

consulta médica



Piernas inquietas

JOSÉ A. DE LA OSA

El síndrome de piernas inquietas (SPI) es un problema de salud caracterizado por la recurrencia de "sensaciones incómodas", generalmente localizadas en las piernas, que se alivian con el movimiento.

Estas molestias son más intensas y notables en reposo, sobre todo en la noche y, por esta razón, las personas que las padecen sienten la necesidad irrefrenable de mover las piernas o comenzar a andar, según el autorizado criterio del doctor Mario Álvarez Sánchez, neurólogo especializado en Trastornos del Movimiento del Centro Internacional de Restauración Neurológica (CIREN), autor principal de las Guías Clínicas para la enfermedad de Parkinson.

Existen referencias de que la primera descripción de estos "andadores nocturnos" fue realizada por Sir Thomas Willis (1621-1675), quien destacó la ansiedad de los sujetos afectados al llegar la hora de dormir, que se convertía para ellos en una verdadera tortura.

—**¿Se conocen las causas, o, al menos, qué hipótesis se plantean?**

—Algunas formas del SPI son expresión de una enfermedad asociada, pero en la mayor parte de los pacientes no es posible establecer la causa probable. Cuando se demuestra, se cita el déficit de ferritina (proteína relacionada con el almacenamiento y liberación del hierro), la insuficiencia renal y algunas formas de dolencias del sistema nervioso periférico. La herencia desempeña también un papel importante, sobre todo cuando los síntomas comienzan antes de los 30 años. Las hipótesis más recientes sugieren una disfunción (alteración) de las vías nerviosas que conectan el cerebro con la médula espinal.

—**¿Es un trastorno frecuente en nuestro medio?**

—Afecta aproximadamente a un 10 % de la población general. Su incidencia aumenta con la edad, acercándose al 30 % en los mayores de 65 años. El SPI es mucho más frecuente, casi el doble, en las mujeres que en los hombres.

—**¿Qué manifestaciones principales suele presentar el SPI?**

—En 1995 se definieron cuatro criterios diagnósticos fundamentales para el establecimiento de este síndrome: deseo de mover las extremidades, usualmente asociado a sensaciones de molestias; inquietud; empeoramiento de los síntomas en reposo y alivio luego del movimiento; aumento de la intensidad de los síntomas en horas de la tarde o de la noche. Debo hacer notar que este síndrome no solo se localiza en los miembros inferiores, sino que también puede afectar otros segmentos corporales como el abdomen o los brazos.

—**¿Cómo se establece el diagnóstico de certeza?**



Doctor Mario Álvarez Sánchez. FOTO CAO

— El interrogatorio y el examen físico tienen el mayor peso. El empleo de pruebas complementarias solo es necesario si se sospecha un SPI secundario. También deben ser descartados otros problemas de salud similares, como los movimientos periódicos de las piernas durante el sueño y la acatisia (sensación de inquietud generalizada que obliga al movimiento pero que no es aliviada por este), que muchas veces se observa en personas que están bajo tratamiento con fármacos como la trioperazina o la metoclopramida.

—**¿A qué especialista consultar?**

— El síndrome de piernas inquietas es un trastorno que debe ser atendido por especialistas en Neurología. Debo precisar que en la evaluación de estos pacientes muchas veces se requiere la participación de un equipo multidisciplinario.

—**¿En algún caso los síntomas pueden estar asociados también al nerviosismo, al insomnio, al estrés, a la artritis, a los calambres musculares...?**

— Sí, existen algunos factores que precipitan o agravan los síntomas del SPI. Te citaría entre los más comunes el estrés, los malos hábitos de sueño y la ingesta frecuente de alcohol, café o té.

—**¿Tiene tratamiento específico? ¿En qué consiste?**

— Si es un SPI secundario debe corregirse la causa. También pueden ser de ayuda los cambios del hábito de vida, que incluyen una correcta higiene de sueño, evitar la ingesta de alcohol o bebidas estimulantes. Si a pesar de tomar las medidas antes mencionadas no existen buenos resultados, se pueden emplear fármacos.

—**En general, ¿cuál es su pronóstico a corto y largo plazo?**

— Estará en dependencia de la causa, pero diría que es bueno en general al tratarse de un problema funcional. La respuesta al tratamiento es inmediata y prolongada en la mayor parte de los pacientes.

Falleció el combatiente Joel Iglesias Leyva

En horas de la tarde de ayer falleció en esta capital a la edad de 70 años, el compañero Joel Iglesias Leyva, combatiente de la Sierra Maestra y de la columna invasora No. 8, Ciro Redondo, al mando del Comandante Ernesto Che Guevara.

Nació en 1941 en El Tablón, zona rural ubicada entre Palma Soriano y San Luis, Santiago de Cuba. Se incorporó al Ejército Rebelde a inicios de 1957, con apenas 14 años de edad;

participó en numerosos combates en los que resultó herido en varias ocasiones. Al triunfo de la Revolución ostentaba el grado de Comandante. Fue el primer presidente de la Asociación de Jóvenes Rebeldes, antecedente de la Unión de Jóvenes Comunistas.

En correspondencia con su voluntad, su cadáver será cremado y sus cenizas depositadas hoy martes, a las 2:00 p.m., en el Panteón de los Veteranos del Cementerio de Colón.

Datos biográficos del Excmo. Sr. Michel Joseph Martelly, Presidente de la República de Haití

El excelentísimo señor Michel Joseph Martelly nació el 12 de febrero de 1961 en Côte de Fer, Haití.

Inició su formación académica en Haití y la concluyó en Estados Unidos, país donde comenzó su carrera como artista.

Como parte de su carrera profesional recorrió la nación haitiana, lo que le permitió adquirir mayores conocimientos de su país.

Resultó electo Presidente de la República de Haití en los comicios celebrados en noviembre de 2010. Tomó posesión de su cargo el 14 de mayo de 2011.

Es casado y tiene cuatro hijos.



Datos biográficos del Excmo. Sr. Patrice Emery Trovoada, Primer Ministro de la República Democrática de São Tomé y Príncipe

El excelentísimo señor Patrice Emery Trovoada, Primer Ministro de la República Democrática de São Tomé y Príncipe, nació el 18 de marzo de 1962.

En su trayectoria política ha desempeñado diversas responsabilidades.

Entre 1991 y 1994 trabajó como Asesor



del Presidente de la República para asuntos de economía internacional. En 1998 es designado Consejero Especial del Presidente de la República, cargo que ocupó hasta el año 2000.

En el año 2001 fue nombrado Ministro de Relaciones Exteriores.

Desde el año 2007 se desempeña como Presidente del Partido Acción Democrática Independiente.

Ocupó por primera vez la responsabilidad de Primer Ministro de su país en el año 2008.

En el año 2010, su partido ganó las elecciones legislativas y es designado Primer Ministro del XIV Gobierno Constitucional de la República Democrática de São Tomé y Príncipe.

Es casado y tiene cinco hijos.

bra, procedente del latín *humanitas*, -atis, significa:

"que mira o se refiere al bien del género humano", "benigno, caritativo, benéfico", "que tiene como finalidad aliviar los efectos que causan la guerra u otras calamidades en las personas que las padecen". De modo que frases como "dolor humanitario", "daños humanitarios", "destrucción humanitaria" o "crisis humanitaria" constituyen un soberano disparate.

el español nuestro

María Luisa García

Me escribe un lector indignado por el incorrecto empleo que se hace del adjetivo **humanitario**, -a en los medios de divulgación y no le falta razón: lo negativo no puede ser humanitario, pues esta pa-