



¿Tienes episodios de somnolencia extrema durante el día? Quizás puedas padecer narcolepsia

Se trata de una enfermedad que puede afectar a personas con problemas autoinmunitarios. Asimismo, quienes tienen entre 10 y 30 años, además de antecedentes familiares, presentan mayor probabilidad de padecerla.

María José Villagrán
 prensa@latribuna.cl

La narcolepsia es un trastorno neurológico crónico y poco frecuente que altera la habilidad del cerebro de poder controlar los ciclos del sueño y vigilia.

Se trata de una patología que afecta principalmente al sistema nervioso central, provocando largos episodios de extrema somnolencia diurna; ello, asociado a periodos prolongados de sueño incontrolable, incluso, mientras se realizan actividades como comer, conducir o hablar.

Entre los síntomas más comunes de la narcolepsia, es posible encontrar episodios de somnolencia extrema durante el día, quedarse dormido sin advertencia previa, dificultad para concentrarse o mantenerse despierto, fragmentación del sueño o despertares frecuentes durante la noche, cataplexia o pérdida súbita del tono muscular, lo que puede asociarse a emociones fuertes y, en raras ocasiones, puede generar alucinaciones hipnagógicas, que

son las que ocurren al quedarse dormido.

La causa no está completamente clara; sin embargo, "estudios recientes realizados por la Unidad de Neurología de la Universidad de Cambridge, EE.UU., indican que se relaciona con 3 factores: Interacciones genéticas, causas ambientales como la contaminación y a causas autoinmunes", explicó la académica carrera de Enfermería de la Universidad San Sebastián, Natalia Ulloa.

Asimismo, detalló que -en el caso de la narcolepsia tipo I- se ha estudiado la existencia de una deficiencia de hipocretina-1, asociado a un mecanismo auto inmunológico, donde el propio sistema inmune de quien la padece ataca células que producen hipocretina (sustancia química producida en el cerebro que le ayuda a mantenerse despierto). En el caso de la narcolepsia tipo II, los niveles de esta sustancia están normales, por lo que su origen está poco claro.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA?

El diagnóstico "se realiza con una evaluación de la sintomatología o clínica del paciente, junto con exámenes diagnósticos. Dentro de la clínica se debe considerar la historia del paciente, cuándo comenzaron sus síntomas y cuáles son. Dentro de los exámenes diagnósticos, se encuentra la realización de una polisomnografía, que es un estudio que determina los patrones del sueño y respiración durante la noche. El test de latencias múltiples del sueño, que se realiza durante el día y mide el tiempo del paciente para quedarse dormido en varias siestas programadas y por último una medición de hipocretina-1, en el líquido céfalo raquídeo (líquido que reviste el cerebro y la médula espinal), cuyos niveles bajos se asocian a un tipo de narcolepsia", relató Ulloa.

¿QUIÉNES PUEDEN PADECERLA?

Las personas con problemas autoinmunitarios tienen mayor riesgo de sufrirla, ya que es posible que se asocie a la narcolepsia tipo I. Asimismo, quienes tienen entre 10 y 30 años y antecedentes familiares de la enfermedad presentan mayor probabilidad de padecer esta patología.

A lo largo del tiempo, "se ha documentado un aumento de los casos de narcolepsia tras infecciones virales como la del virus H1N1 (gripe porcina), lo que indica que ciertos eventos infecciosos pueden desencadenar la enfermedad en personas predispuestas", detalló la académica.

La narcolepsia es una enfermedad que no tiene cura, mientras que el tratamiento es sintomático y debe ser evaluado caso a caso por un médico neurólogo, ya que depende de las características personales y sintomatología de cada paciente.

A modo general, "se orien-



LA NARCOLEPSIA ES UNA ENFERMEDAD que no tiene cura y ha registrado un incremento después de la gripe porcina.

ta a controlar la somnolencia diurna y cataplexia. Dentro de tratamiento recomendado se encuentran los estimulantes, como el Modafilino y Armodafilino que mejoran la vigilia diaria. Los antidepresivos se utilizan para tratar los síntomas de la cataplexia, especialmente los tricíclicos y otros como la Fluoxetina y Venlafaxina", explicó Ulloa.

Dentro de los tratamientos no farmacológicos se recomiendan las "Nap programadas", o siestas cortas durante el día, para disminuir el sueño diurno, también es importante brindar un soporte de consejería e información a través de grupos de apoyo como la Asociación de Ayuda "Narcolepsia en Chile".

¿DE QUÉ FORMA AFECTA LA VIDA COTIDIANA DE LAS PERSONAS?

Dependiendo de la severidad, la narcolepsia puede afectar significativamente la vida diaria de una persona; esto, porque -debido a la sintomatología asociada- una gran

cantidad de actividades se pueden ver limitadas. Entre ellas, conducir, vehículos, comer, desplazarse solos de un lugar a otro y, en algunos casos, no pueden acceder a trabajos de jornada completa, ya que la somnolencia afecta significativamente su concentración y capacidad de mantenerse despierto durante el día.

Por otro lado, "se asocia altamente a patologías de salud mental, como depresión y ansiedad, ya que puede generar situaciones como quedarse dormido frente a cualquier actividad con amigos o en el trabajo, episodios de pérdida del tono muscular que pueden significar quedarse paralizado o sufrir una especie de desmayo y, por último, ver, sentir u oler cosas que no existen (alucinaciones), provocando -finalmente- que el paciente que sufre esta enfermedad comience a aislarse y, muchas veces, a ser poco comprendido, llevando incluso a una discriminación asociada al desconocimiento de la patología por la población general", detalló Ulloa.



Académica carrera de Enfermería de la Universidad San Sebastián, Natalia Ulloa.