

## Instituto del Sueño recuerda la necesidad de una detección precoz para tratar las Piernas Inquietas

**Cuadros de ansiedad o depresión se pueden ver asociados a padecer el SPI, lo cual se puede evitar con un diagnóstico precoz que sirva de tratamiento para este trastorno del sueño desde la aparición de sus primeros síntomas, según señalan desde el Instituto del Sueño**

El [Síndrome de Piernas Inquietas](#) es el segundo trastorno del sueño más frecuente en la población, solo por detrás del insomnio, de ahí que las principales instituciones dedicadas a la investigación de estos problemas pongan sus miras en estos fenómenos.

También conocida como enfermedad de Willis-Ekbom, afecta a las piernas aunque ocasionalmente puede extenderse a otras zonas del cuerpo, generalmente durante el reposo, y es más intenso en los últimos momentos del día.

El SPI es un trastorno neurológico, con predisposición familiar, de ahí que, en caso de tener algún antecedente familiar y síntomas sugestivos, el afectado intente acudir al especialista a la mayor brevedad posible.

No se ha descubierto aún una causa única que desencadene esta patología en sus pacientes, aunque muchos investigadores han comprobado que quienes la padecen tienen bajos niveles de hierro. El hierro tiene un papel importante en la regulación de la dopamina (un neurotransmisor) a nivel cerebral, lo cual explicaría algunos de los síntomas de SPI y la respuesta que tienen estos pacientes a algunos fármacos que actúan sobre vía dopaminérgica. El déficit de hierro a nivel cerebral puede ser un punto clave en el SPI.

Otros factores médicos a los que se han apuntado en estudios relacionados son la insuficiencia renal, la anemia, el embarazo o la toma de fármacos que alteran la dopamina.

Principales síntomas del Síndrome de Piernas Inquietas

Como su propio nombre indica, este trastorno se asocia a la necesidad imperiosa de mover las piernas estando en situación de reposo.

Otras señales sugestivas de que se padece esta patología son las siguientes:

Al encontrarse en reposo, bien sentado o acostado, durante viajes en automóvil o avión o viendo una película en el cine, entre otras posibilidades, pueden comenzar las molestias difusas generalmente en ambas piernas.

Esta molestia se alivia transitoriamente con el movimiento, es decir, si el paciente nota un alivio de estos síntomas cuando decide moverse.

Espasmos en las piernas por las noches que pueden darse mientras duerme.

Las personas afectadas con este problema coinciden en que son sensaciones desagradables que se pueden dar en ambos lados del cuerpo y, con menor frecuencia, en los brazos.

El IIS, presente en el World Sleep 2019

El doctor García-Borreguero, de Instituto del Sueño, dictará la lección magistral en el World Sleep 2019 que se celebrará en septiembre en la ciudad canadiense de Vancouver.

En esta ponencia, que lleva el título “Restless legs syndrome/ periodic limb movements of sleep: New insights into neurobiology and treatment”, tratará sobre los últimos avances en las investigaciones sobre esta enfermedad, suponiendo un reconocimiento de su trayectoria científica en este sector.

---