

Exámenes claves para tratar el Parkinson

Redacción Vida Sana
EL UNIVERSAL

Dificultades en el movimiento, la cognición y en diversas funciones corporales son los retos a los que se enfrentan los pacientes con Parkinson, una enfermedad degenerativa a nivel cerebral. Aún se desconoce la causa exacta de este padecimiento, pero se cree que la muerte de células cerebrales productoras de dopamina, un neurotransmisor vital para el movimiento, es un componente fundamental en su desarrollo.

En Colombia, más de 220.000 personas viven con Parkinson, y a nivel mundial, más de 10 millones de personas padecen esta condición. La atención y los recursos adecuados son esenciales para hacer frente a esta en-

fermedad, desde la disponibilidad de tecnología diagnóstica y terapias innovadoras, como la estimulación cerebral profunda (ECP), hasta el compromiso continuo de los profesionales de la salud para mejorar la calidad de vida de quienes enfrentan esta enfermedad.

La medicina nuclear juega un papel crucial en el diagnóstico y manejo del Parkinson, por su capacidad de aportar pruebas objetivas. Si bien no hay cura para esta enfermedad, ciertos medicamentos, terapias físicas y en algunos casos, cirugía, pueden ayudar a disminuir los síntomas y mejorar la calidad de vida de los pacientes.

La detección temprana es esencial para ofrecer un tratamiento adecuado.



Compra ya en nuestros

PUNTOS DE VENTA



Supertiendas y
Droguerías Olímpica

NUEVO



Hospital Serena
del Mar NH Galerías

NUEVO



Carnecol
Manga



Almacenes Éxito



Carulla

EL UNIVERSAL

Sarcopenia: el deterioro físico en la mujer

El deterioro físico durante el envejecimiento femenino desencadena problemáticas de salud que ponen en riesgo la calidad de vida.

Álvaro Monterrosa Castro
ESPECIAL PARA EL UNIVERSAL

Las sociedades se están envejeciendo rápidamente y deben afrontar con prontitud nuevos retos desde diferentes espacios, especialmente desde la salud y la salud muscular. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha indicado que entre los años 2000 y 2016, la esperanza de vida de las personas a nivel global se incrementó en 5,5 años, pasando de 66,5 a 72 años.

Todo lo referente a la etapa vital de vejez es asunto prioritario de política pública. Actualmente está en marcha el Plan para la Década del Envejecimiento Saludable (2021-2030), que busca fomentar y conservar la capacidad funcional de las personas. Se entiende como capacidad funcional, la posibilidad para combinar las físicas y mentales e interactuar con el entorno en que se vive.

El Grupo de Investigación Salud de la Mujer en la última década viene explorando sobre sarcopenia, salud física y salud mental en población femenina colombiana. Recientemente ha publicado en la Gaceta Médica de Bilbao, España, los resultados de un estudio en 700 mujeres colombianas que tenían edad promedio 66 años, la mitad de ellas residían en el departamento de Bolívar, tenían: el 36,9% entre 60-64 años; el 29,0% entre 65-69 y el 34,1% entre 70-74. Se encontró y debe ser motivo de preocupación que el 83,4% de todas las mujeres tenía bajo rendimiento físico y la mitad tenía fuerza muscular reducida, aunque estaban en mediana edad, y cumplían labor productiva familiar y comunitaria.

En el estudio se informa que, con el incremento en la edad, aumentó notoriamente la frecuencia de las situaciones adversas de salud que están relacionadas con la enfermedad denominada sarcopenia, en la que se experimenta menor fuerza muscular, mayor necesidad de ayuda para caminar, más dificultad para subir o bajar escaleras, más limitación para cargar las compras del mercado y mayor número de caídas. Enfatizamos que la sarcopenia no es un



Todo lo referente a la etapa vital de vejez es asunto prioritario de política pública. //FOTO: 123RF.

La sarcopenia se caracteriza por la pérdida de masa muscular, fuerza y funcionamiento de los músculos.

problema de salud solo de las ancianas. En mujeres cartageneras y colombianas, en etapa de menopausia, se ha encontrado importante frecuencia de afectación de la capacidad física y muscular, con deterioro de la calidad de vida y de la percepción de bienestar. Las alteraciones musculares y el deterioro físico en general son de importante frecuencia entre las mujeres adultas y entre adultas mayores.

En el estudio realizado con la coautoría de las médicas Mayra Colmenares y Angélica Monterrosa, se indicó que los grupos de mayor edad tenían limitación más frecuente para las actividades diarias y cotidianas, menor masa muscular, menor velocidad de la marcha y menor fuerza en la mano dominante. Así mismo, tener entre 65-69 años en comparación con las que tenían

entre 60-64 años, se observó aumento del 60% y 78% en la posibilidad de fuerza muscular reducida y rendimiento físico disminuido, respectivamente. También con dos veces el riesgo de sarcopenia. A su vez, el grupo de edad 70-74, con respecto al de 60-64 años, se asoció con dos veces mayor posibilidad de sarcopenia, tres veces sarcopenia severa, tres veces fuerza muscular disminuida y cuatro veces rendimiento físico disminuido.

Vivir más tiempo es uno de los logros colectivos de la humanidad, es un referente de los adelantos en cuanto a desarrollo económico, social y sanitario. Sin embargo, esa mayor oportunidad de vida se acompaña de cambios en la composición corporal y en el establecimiento de deterioro de órganos y sistemas. Influyen en ello: carencias nutricionales, el ejercicio físico, aspectos genéticos, étnicos o ambientales, y los hábitos o estilos de vida. Las mujeres en menopausia deben acudir a valoración preventiva de salud en general y en especial sobre la salud muscular y física. Solo con una buena y eficiente acción preventiva en la menopausia, podemos garantizar unas ancianas saludables y en bienestar.