

- Estimulación cerebral profunda (DBS) – se colocan electrodos en lo profundo del cerebro para enviar impulsos eléctricos para mejorar los síntomas.
- Ultrasonido focalizado – haces de energía de ultrasonido convergen en el tejido cerebral para formar una pequeña lesión que restaura la función normal del cerebro.

Ejercicio: El ejercicio es una de las herramientas más poderosas para combatir algunos síntomas de la EP y posiblemente reducir la progresión.

Lecturas recomendadas: La Asociación Americana de la Enfermedad de Parkinson (APDA) trabaja incansablemente para proveer apoyo, educación, investigación y comunidad que ayuden a todas las personas afectadas por la EP a vivir la vida al máximo. Para aprender más sobre la EP, nuestro manual de la EP (apdaparkinson.org/handbook-download) y la presentación *EP: Lo esencial* (bit.ly/PDEssentials) pueden ser recursos útiles. APDA está aquí para usted.