

## 11 de Abril • Día Mundial de la Enfermedad de Parkinson

### ¿Qué es la Enfermedad de Parkinson?

Es una enfermedad neurodegenerativa, crónica e invalidante, desconocida para las personas que no tienen o han tenido un contacto directo con la enfermedad y muy estigmatizada.

En nuestro país no hay datos precisos en base a la prevalencia de la enfermedad, pero de acuerdo a números internacionales se estima que habría entre 40 mil y 70 mil personas afectadas. La prevalencia es ligeramente mayor en el sexo masculino.

Existen tantos párkinson como personas lo padecen, porque la enfermedad se manifiesta de forma diferente en cada persona tanto en la sintomatología como la evolución de la enfermedad o la respuesta a los tratamientos y las terapias rehabilitadoras, lo que hace necesaria una atención personalizada.

En la actualidad, se desconocen las causas que provocan la enfermedad y no tiene cura; sin embargo, existen una gran cantidad de terapias y tratamientos dirigidos a atenuar los síntomas y mejorar la calidad de vida de las personas afectadas.

### Una enfermedad desconocida

Existen muchos falsos estereotipos sociales, de los que destacan dos: la edad de aparición y el temblor como síntoma característico. La mayor parte de las personas afectadas tienen más de 65 años, pero esto no es excluyente. Se estima que una de cada 5 personas afectadas, es menor de 50 años.

Por otro lado, el párkinson es mucho más que el temblor: en la enfermedad intervienen un amplio abanico de síntomas, muchos de los cuales provocan más invalidez que aquel.

La falta de conocimiento a menudo conduce al estigma y éste puede llegar a provocar el aislamiento social de las personas afectadas. En ocasiones, síntomas como la rigidez muscular o la inestabilidad postural se interpretan como embriaguez y la apatía o inexpresividad facial, como una falta de interés. Todo ello provoca que, tanto ellos como sus familiares, tengan que hacer frente a dificultades derivadas de la incompreensión social.

**Un mayor conocimiento de la enfermedad conduciría a comprenderla mejor y, por ende, borrar este estigma.**

### Los síntomas

En el párkinson intervienen un amplio y variado abanico de síntomas pero no todas las personas que conviven con la enfermedad desarrollan los mismos. Por otro lado, también depende de la etapa en la que se encuentren, ya que a medida que la enfermedad avanza puede aparecer nueva sintomatología.

- **Síntomas motores:** Son los más frecuentes, que afectan al movimiento y comúnmente son denominados como cardinales: bradicinesia (lentitud de movimientos), rigidez, inestabilidad postural y temblor

- **Síntomas no motores:** Aunque durante mucho tiempo los síntomas motores se han considerado fundamentales en la enfermedad, estos otros van cobrando cada vez más importancia por el impacto que provocan en la vida diaria de las personas afectadas. Estos síntomas son muy variados y pueden aparecer en cualquier etapa, siendo más relevantes en etapas más avanzadas. Entre ellos se encuentran: el estreñimiento, el exceso o ausencia de salivación, trastornos de la deglución (dificultad para tragar y disfagia), la apatía, depresión o el insomnio.

La **National Parkinson Foundation**, de los Estados Unidos define algunos signos y síntomas tempranos que pueden ayudarnos a hacer un auto test para reconocer la enfermedad:

- Temblor sin causa justificada.
- Letra pequeña en nuestra escritura, diferente de la habitual.
- Pérdida del olfato.
- Problemas con el sueño: patadas, puñetazos o caídas de la cama.
- Dificultad o rigidez al caminar o movernos.
- Estreñimiento frecuente.
- Voz baja o ronquera al hablar.
- Falta de expresión facial -"aspecto de máscara"- o falta de parpadeo.
- Mareo o desmayo al levantarnos de la silla o la cama.
- Encorvamiento de la espalda, notable cuando estamos de pie.

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

Más información: <http://www.diamundialdelparkinson.org/>