

La fatiga en la enfermedad de Parkinson

La fatiga es un problema común pero poco reconocido para las personas con la enfermedad de Parkinson (EP). Se puede definir como una sensación desagradable de falta de energía, que hace difícil realizar actividades rutinarias, físicas o mentales. La fatiga disminuye el deseo y la capacidad de realizar actividades de la vida diaria, interactuar con amigos y familiares y participar en actividades sociales.

Causas de la fatiga

En el entorno de la EP, la fatiga puede tener muchas causas. La falta de sueño, la depresión y otras afecciones médicas, como el desequilibrio de la tiroides o la anemia, pueden contribuir. Los medicamentos que se toman para los síntomas motores de la enfermedad de Parkinson pueden causar fatiga en algunas personas. Por lo tanto, modificar el régimen de los medicamentos a veces puede ayudar. No tener un buen estado físico puede empeorar la fatiga y, para algunas personas, el ejercicio puede mejorarla. La fatiga a menudo se debe a una combinación de estos y otros factores.

En algunos casos, es posible que una persona con EP no tenga ninguna de estas causas identificables, pero aun así se sienta fatigada. Además, la fatiga puede mejorar o no con el sueño o el descanso. En estos casos, la fatiga puede deberse a la enfermedad en sí con pérdida de nervios en partes del cerebro que controlan la vigilia.

La fatiga es común en la EP

Varios estudios muestran que alrededor de un tercio de las personas que padecen de la EP consideran que la fatiga es el síntoma más

molesto, incluso más que los síntomas motores de la enfermedad, como temblores, lentitud, rigidez y dificultad para caminar y mantener el equilibrio. Además, aproximadamente la mitad de las personas considera que la fatiga es uno de los tres síntomas más molestos.

La fatiga en la EP puede desarrollarse al inicio de la enfermedad, pero puede aparecer a lo largo del curso de ésta. Puede no estar correlacionada con la gravedad de otros síntomas, es decir, una persona con síntomas motores leves puede tener fatiga significativa, y una persona con síntomas motores significativos puede experimentar menos fatiga.

Fatiga y la depresión

Existe una gran superposición entre la fatiga y otros problemas en la EP, especialmente la depresión y los trastornos del sueño. Las personas con fatiga tienen más probabilidades de sentirse deprimidas y las personas que están deprimidas tienen más probabilidades de sentirse fatigadas; sin embargo, hay un grupo de pacientes con EP que están fatigados pero no deprimidos. La depresión en la EP generalmente responde al tratamiento antidepresivo, y la fatiga relacionada con la depresión puede mejorar con dicho tratamiento.

Fatiga y trastornos del sueño

Los trastornos del sueño son comunes en la EP y sin duda pueden contribuir a la fatiga. Los trastornos del sueño asociados con la fatiga en la EP incluyen insomnio (tanto al comienzo de la noche como después de que una persona se despierta en medio de la noche), la

La fatiga en la enfermedad de Parkinson

fragmentación del sueño (o interrupciones breves y repetitivas del sueño), el síndrome de piernas inquietas y la apnea del sueño. Un estudio del sueño (que debe ser coordinado por su médico) puede ayudar a identificar un trastorno del sueño subyacente, que luego puede tratarse para combatir la fatiga.

Somnolencia diurna excesiva

La somnolencia diurna excesiva es un problema relacionado con la fatiga y se refiere a la incapacidad para permanecer despierto durante el día. Este síntoma aumenta su prevalencia a medida que avanza la EP, y puede hacer que la persona con EP se quede dormida con frecuencia durante el día.

Tratamiento para la fatiga y la somnolencia diurna excesiva

Fomentar el ejercicio y las actividades diarias es importante para mantener la vigilia y reducir la fatiga. La terapia de luz también se ha probado con cierto éxito para estos síntomas.

Algunas personas se benefician de los medicamentos, como el modafinilo, el metilfenidato y la cafeína, aunque los estudios no son concluyentes sobre sus verdaderos beneficios. Asegúrese de hablar de manera rutinaria sobre su fatiga con el médico, de la misma manera que informa la gravedad o la aparición de otros síntomas.

Sede Nacional

Asociación Americana de
Enfermedad de Parkinson
PO Box 61420
Staten Island, NY 10306

Teléfono: 800-223-2732

Website: www.apdaparkinson.org

Email: apda@apdaparkinson.org

© 2023 Asociación Americana de
Enfermedad de Parkinson

La información contenida en esta hoja informativa está escrita únicamente con el propósito de proporcionar información al lector y no pretende ser un consejo médico. Esta información no debe utilizarse con fines de tratamiento, sino más bien para la discusión con los proveedores de atención médica del paciente.

Enero 2023

Mantente conectado
a través de nuestras redes sociales



La App El Diario de Síntomas de la APDA es una forma más fácil de mantener un seguimiento de sus síntomas y cuidar de su salud.

Descargue ahora la app Diario de síntomas de la APDA gratuitamente.

