



La fatiga

en la enfermedad de Párkinson

Por Joseph H. Friedman, MD

AMERICAN PARKINSON DISEASE ASSOCIATION

La fatiga es un problema común entre las personas con enfermedad de Párkinson (EP). Sin embargo, por razones poco claras, no ha atraído la atención que merece. No es un tema atractivo.

La depresión ha generado mucha más atención aun cuando no se presenta con tanta frecuencia ni plantea tanto problema para los pacientes con EP. De hecho, se la entiende mejor y es más fácil de tratar. Yo creo que el debate sobre la depresión (que si “es parte” de la enfermedad, es decir, intrínseca a ella, o si se trata de “una reacción”, es decir, una respuesta al hecho de tener un trastorno progresivo, incurable y potencialmente discapacitante), promovió el desarrollo de la disciplina de la “neurosiquiatria” en los últimos 20 años.

Como resultado de este debate, los neurólogos y los siquiátras prestaron mucha más atención a la depresión. La depresión es un tema sobre el cual los médicos creen saber algo. El Manual de Diagnósticos y Estadísticas (en inglés, Diagnostic and Statistical Manual, DSM), el texto que define todas las enfermedades siquiátricas, la describe como un trastorno causado por la pérdida de neuronas en un área en particular del cerebro. Por otro lado, la fatiga es mucho menos fácil de comprender y por lo tanto más difícil de estudiar.

¿Qué es la fatiga? Si bien sabemos qué es cuando la sentimos, no es fácil de definir. Las personas que comienzan a sentir fatiga debido a una nueva enfermedad, por ejemplo, luego de recibir radioterapia contra el cáncer, a menudo indican que es diferente de la fatiga que han experimentado anteriormente. Cuando a los pacientes con EP se les pregunta sobre la fatiga, utilizan descripciones como “cansado, agotado, sin energía, incapaz de hacer nada, siento mis pies pesados como si fueran de cemento, sin fuerza, incapaz de arrancar, con

ganans de estar echado todo el tiempo, nada me motiva, me siento inútil”. La fatiga no es una sensación agradable en las personas con EP. No es la misma sensación que se siente luego de un día de arduo trabajo. No es algo que necesariamente desaparecerá después de un breve descanso.

La fatiga relacionada con la EP puede describirse como una sensación desagradable de falta de energía, que dificulta la realización de actividades normales, tanto físicas como mentales. Varios estudios realizados en los Estados Unidos y Europa coinciden en los resultados. Aproximadamente un tercio de los pacientes consideran que la fatiga es el síntoma más fastidioso, incluso en comparación con los síntomas motores de la EP, tales como el temblor, la lentitud y los problemas para caminar, el bloqueo y los problemas de equilibrio y habla. Además, cerca de la mitad de los pacientes clasifican la fatiga como uno de los tres síntomas más fastidiosos, lo cual indica que es claramente uno de los problemas más comunes entre los pacientes con EP.

En todos los estudios sobre la calidad de vida, la fatiga aparece claramente como un problema importante. Como lo indicaría el sentido común, las personas que sienten fatiga no disfrutan de la vida de la misma manera como la disfrutaban los pacientes que no la sufren. Por supuesto, esto es obvio; si uno no tiene energía para hacer las cosas cotidianas, ¿cómo podría uno disfrutar de actividades ocasionales como salir de paseo, reunirse con amigos y con la familia, ver a los nietos, ir al cine? Y aun cuando uno se arma de valor para hacer estas cosas, el cansancio que genera el esfuerzo realizado impide que uno las disfrute.

En la mayoría de los estudios sobre la EP, las personas que sienten fatiga tienen más probabilidad de

sentirse deprimidas, y las personas deprimidas tienen más probabilidad de sentirse fatigadas. Sin embargo, hay una gran cantidad de pacientes con EP que sienten fatiga pero no están deprimidos. Son cosas que se ven a menudo, pero no siempre, relacionadas.

Es interesante notar que la fatiga no está relacionada con la gravedad de la EP.

Empecé a interesarme por el tema de la fatiga y la EP porque uno de mis pacientes jóvenes (que para la época tenía menos de cincuenta años) se quejaba constantemente de fatiga. Su EP era muy leve y casi no interfería en su capacidad de hacer cualquier cosa, sin embargo, la fatiga le dificultaba enormemente la realización de su trabajo. Mi paciente siguió trabajando a tiempo completo por años, pero sentía la necesidad de descansar en cuanto regresaba a casa en la noche y apenas podía cenar antes de quedarse dormido viendo la televisión. Definitivamente estos hábitos eran muy diferentes de los hábitos del pasado. Esta desconexión entre discapacidad física y fatiga era sorprendente. En realidad, esto existe también en otros trastornos neurológicos. Los pacientes que tienen esclerosis múltiple (EM) y acusan mucha fatiga puede que luzcan totalmente normales y a veces se les hace el diagnóstico sobre la base solamente de la fatiga. Otra faceta interesante de la fatiga es que tiende a aparecer al principio del trastorno, de hecho, a menudo aparece antes de que se presente la lentitud o el temblor, pero es un problema que tiende a quedarse. Si bien esto no ha sido estudiado a profundidad, sí parece que la fatiga por lo general no se presenta en etapas avanzadas de la enfermedad. Aparece al principio, no tiende a desaparecer y por lo general no aparece una vez que la enfermedad ha estado presente por algunos años.

Hay mucha superposición entre la fatiga y otros problemas. Los trastornos del sueño son comunes en los pacientes con EP, e incluso el término "cansancio" puede referirse tanto a la fatiga como a la somnolencia. Es probable que las personas que sufren de fatiga sientan siempre una sensación de somnolencia, pero la somnolencia es diferente de la fatiga. La somnolencia se resuelve durmiendo, mientras que la fatiga puede que se resuelva o no se resuelva descansando,

independientemente de que sea durmiendo durante el descanso o sencillamente relajándose sentado o echado en un sillón. La depresión está asociada a la fatiga y muchos pacientes con EP sufren de depresión. Este tipo de fatiga debería mejorar con el tratamiento contra la depresión, mientras que la fatiga por EP no desaparece. No sabemos qué papel desempeñan los medicamentos contra la EP en la aparición de la fatiga. Algunos pacientes creen que los medicamentos ayudan y otros indican que de hecho causan o empeoran la situación.

No tenemos idea de los factores que causan la fatiga en los pacientes con EP. Un estudio analizó el uso de la energía en pacientes fatigados y no fatigados a fin de determinar si los pacientes fatigados sencillamente utilizaban más energía para realizar ciertas actividades. De ser cierto, esto explicaría por qué sienten más cansancio. No se encontraron diferencias, excepto por el hecho de que personas fatigadas estaban en condiciones físicas peores que las personas no fatigadas.

Los pacientes con EP deberían entender que es probable que su fatiga sea parte de la EP y que desempeña un importante papel. Algunos aspectos de la fatiga puede que sean tratables, bien sea durmiendo más o cambiando los medicamentos contra la EP, tratando la depresión o mediante un programa de ejercicios. Los pacientes deben acostumbrarse a reportar que sienten fatiga tanto como reportan la gravedad del temblor o con qué frecuencia se bloquean o caen cuando están en casa. Es hora de que se reconozca la fatiga como el problema que en realidad es.

El doctor Friedman es profesor de medicina clínica en la Escuela de Medicina de la Universidad de Brown y director médico del Centro de Información y Remisiones de la APDA en Rhode Island, en Warwick.

El contenido de este suplemento es de carácter informativo solamente y el paciente no debe utilizarlo con fines de tratamiento sino más bien para conversar con su médico.

Si desea recibir copias adicionales de este artículo, sírvase comunicarse con la **AMERICAN PARKINSON DISEASE ASSOCIATION (800) 223-2732 • www.apdaparkinson.org**

© Copyright 2005, APDA, Inc.
Reprinted November 2015