

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Sep 14, 2022

Enfermedad de Parkinson: ¿qué es?

Puede ser una sorpresa descubrir que usted o alguien cercano a usted tiene Parkinson. Es posible que le preocupe lo que significará para el futuro. Sin embargo, es posible que sus síntomas no le molesten mucho durante varios años. Cuando lo hacen, hay tratamientos que pueden ayudar.

Qué sucede en el Parkinson?

El Parkinson afecta la forma en que puede moverse. Un signo temprano suele ser un ligero temblor en una mano. Con el tiempo, comienzas a hacer las cosas cada vez más lentamente a medida que tus músculos se vuelven rígidos. Es posible que pierda el equilibrio más fácilmente.

El Parkinson ocurre cuando el cerebro deja de producir suficiente cantidad de una sustancia química llamada **dopamina**. Las células cerebrales necesitan dopamina para enviar mensajes a todo el cerebro y a los nervios y músculos de todo el cuerpo.

Por ejemplo, la dopamina ayuda a evitar que tropieces en el bordillo al entrar en una carretera. Y te ayuda a mover los dedos para atar los cordones de los zapatos. Con menos dopamina no puedes controlar tus movimientos de la manera habitual.

Los médicos no saben por qué algunas personas dejan de producir suficiente dopamina. Los genes que has heredado de tus padres pueden influir, así como las cosas que suceden durante tu vida («factores ambientales»). Pero sí sabemos que la probabilidad de contraer Parkinson aumenta a medida que envejece.

Cuáles son los síntomas?

El Parkinson puede afectarte de cuatro maneras principales:

- **Temblor** (los médicos llaman a este temblor): Es posible que le tiemble la mano, especialmente cuando se está relajando o se siente estresado. Muchas personas se frotan el pulgar y el índice como si estuvieran enrollando una pastilla. Los temblores también pueden afectar el cuello, la barbilla y la cabeza.
- **Músculos rígidos** (rigidez): Es posible que le resulte difícil moverse. Por ejemplo, es posible que le resulte difícil levantarse de una silla. Tu rostro puede parecer menos expresivo porque los músculos no se mueven tan bien como lo harían normalmente.

Enfermedad de Parkinson: ¿qué es?

- **Movimientos lentos** (bradicinesia o acinesia): Es posible que le resulte difícil comenzar a moverse y que permanezca en la misma posición durante más tiempo de lo habitual. Pero su capacidad para moverse puede aparecer y desaparecer, de modo que puede estar moviéndose fácilmente un minuto y luego necesitar ayuda de repente.

Las tareas que antes hacías rápida y fácilmente, como lavarte y vestirse, pueden tardar mucho más en hacerse. Tu letra puede parecer pequeña y de araña.

- **Falta de equilibrio** (inestabilidad postural): Puede inclinarse hacia adelante o hacia atrás y caerse con facilidad, y puede tener problemas para caminar. Es posible que te congeles a mitad de camino y no puedas dar el siguiente paso. (Los médicos llaman a esto congelación de la marcha, o FOG para abreviar). Puedes dar pasos rápidos, pequeños y arrastrando los pies.

El Parkinson afecta a cada persona de manera diferente. Es probable que no tenga todos estos síntomas. Y al principio, es probable que sus síntomas sean leves. Tienden a progresar lentamente y sin ningún orden en particular.

No existen pruebas especiales para el Parkinson. Por lo general, su médico hará un diagnóstico después de hablar con usted sobre sus síntomas y hacer un examen físico. Algunas personas pueden hacerse **análisis de sangre** o una **gammagrafía cerebral**, generalmente para descartar otras afecciones.

Es importante llevar un registro de sus síntomas para que pueda decirle a su médico cómo han cambiado desde su última visita. Es posible que desee llevar un **diario de sus síntomas** para mostrárselo a su médico. Esta información ayudará a su médico a decidir cuándo debe comenzar el tratamiento y cuándo necesita cambiar su tratamiento.

Si sus síntomas son leves y no le molestan mucho, pueden pasar muchos años antes de que necesite algún tratamiento para el Parkinson.

Qué me va a pasar?

Nadie puede decir con certeza lo que le sucederá si tiene Parkinson. La forma en que la enfermedad le afecta a usted puede ser muy diferente de la forma en que afecta a otra persona.

Algunas personas apenas notan sus síntomas en las primeras etapas del Parkinson y llevan una vida plena durante muchos años. Pero los síntomas suelen empeorar a medida que pasa el tiempo y el cerebro produce cada vez menos dopamina.

Cada persona es diferente. Pero un patrón típico para muchas personas con Parkinson es más o menos así:

- La mayoría de las personas descubren que el tratamiento hace una gran diferencia durante varios años. Sus síntomas pueden desaparecer por completo
- Después de unos cinco años, el tratamiento deja de funcionar y los síntomas empeoran
- La siguiente etapa es que los síntomas, como la congelación, las caídas y la demencia, pueden empeorar mucho. Esto puede suceder dentro de unos pocos años más, o puede llevar muchos años.

Enfermedad de Parkinson: ¿qué es?

Algunas personas tienen otros problemas relacionados con la enfermedad de Parkinson, como:

- depresión
- fatiga
- Problemas de sueño
- estreñimiento, y
- Reducción de la capacidad mental.

Asegúrese de hablar sobre cualquier problema con su médico, ya que podría haber tratamientos que puedan ayudar.

Es importante mantener una actitud positiva si puedes. Haz **ejercicio con regularidad** y sigue haciendo las cosas que te gustan. También puedes unirte a un **grupo de apoyo** para personas con Parkinson. Todas estas cosas pueden ayudarle a sobrellevar su afección.

Si estás cuidando a alguien con Parkinson, es posible que también necesites apoyo. Si sientes que no puedes hacer frente a la situación o te deprimes, tu médico u otro profesional de la salud podría ponerte en contacto con grupos de apoyo y organizaciones locales que ofrezcan asistencia.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

