



Ninguno de estos signos o síntomas por separado deben preocuparlo, sin embargo, si usted tiene más de uno, usted debe consultar con su médico sobre la enfermedad de Parkinson.

El diagnóstico temprano le puede ayudar a tener una vida más larga y saludable.

¿Qué puede hacer si usted tiene la enfermedad de Parkinson?

- Hable con su médico para desarrollar un plan de cuidado, el cual puede incluir lo siguiente:
 - Evaluación de un neurólogo, el cual es un médico especializado en el cerebro, para que le haga una evaluación completa sobre sus síntomas
 - Evaluación y atención de un terapeuta ocupacional, terapeuta físico y/o terapeuta de lenguaje
 - Consulta con un trabajador social
- Comience una rutina de ejercicio para retardar el avance de síntomas más severos.
- Hable con sus familiares y amigos quien le pueden brindar el apoyo que usted necesita.

 **HELPLINE: Inglés / Español**
1.800.4PD.INFO (473-4636)
 Consigue las respuestas de tus preguntas de PD.

National Parkinson Foundation
 1501 N.W. 9th Avenue/Bob Hope Road, Miami, Florida 33136-1494
www.parkinson.org

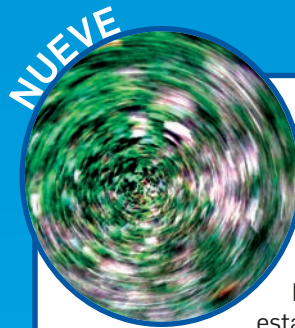
Este folleto ha sido posible por el apoyo generoso de la Fundación Medtronic y miles de personas con Parkinson's y sus familias.



VOZ BAJA

¿Le han dicho que su voz es baja o que usted suena ronco cuando habla? Si han habido cambios en el volumen de su voz usted debe consultar con su médico para identificar la causa pues puede ser un signo de la enfermedad de Parkinson. Alguna veces usted puede pensar que las personas a su alrededor se están volviendo sordas cuando realmente es su voz la que está cambiando.

¿Qué es normal? Un resfriado, gripe u otro virus pueden causar que su voz suene diferente; sin embargo, su voz debe regresar a la normalidad una vez que usted se haya mejorado.



MAREO O DESMAYO

¿Siente usted que se marea cuando se levanta de una silla o de su cama? El mareo o el desmayo pueden ser síntomas de presión arterial baja la cual puede estar relacionada con la enfermedad de Parkinson.

¿Qué es normal? Todos hemos tenido un momento en el que nos hemos levantado y nos sentimos mareados, pero si esto sucede con frecuencia usted debe consultar con su doctor.



FALTA DE EXPRESIÓN FACIAL (ASPECTO DE MÁSCARA)

¿Le han comentado que usted se ve enojado, serio o deprimido, aun cuando usted no está de mal humor? Este tipo de expresiones faciales es llamado aspecto de máscara y es, al igual que la falta de parpadeo, un signo muy común de la enfermedad de Parkinson.

¿Qué es normal? Algunos medicamentos pueden causar este tipo de expresión facial, sin embargo, una vez que usted suspenda los medicamentos, estos síntomas deben desaparecer.



ENCORVAMIENTO DE LA ESPALDA

¿Ha notado que su postura al pararse ya no es igual? Si usted, su familia o sus amigos notan que usted se está encorvando al estar de pie puede ser un signo temprano de la enfermedad de Parkinson.

¿Qué es normal? Si usted tiene dolor debido a una lesión en la espalda, o si usted está enfermo, es normal algunas veces que usted se encorve un poco. También algún problema con sus huesos puede provocarle este cambio.

10 SIGNOS DE ALERTA TEMPRANA SOBRE LA ENFERMEDAD DE PARKINSON





Algunas veces es difícil reconocer si se padece de la enfermedad de Parkinson. Esta enfermedad se caracteriza por la falta de producción de una sustancia química en el cerebro llamada dopamina, la cual es responsable de ayudar a los movimientos del cuerpo y de regular el estado de ánimo de una persona. Las personas que sufren de Parkinson pueden tomar medicamentos que ayudan a mejorar sus síntomas. La enfermedad de Parkinson es progresiva, sin embargo si usted consulta con su doctor, el puede ayudarle a seguir un tratamiento adecuado y mejorar la calidad de vida.

Existen algunos signos y síntomas tempranos que pueden ayudar a reconocer si usted sufre de ésta enfermedad. Si usted presenta cualquiera de los siguientes diez signos y síntomas más frecuentes del mal de Parkinson; anote en las líneas cualquier pregunta o inquietud que tenga acerca de ellos y consulte con su médico. A continuación encontrará una lista con los diez signos y síntomas más frecuentes del mal de Parkinson; anote en las líneas cualquier pregunta o inquietud que tenga acerca de estos signos si es que usted los presenta, y consulte con su médico.

UNO



TEMBLOR

¿Ha notado temblor en sus dedos, manos, mentón o labios? ¿Le tiembla la pierna cuando se sienta o se relaja? Los temblores o contracciones en las extremidades son síntomas tempranos y comunes de la enfermedad de Parkinson.

¿Qué es normal? El temblor puede ser normal después de mucho ejercicio, si usted ha sufrido una herida, o también si usted ha tomado algún medicamento que cause temblor.

TRES



PÉRDIDA DEL OLFATO

¿Ha notado que ya no puede oler ciertos alimentos igual que antes? Si usted tiene problemas al oler ciertos alimentos como los plátanos (bananos), pepinillos en vinagre, o canela, usted debe consultar con su médico acerca de la enfermedad de Parkinson.

¿Qué es normal? El sentido del olfato puede cambiar si usted tiene un resfriado o gripe o si su nariz esta congestionada. Sin embargo, los olores deben regresar una vez que usted se mejore de dicho resfriado o congestión.

CINCO



DIFICULTAD AL CAMINAR O MOVERSE

¿Siente rigidez en su cuerpo, brazos o piernas? Algunas veces la rigidez desaparece cuando usted se mueve pero si no es así, puede ser una señal temprana de Parkinson.

Si usted nota que sus brazos no se mueven al caminar, si siente que sus pies se “pegan” al piso, si hay dolor en la cadera u hombros, o si la gente comenta que usted se ve tieso, debería hablar con su médico acerca de la enfermedad de Parkinson.

¿Qué es normal? Puede ser que usted tenga dificultad al usar sus manos o sus hombros si usted se los ha lastimado. Otras enfermedades como la artritis pueden causar síntomas parecidos.

DOS



LETRA PEQUEÑA

¿Ha notado que su escritura es mas pequeña que en el pasado? ¿Ha notado que la forma en que usted escribe las palabras ha cambiado? ¿Ha disminuido el tamaño de su escritura y junta más las palabras? El cambio radical y repentino en la forma o el tamaño en que usted escribe es un síntoma temprano de la enfermedad de Parkinson.

¿Qué es normal? Algunas veces la forma en que escribimos cambia a medida que envejecemos, o también si nuestras manos o dedos se ponen rígidos o si perdemos la visión, sin embargo estos cambios suceden a lo largo de un periodo de tiempo largo y no repentinamente.

CUATRO



PROBLEMAS CON EL SUEÑO

¿Ha notado que usted se mueve mucho en la cama, pateo o da puñetazos mientras se encuentra profundamente dormido? ¿Ha notado que ha empezado a caerse de la cama mientras duerme? Puede ser que su esposa(o) lo note, y tenga que cambiarse de cama. Los movimientos repentinos durante el sueño profundo pueden ser signos tempranos de la enfermedad de Parkinson.

¿Qué es normal? Es normal tener una “mala” noche en la que usted no pueda acomodarse en su cama y no pueda dormir.

SEIS



ESTREÑIMIENTO

¿Sufre usted de estreñimiento frecuente? Hacer mucho esfuerzo para poder defecar puede ser un signo temprano de la enfermedad de Parkinson y usted debe consultar a su médico

¿Qué es normal? La falta de agua o fibra en su cuerpo puede causarle problemas de estreñimiento. Es posible también que alguna medicina que esté tomando le cause problemas para ir al baño. Si no hay otra razón evidente como una dieta o una medicina usted debe consultar con su doctor.
