

Neurología, Permanentes - Síndrome Piernas Inquietas

Si no puede dormir, si siente necesidad de mover las piernas, si siente alivio al moverlas, si es frecuente por la tarde-noche, puede que sufra el síndrome de las piernas inquietas. Se estima que en España hasta el 10% de la población está afectado, la mitad mujeres, y de ellos el 2% necesitarán tratamiento. El problema es que muchos médicos de familia no lo diagnostican y ni los derivan al neurólogo.

Esta patología a veces es difícil diagnosticar porque tardan en llegar a manos de los neurólogos porque normalmente los médicos de atención primaria no saben derivarlo correctamente y lo diagnostican como alteraciones reumáticas. El doctor Juan José López Lozano, responsable de la Unidad de Trastornos del Movimiento del Hospital Universitario Puerta de Hierro y de la Clínica Ruber de Madrid, admite que en los últimos 10 años ha cambiado mucho el conocimiento del síndrome de las piernas inquietas. Concretamente, el diagnóstico es más acertado, el conocimiento de las causas y el tratamiento.

La doctora Lidia Vela, neuróloga de la Fundación Hospital Alcorcón de Madrid, remarca que los pacientes presentan una necesidad de mover las piernas, calor o frío e inquietud. Y esta urgencia mejora con la actividad y son más intensos cuanto más tiempo está en reposo. Además, lo más frecuente es que esta necesidad de moverse aparece cuando más cansado se siente, hacia el final del día.

Pero afortunadamente hay solución, un tratamiento. Aún así empezamos a explicar en que consiste esta patología.

¿QUÉ ES? Y SITUACIÓN ACTUAL

El síndrome de piernas inquietas es una enfermedad poco conocida que provoca síntomas en las piernas poco antes de ir a dormir pero que mejoran temporalmente con el movimiento. En ocasiones afecta también a los brazos e incluso puede causar movimientos repentinos de las piernas y puede provocar insomnio.

Es un trastorno neurológico del movimiento caracterizado por la necesidad irresistible de mover las piernas y por sensaciones desagradables y molestas en las extremidades inferiores, generalmente muy molestas, y que algunos pacientes describen como dolorosas. Los pacientes a menudo describen las sensaciones del síndrome como quemantes, como si algo se les jalara o se les deslizara, o como si insectos treparan por el interior de sus piernas. Estas sensaciones, a menudo llamadas parestesias (sensaciones anormales) o disestesias (sensaciones anormales desagradables), varían en gravedad de desagradables a irritantes, a dolorosas.

El doctor Diego García-Borreguero, especialista de la Unidad del Sueño de la Fundación Jiménez Díaz de Madrid, advierte que se sigue considerando como una enfermedad rara pese a que tal valoración es errónea. De hecho, en algunas bases de datos este trastorno figura entre el grupo de las enfermedades menos frecuentes, si bien entre un 5% y un 10% de la población de los países occidentales la padece. Un 2%, dice el doctor García-Borreguero, presenta un cuadro severo. Pero sólo un 20% de los casos son correctamente diagnosticados.

Desde la Federación Española de Asociaciones de Enfermedades Raras (FEDER), una portavoz incide también en el hecho de que esta enfermedad se considera rara por el gran desconocimiento que de ella existe. En esta organización, sólo seis personas están registradas con este trastorno. Ello se debe, dice la portavoz, a que en ocasiones el síndrome no altera demasiado la vida de los pacientes y a que estos acaban acostumbrándose a vivir con el dolor y las molestias.

Puede que por ello, Montserrat Roca, vicepresidenta de la Asociación Española de Pacientes con Síndrome de piernas Inquietas (AESPI), exige que “se admita nuestra enfermedad como un trastorno común para poder ser tratados por especialistas y para que se realicen investigaciones sobre fármacos que, de alguna manera, pueden paliar este síndrome”.

A QUIÉN AFECTA

Este síndrome se da en ambos sexos, pero la incidencia es mayor en mujeres y, en ocasiones, "este trastorno es precursor de una depresión". Así lo afirma la doctora Rosario Luqui, vicepresidenta de la Sociedad Española de Neurología.

Aunque el síndrome puede comenzar a cualquier edad, aún tan temprano como en la infancia, la mayoría de los pacientes severamente afectados son de edad media o mayores, de unos 40 años. Además, la severidad del trastorno parece aumentar con la edad. Los pacientes mayores sufren los síntomas con más frecuencia y durante períodos de tiempo más largos.

Por otra parte, durante el embarazo, particularmente durante los últimos meses, hasta el 20% de las mujeres desarrollan este síndrome. Después del parto, a menudo los síntomas desaparecen. No obstante, existe una relación clara entre el número de embarazos y las posibilidades de desarrollar el síndrome de piernas inquietas en forma crónica.

SÍNTOMAS

-Necesidad imperiosa de mover las piernas: es una sensación molesta en la parte más baja de las piernas y que los pacientes describen como calor, dolor, pinchazo, hormigueo o inquietud. De hecho, la señora Montserrat Roca, afectada por esta enfermedad y presidenta de la asociación de este síndrome (AESPI), explica que en las situaciones de reposo o relajada siente una inquietud que le provoca tener que mover las piernas y los brazos. Y además añade que "a partir de las 8 de la noche es bastante difícil y dormir es prácticamente imposible".

El único alivio que los individuos encuentran ante este padecimiento neurológico es mover las piernas, provocando así alteraciones del sueño que normalmente derivan en insomnio. Además, el movimiento sólo alivia las molestias, pero no las elimina del todo. Y en ocasiones también se pueden desarrollar en periodos de inactividad, como por ejemplo mientras se está en el teatro, en el cine o viajando en coche.