



## Depresión, ansiedad y apatía en la enfermedad de Parkinson: factores de interés para los pacientes

### ¿LA ENFERMEDAD DE PARKINSON PUEDE AFECTAR AL ESTADO DE ÁNIMO?

Sí, la enfermedad de Parkinson (EP) puede ocasionar un amplio rango de síntomas no motores (es decir, no relacionados con el movimiento) además de los síntomas motores. Los trastornos del ánimo son síntomas frecuentes e importantes y además pueden impactar en la calidad de vida de algunos pacientes en mayor grado que los problemas motores.

### ¿CÓMO SON DE FRECUENTE LOS TRASTORNOS DEL ÁNIMO EN LA EP?

Los trastornos del ánimo más frecuentes que pueden afectar a pacientes con EP son la depresión, ansiedad y apatía.

- La depresión es un estado en el que existe un ánimo bajo, tristeza, desesperanza y a veces sentimientos de vacío o culpa.
- La ansiedad ocasiona un sentimiento de nerviosismo, preocupación, tensión e inquietud. Algunos pacientes con ansiedad pueden experimentar ataques de miedo o pánico.
- La apatía es la falta de interés, entusiasmo o motivación para hacer actividades o estar con otras personas.

### ¿CUÁNDO SUCEDEN LOS TRASTORNOS DEL ÁNIMO?

Los trastornos del ánimo pueden suceder en cualquier momento. Algunos pacientes pueden desarrollar trastornos del ánimo incluso antes de que comiencen los problemas motores. Otros, sin embargo, lo pueden presentar años después del diagnóstico de la EP. En algunos casos, además se pueden percibir cambios en el estado de ánimo en relación con la toma de la medicación dopaminérgica. Por ejemplo, la ansiedad puede aparecer cuando los niveles de la medicación están bajos durante los periodos "offs".

### ¿CÓMO PUEDO IDENTIFICAR LOS TRASTORNOS DEL ÁNIMO?

La depresión y ansiedad a menudo se acompañan de sensación de falta de energía y fatiga, disminución del apetito y trastornos del sueño. Sin embargo, estos síntomas pueden aparecer sin estar en relación con una depresión, por lo que tenerlos, no significa siempre estar deprimido/a. Otros síntomas se identifican con más frecuencia por la familia o amigos más que por el

paciente, tales como:

- Aumento de la timidez o introspección.
- Mayor irritabilidad.
- Aislamiento social.
- Falta de participación en eventos familiares o actividades.

### ¿CÓMO SE DIAGNOSTICAN LOS TRASTORNOS DEL ÁNIMO?

Coméntele a su doctor/a directamente los cambios en su estado de ánimo, sueño o apetito. Así podrá ser diagnosticado y comenzar un tratamiento. Probablemente su médico/a quiera conocer:

- Cuándo comenzaron los síntomas.
- Cómo son de molestos.
- Si se asocian a otros síntomas.
- Si se relacionan con los horarios de la toma de medicación.

Si usted tiene pareja o cuidador/a, ellos también pueden ayudarle a reportar cualquier otro cambio que hayan percibido en su estado de ánimo, comportamiento y/o sueño.

### ¿POR QUÉ SE PRODUCEN LOS TRASTORNOS DEL ÁNIMO?

La EP puede causar determinados cambios cerebrales en las áreas que controlan el estado de ánimo. La enfermedad puede reducir la cantidad de transmisores como la dopamina, serotonina y noradrenalina que son los que subyacen en la génesis de los trastornos del ánimo. Por otro lado, estos síntomas también pueden ser reactivos a su enfermedad o a factores psicosociales.

### ¿CÓMO SE TRATAN LOS SÍNTOMAS EN LA EP?

Fármacos antidepresivos y ansiolíticos pueden tratar la depresión y ansiedad.

- Fármacos dopaminérgicos pueden mejorar los síntomas motores y por tanto, mejorar la depresión y ansiedad, principalmente si éstos cambian con el horario de la toma de la medicación.
- La psicoterapia puede ayudar en la depresión y ansiedad.
- Programar actividades, el ejercicio y socializar puede ser de utilidad en el tratamiento de la apatía.
- Aumentar las horas de sueño y apoyo social a la vez que evitar el estrés pueden ayudar.



## Depresión, ansiedad y apatía en la enfermedad de Parkinson: factores de interés para los pacientes

### EN RESUMEN:

- La depresión, ansiedad y apatía pueden ser síntomas en relación con al EP y son bastante frecuentes.
- Éstos pueden aparecer de forma temprana e incluso antes de la aparición de los síntomas motores o desarrollarse más tarde

a lo largo de la evolución de la enfermedad.

- ES importante transmitir a su doctor/a estos síntomas ya que existen opciones de tratamiento específicas.
- La medicación, psicoterapia y apoyo social son las principales herramientas para tratar estos síntomas.