

## **Los trastornos del sueño pueden ser un síntoma precoz del párkinson**

**Los trastornos del sueño pueden aparecer antes que síntomas motores de la enfermedad, como los temblores o la rigidez. Así lo explica la doctora María Cerdán, neuróloga de la Unidad de Trastornos del Movimiento del Complejo Hospitalario Santa Lucía-Santa María Rosell de Murcia, en una jornada formativa organizada por la Federación de Asociaciones de Párkinson de la Región de Murcia (FEPAMUR), con la colaboración de AbbVie**

Los trastornos del sueño pueden ser un síntoma precoz de la enfermedad de Parkinson. En algunos pacientes pueden desarrollarse antes que otros síntomas motores como los temblores o la rigidez, tradicionalmente más vinculados con la patología. Así lo explica la doctora María Cerdán, neuróloga de la Unidad de Trastornos del Movimiento del Complejo Hospitalario Santa Lucía-Santa María Rosell de Murcia, en una jornada formativa organizada por la Federación de Asociaciones de Párkinson de la Región de Murcia (FEPAMUR), con la colaboración de AbbVie. En palabras de la especialista “los trastornos del sueño pueden aparecer años antes que otros síntomas motores. Son uno de los síntomas más comunes del párkinson y redundan en un empeoramiento de la calidad de vida del paciente”. Esta evidencia está avalada por diferentes estudios internacionales que confirman los problemas de sueño como uno de los indicadores tempranos de esta enfermedad neurodegenerativa. En España, unas 150.000 personas padecen párkinson según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Actualmente, 2 de cada 3 pacientes de párkinson sufren trastornos del sueño. Entre los más habituales se encuentran el insomnio, la hipersomnolencia diurna y las parasomnias, dentro de las que se engloba el trastorno de conducta del sueño REM. Este último se caracteriza por “la presencia durante el sueño REM de conductas motoras vigorosas asociadas con sueños de contenido desagradable. Afecta en gran medida a la calidad del sueño tanto del paciente como del compañero de cama, quien nota que el afectado da patadas y hace movimientos como de lucha. E incluso puede llegar a recibir golpes involuntarios”, argumenta la doctora.

Dado que, según la especialista, en muchas ocasiones los pacientes no son conscientes de que lo que les ocurre está provocado por la enfermedad de Parkinson, “es vital la educación de pacientes y cuidadores en estos trastornos. La formación les va a permitir identificarlo de forma precoz y transmitirlo a su médico de referencia para buscar opciones terapéuticas adecuadas” declara la doctora Cerdán. Un factor que también será clave en el diagnóstico inicial de la patología.

En esta labor formativa intervienen tanto médicos como asociaciones de pacientes. Como explica Jorge Lombardero, presidente de FEPAMUR, “en las asociaciones los pacientes pueden aprender a identificar cómo son sus patrones del sueño, qué errores cometen a la hora de descansar o técnicas de relajación para ayudar a la higiene del sueño. Intentamos mejorar la calidad de vida del colectivo a través de la información y la formación.”

Consecuencias del confinamiento en los pacientes de párkinson

El confinamiento ha provocado que un 41% de pacientes de párkinson experimentara un empeoramiento de sus trastornos del sueño, según el estudio Covid & Parkinson. La doctora Cerdán aclara que este empeoramiento está vinculado con la falta de movilidad y ejercicio físico, ya que los trastornos del sueño se agravan a medida que avanzan los síntomas motores y que la enfermedad progresa.

A esto se suma un aumento de la ansiedad a causa de la situación general de pandemia y los problemas de acceso a la atención médica. En este sentido, como afirma la neuróloga, “la atención telefónica inicial en muchos de nuestros pacientes con trastornos del movimiento ha sido compleja, ya que es difícil identificar algunos síntomas de forma no presencial, lo que ha afectado a su tratamiento”.

**Datos de contacto:**

Abigail Rodríguez Rodríguez  
665 61 38 34

Nota de prensa publicada en: [Coslada](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Sociedad](#) [Murcia](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>