

Temblor esencial

El temblor es un movimiento rítmico, hacia atrás y hacia adelante, de una parte del cuerpo.

Las personas que tienen temblores no pueden controlar el movimiento. Hay varios tipos y causas diferentes del temblor. El temblor se puede producir mientras la parte del cuerpo está en reposo (**temblor de reposo**) o mientras la parte del cuerpo se está moviendo activamente (**temblor de acción**). Una de las causas más frecuentes del temblor de acción es una afección denominada **temblor esencial**.

Síntomas

El temblor esencial afecta más frecuentemente los brazos y las manos durante las actividades. Se manifiesta más frecuentemente mientras se realizan tareas, tales como beber de una copa, escribir o al alcanzar un objeto. En la mayoría de los casos, ambos lados del cuerpo están comprometidos más o menos en igual medida. El temblor esencial también puede afectar la cabeza, haciendo que esta se sacuda de lado a lado o hacia arriba y hacia abajo. Si la voz está comprometida, puede haber cambios en el volumen y la suavidad del habla. El temblor de tipo esencial generalmente se mantiene leve y estable durante muchos años, pero puede empeorar lentamente con el transcurso del tiempo.

Causa

La causa subyacente del temblor esencial no se comprende totalmente. La afección puede transmitirse en familias, aunque cerca de la mitad de las personas con temblor esencial tienen un integrante en su familia también con temblor.

Diagnóstico

El diagnóstico del temblor esencial se basa en antecedentes médicos y en un examen físico realizado por un profesional de atención médica. No hay una prueba que permita confirmar el diagnóstico. Se deben descartar otras causas frecuentes del temblor de acción, como los efectos secundarios de ciertos medicamentos o una glándula tiroidea hiperactiva.

Tratamiento

El tratamiento del temblor esencial depende de la gravedad del temblor y si interfiere o no con las actividades. Si el temblor es leve, un médico puede monitorearlo con el tiempo sin tratamiento. El estrés y el consumo de cafeína pueden empeorar los temblores y se deben minimizar o evitar, de ser posible.

Si el temblor comienza a interferir con las actividades, podría ser necesario un tratamiento. Los medicamentos usados para tratar el temblor esencial incluyen una clase de medicamentos también usados para controlar la presión arterial (**betabloqueantes**) y algunos medicamentos también usados para evitar las convulsiones. Si los medicamentos no pueden controlar el temblor y este sigue siendo grave, se puede considerar la posibilidad de una cirugía cerebral. Un tipo de cirugía cerebral denominado **estimulación cerebral profunda** implica colocar un cable en estructuras cerebrales



profundas y conectar el cable a un pequeño dispositivo alimentado por batería que se implanta debajo de la piel del pecho. Este dispositivo luego se puede programar para enviar estimulación eléctrica a las áreas del cerebro que controlan el movimiento y puede ayudar a disminuir el temblor.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Institute of Neurological Disorders and Stroke (Instituto Nacional de Trastornos Neurológicos y Accidentes Cerebrovasculares) www.ninds.nih.gov/disorders/essential_tremor/essential_tremor.htm
- International Parkinson and Movement Disorder Society (Sociedad Internacional de Parkinson y Trastornos del Movimiento) <http://www.movementdisorders.org/MDS-Files1/Resources/PDFs/Essentialtremorpatientleaflet.pdf>

+ Para encontrar esta y otras hojas para el paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace de Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en www.jama.com. Las traducciones al español están disponibles en la pestaña de contenido complementario.

Autor: Christopher C. Muth, MD

Fuentes: American Academy of Neurology, National Institute of Neurological Disorders and Stroke, International Parkinson and Movement Disorder Society

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.