



## Hipotensión ortostática en la enfermedad de Parkinson: Datos de interés para pacientes

### ¿QUÉ ES LA HIPOTENSIÓN ORTOSTÁTICA Y QUÉ TAN COMÚN ES EN LA ENFERMEDAD DE PARKINSON?

La presión arterial (PA) es uno de los signos vitales más importantes. La PA puede tener variaciones normales. Por ejemplo, suele ser un poco más alta durante el día que durante la noche y también puede aumentar con el estrés. Cuando las personas se ponen de pie, su PA puede descender levemente durante unos segundos, pero suele volver a la normalidad rápidamente.

Cuando la PA no vuelve a la normalidad rápidamente después de ponerse de pie, se habla de hipotensión ortostática o postural. Esta forma de PA baja se produce en aproximadamente un tercio de los pacientes con la enfermedad de Parkinson (EP). Es menos común en etapas iniciales de la enfermedad, pero ocurre con más frecuencia a medida que ésta avanza.

Las lecturas de la PA tienen dos números, por ejemplo 120/80 mmHg. La cifra superior es la PA sistólica que corresponde a la presión más alta cuando el corazón late y empuja la sangre al resto del cuerpo. La cifra inferior es la PA diastólica, la cual es la presión más baja cuando el corazón se relaja entre latidos. La hipotensión ortostática se define como un descenso de la cifra sistólica de al menos 20 mmHg o de la cifra diastólica de al menos 10 mmHg en los 3 minutos siguientes a ponerse de pie.

### ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA HIPOTENSIÓN ORTOSTÁTICA? ¿SON PELIGROSOS?

Las personas con hipotensión ortostática pueden presentar una serie de síntomas al ponerse de pie, entre ellos:

- Mareos
- Debilidad
- Fatiga
- Náuseas
- Visión borrosa
- Enlentecimiento cognitivo
- Se doblan las piernas
- Dolor de cabeza o de cuello que se irradia a los hombros (el llamado dolor de percha).

Uno de los peligros de la hipotensión ortostática es que puede provocar caídas. A veces, el descenso de la PA puede ser lo suficientemente grave como para provocar desmayos y pérdida de conocimiento (lo que se denomina síncope).

La hipotensión ortostática puede ser más frecuente en los siguientes momentos:

- A primera hora de la mañana
- Cuando hace calor
- Después de una comida (sobre todo de comidas copiosas)
- Después de beber alcohol
- Al orinar o defecar
- Durante el ejercicio físico

### ¿LOS MEDICAMENTOS PARA LA EP PROVOCAN HIPOTENSIÓN ORTOSTÁTICA?

Ármas similares, pueden causar esta forma de PA baja o empeorarla. Pero incluso las personas que no toman medicamentos para la EP pueden sufrir hipotensión ortostática. Los medicamentos para la PA alta y otros fármacos también pueden causar esta forma de PA baja en los pacientes con EP.

### ¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PACIENTES DE EP PARA MEJORAR LOS PROBLEMAS DE HIPOTENSIÓN ORTOSTÁTICA?

Los pacientes con EP pueden probar las siguientes estrategias para ayudar a aliviar los problemas de hipotensión ortostática, posiblemente con la ayuda de su cuidador.

- Beba más líquidos.
- Beba entre 250 y 500 ml de agua rápidamente durante un periodo de 3 a 4 minutos. Hágalo a primera hora al despertarse si los síntomas aparecen al levantarse de la cama o por la mañana.
- Reduzca o evite el consumo de alcohol.
- Levántese lentamente y quédese quieto cuando se sienta mareado o aturdido.
- Evite quedarse quieto o tumbado en posición horizontal durante mucho tiempo.
- Evite exponerse demasiado a ambientes calientes, como baños calientes, saunas, etc.
- Eleve la cabecera de la cama cuando se acueste, intente utilizar una cuña bajo la cabecera de la cama.
- Aumentar la cantidad de sal en la dieta (si la hipertensión no es un problema).
- Coma comidas más pequeñas y de forma más frecuente.
- Utilice medias de compresión elásticas o fajas abdominales. Es importante que las medias de compresión lleguen hasta la cadera o el abdomen.



## Hipotensión ortostática en la enfermedad de Parkinson: Datos de interés para pacientes

# ANEXOS

### ¿EXISTEN MEDICAMENTOS PARA TRATAR LA HIPOTENSIÓN ORTOSTÁTICA EN LA EP?

El paciente con EP debe revisar todos los medicamentos con el médico. Es posible que haya que suspender o reducir ciertos medicamentos.

Hay varios medicamentos que pueden ser útiles para tratar la hipotensión ortostática en pacientes con EP. Entre ellos se encuentran la fludrocortisona, la midodrina y la droxidopa. Estos fármacos pueden utilizarse solos o en combinación. Las dosis pueden ajustarse para intentar

evitar que la PA descienda a niveles muy bajos. Es necesario tener cuidado para asegurarse de que la PA no suba demasiado al acostarse.

### ¿QUÉ DEBEN HACER LOS PACIENTES CON EP CUANDO TIENEN SÍNTOMAS DE HIPOTENSIÓN ORTOSTÁTICA?

El paciente con EP debe sentarse o tumbarse inmediatamente cuando tenga síntomas de hipotensión ortostática. Esto debería hacer que los síntomas desaparezcan. A continuación, se muestran otras medidas que el paciente de EP puede adoptar para aliviar los síntomas posturales.