



### ¿QUÉ ES EL TEMBLOR ESENCIAL?

El temblor esencial (TE) es el trastorno del movimiento más frecuente. También es conocido como temblor esencial benigno, temblor familiar o temblor hereditario. Los pacientes con TE pueden experimentar un temblor incontrolado de manos, cabeza, de la voz o de otras regiones corporales. Esta condición habitualmente comienza en la edad adulta y puede empeorar gradualmente con la edad. El temblor generalmente es más evidente al extender los brazos o al realizar movimientos finos con las manos, tales como sujetar una taza, al usar los cubiertos o al escribir. El temblor normalmente se interrumpe o mejora si las manos o los brazos están completamente relajados como cuando descansan sobre el regazo. Existen algunos factores como el estrés pueden hacer que el temblor empeore de forma temporal.

### ¿CUÁL ES LA CAUSA?

La causa del TE es desconocida. Sin embargo, en más de la mitad de los casos, otro miembro de la familia también presenta temblor. Los sujetos que tienen una historia familiar positiva tienden a presentar los síntomas a edades más tempranas. Los estudios de investigación llevados a cabo hasta el momento actual no han encontrado el gen o genes que causan el TE. Sin embargo, la evidencia actual apunta a que el TE se genera en el cerebro, aunque los estudios de imagen cerebral con escáneres suelen ser normales. Asimismo, no existe una prueba específica para el diagnóstico del TE. A pesar de ello, su médico puede realizarle análisis de sangre para descartar algunas patologías que pueden empeorar el temblor, como la enfermedad tiroidea.

### ¿HAY UN TRATAMIENTO?

Existen tratamientos que pueden mejorar el temblor, sin embargo, no se dispone de una cura. El empleo de tazas o utensilios de mayor peso o incluso el uso de pequeñas muñequeras con peso pueden proporcionar cierta mejoría en algunos pacientes. También, algunos pacientes se pueden beneficiar de medicación oral. Los fármacos se administran siguiendo el esquema de ensayo-error y el beneficio obtenido con fármacos concretos puede ser diferente de un paciente a otro. Los fármacos que pueden emplearse son los siguientes:

- Beta bloqueantes como el propranolol.

- Mediación antiepiléptica como la primidona, gabapentina, topiramato o clonazepam.

Su médico puede sugerirle además que reduzca el consumo de cafeína u otros estimulantes así como de otros fármacos que pueden inducir a temblor.

Además algunos sujetos con determinados tipos de temblor se pueden beneficiar del tratamiento con inyecciones de toxina botulínica. La toxina botulínica se inyecta en los músculos que están implicados en el temblor y los debilita temporalmente para reducir el movimiento. Estas inyecciones deben ser repetidas de dos a cuatro veces al año y suelen ser más efectivas en pacientes con temblor de cabeza o temblor de la voz. Aunque el tratamiento médico puede mejorar el temblor y debería ser empleado inicialmente, en aquellos sujetos que presentan un temblor severo se podría considerar el tratamiento quirúrgico. Asimismo, su neurólogo puede aconsejarle el tratamiento que más se adecua a su situación. Actualmente existe más de una opción quirúrgica aplicable al TE, entre ellas:

- Talamotomía: es un tipo de cirugía cerebral en la que una parte del cerebro, en este caso el tálamo, se destruye.
- Estimulación cerebral profunda (ECP): se trata de otro tipo de cirugía del tálamo. En ella a través de un cable (también conocido como electrodo) se coloca dentro del tálamo y conectado a un dispositivo similar a un marcapasos que se sitúa debajo de la piel en el pecho.
- Otros procedimientos quirúrgicos.

### ¿ES EL TEMBLOR ESENCIAL UNA FORMA DE LA ENFERMEDAD DE PARKINSON?

No. El TE es diez veces más frecuente que la enfermedad de Parkinson (EP). A diferencia del TE, el temblor de manos que aparece en la EP es de reposo y es más obvio en las situaciones en las manos del paciente están relajadas y no al realizar actividades manuales. Existen otros signos asociados a la EP que no aparecen en el TE tales como la lentitud del movimiento, problemas para caminar así como la aparición de otros signos en la exploración física.

### ¿CÓMO VA A EVOLUCIONAR MI TEMBLOR ESENCIAL?

El TE no acorta la esperanza de vida. El temblor puede empeorar a lo largo



## Temblores esenciales: Información importante para pacientes

# ANEXOS

de su vida, pero el cambio por lo general es lento, a lo largo de varios años. Como consecuencia, algunos pacientes pueden experimentar cierto grado de discapacidad como dificultades para escribir, comer o beber o incluso cierta incomodidad al presentar temblor en público.

El temblor, si es leve, no precisa

tratamiento y el iniciar tratamiento de forma precoz no para o enlentece el curso natural de los síntomas. Sólo se considera iniciar medicación en los casos en los que el temblor afecta a sus actividades básicas de la vida diaria o le causa problemas.