



## COMPORTAMIENTO DEL SUEÑO REM: INDICADOR DE ENFERMEDADES NEURODEGENERATIVAS

### Description

# Trastornos del Sueño en Enfermedades Neurodegenerativas con Síntomas Motores

Los **trastornos del sueño** son una preocupación común en pacientes con enfermedades neurodegenerativas que presentan **síntomas motores**. Esto es especialmente relevante en el contexto de la **enfermedad de Parkinson (EP)**, donde los problemas motores como el **temblor** y la **rigidez** son manifestaciones clínicas principales. Sin embargo, la interacción entre los **síntomas motores** y los **trastornos del sueño** es más compleja de lo que parece a simple vista.

A menudo, se asume que los **síntomas motores** y los **trastornos del sueño** son independientes, pero la realidad es que están interconectados. La EP, por ejemplo, no solo afecta los movimientos voluntarios, sino que también puede influir en el **ciclo sueño-vigilia** y la calidad del sueño en general. Comprender esta relación permitirá brindar un tratamiento más completo y efectivo a los pacientes con enfermedades neurodegenerativas.

### Prevalencia de Trastornos del Sueño en la EP

Se debe considerar la alta prevalencia de trastornos del sueño en la EP. Se estima que entre el **42%** y el **98%** de los pacientes experimentan alteraciones del sueño en algún momento de su enfermedad. Esta cifra aumenta significativamente en las etapas avanzadas de la EP. Estos trastornos del sueño pueden variar desde **insomnio** hasta **movimientos periódicos de las piernas durante el sueño (PLMS)** y el **trastorno de conducta del sueño REM (TCSR)**.

La razón detrás de esta alta incidencia no es completamente clara, pero se cree que está relacionada con la degeneración de estructuras cerebrales que regulan el sueño y la vigilia. Además, los **síntomas motores**, como la **acinesia nocturna**, también contribuyen a la mala calidad del sueño en estos pacientes.

### Fisiopatología de los Trastornos del Sueño en la EP

Para abordar adecuadamente los trastornos del sueño en la EP, es esencial comprender su fisiopatología. Esta enfermedad neurodegenerativa afecta múltiples sistemas cerebrales y neurotransmisores, lo que a su vez impacta el sueño y la vigilia.

---

## Factores Primarios en la Fisiopatología

La EP involucra la pérdida de neuronas productoras de dopamina en la sustancia gris compacta y otros núcleos cerebrales. Esta pérdida no solo causa síntomas motores, sino que también afecta al sistema de vigilia. El **núcleo supraquiasmático** del hipotálamo, responsable de regular el ciclo sueño-vigilia, también se ve influenciado por la degeneración.

## Factores Secundarios en la Fisiopatología

Además de los factores primarios, los síntomas motores, como la **acinesia nocturna** y la **distonía “off,”** tienen un impacto directo en la calidad del sueño. Los medicamentos antiparkinsonianos también pueden inducir efectos secundarios relacionados con el sueño. Algunos de estos medicamentos pueden inducir alteraciones primarias del sueño, como el aumento de la latencia y la fragmentación del sueño. Además, pueden dar lugar a movimientos anormales, como **disquinesias, acatisia nocturna y mioclonías**, o a **parasomnias** con pesadillas y alucinaciones nocturnas.

En conjunto, los factores primarios y secundarios en la fisiopatología de los trastornos del sueño en la EP crean una red compleja de interacciones que impactan significativamente en la calidad del sueño de los pacientes.

Te Puede Interesar:

## Tratamiento de los Trastornos del Sueño en la enfermedad de Parkinson

Se requiere un enfoque multifacético y personalizado para abordar estos problemas de sueño. En primer lugar, se enfatiza la importancia de mantener una buena **higiene del sueño**. Esto incluye establecer horarios regulares para acostarse y despertarse, evitar estimulantes antes de dormir y crear un ambiente propicio para el sueño.

Para los pacientes con limitaciones físicas debido a los **problemas motores**, se recomienda la práctica de **ejercicio físico** durante el día. Este puede ayudar a reducir la **acinesia nocturna** y mejorar la calidad del sueño. Además, en casos más avanzados, se pueden utilizar **agentes dopaminérgicos de acción prolongada** o formulaciones de **levodopa de liberación retardada** para abordar los síntomas motores nocturnos.

## Hipersomnia en la EP

La **hipersomnia diurna** es un efecto adicional en la EP. Esta condición se manifiesta como **somnolencia durante el día** y **ataques de sueño** repentinos e incontrolables. Estos episodios de somnolencia irresistible pueden ocurrir sin previo aviso y pueden tener consecuencias graves, como accidentes.

## Parasomnias en la EP

Las **parasomnias** son fenómenos anormales que ocurren durante el sueño y también pueden afectar a los pacientes con EP. Estos comportamientos incluyen **hablar en sueños, caminar mientras se duerme** y **realizar actividades motoras complejas** mientras se está en un estado de sueño profundo. Las parasomnias pueden ser más frecuentes en la EP debido a los cambios en el sueño y la función cerebral causados por la enfermedad y sus tratamientos.

Distinguir entre las parasomnias y el **trastorno de conducta del sueño REM (TCSR)** es esencial, ya que ambos pueden afectar negativamente la calidad del sueño. El TCSR, en particular, se caracteriza por la pérdida de la atonía muscular durante el sueño REM, lo que puede dar lugar a comportamientos.

---

Los [opioides](#) pueden ser utilizados para tratar el dolor en pacientes con enfermedad de Parkinson. Según un metanálisis de 25 estudios con 1.744 pacientes con enfermedad de Parkinson y 1.610 controles, los opioides fueron uno de los tratamientos que más redujeron la intensidad del dolor en estos pacientes.

## Para seguir pensando

Los trastornos del sueño son una preocupación común en la EP y otras enfermedades neurodegenerativas con síntomas motores. Estos trastornos pueden ser causados por la degeneración de estructuras cerebrales relacionadas con el sueño y por factores secundarios, como los efectos de los medicamentos y los problemas motores. El tratamiento de estos trastornos es complejo y requiere una evaluación individualizada de cada paciente. Sin embargo, abordar los problemas de sueño de manera efectiva puede mejorar significativamente la calidad de vida de los pacientes y reducir las complicaciones asociadas con estos trastornos.

### FAQ

#### **¿Cómo podemos personalizar más el tratamiento de los trastornos del sueño en pacientes con enfermedades neurodegenerativas?**

Cada paciente es único, y comprender las diferencias individuales en la presentación de los síntomas y las respuestas al tratamiento es esencial para ofrecer una atención más precisa y efectiva.

#### **¿Cuál es el impacto a largo plazo de los trastornos del sueño en la calidad de vida de los pacientes con síntomas motores?**

Más allá de los aspectos clínicos, es importante considerar cómo afectan estos trastornos al bienestar general y la funcionalidad de los pacientes a lo largo del tiempo.

#### **¿Cuál es la relación exacta entre los trastornos del sueño y los síntomas motores en estas enfermedades?**

Comprender cómo se entrelazan estos aspectos puede proporcionar información crucial para desarrollar estrategias de tratamiento más efectivas.