

CALAMBRE DEL ESCRIBIENTE

“Últimamente me cuesta escribir a mano: siento la mano torpe y agarrotada, y al final termina por dolerme el brazo”

LA ENFERMEDAD

El calambre o espasmo del escribiente no es más que una forma de distonía ocupacional. Las distonías son un grupo de trastornos neurológicos caracterizados por la existencia de contracciones musculares involuntarias, prolongadas y en algunos casos dolorosas, que provocan movimientos espasmódicos de torsión o posturas anormales.

La primera manifestación suele ser una sensación de torpeza durante la escritura, con disminución de la velocidad y de la fluidez del movimiento. Se tiende a agarrar el lápiz de forma muy apretada, lo que añade fatiga en la mano. La contractura muscular se extiende, con dolor, al antebrazo e incluso hasta el hombro, provocando distorsión de la postura: la muñeca queda en flexión o extensión, y los dedos retorcidos. El proceso se alivia al dejar de escribir, pero reaparece y empeora con el esfuerzo continuado.

Se desconoce la causa exacta, aunque todo parece indicar un trastorno de los ganglios basales, una parte del cerebro que actúa sobre el control de los movimientos. Probablemente existe una base genética, aunque no se identifica un patrón de herencia claramente establecido como ocurre en otras enfermedades. En algunos casos puede ser secundaria a otros problemas del sistema nervioso, como un traumatismo craneal severo, encefalopatía anóxica perinatal, enfermedades metabólicas, etc.

Las distonías pueden ser focales (afectan a una región localizada del cuerpo) o

generalizadas. En España se estima que podrían existir hasta 20.000 personas afectadas con algún tipo de distonía.

EL DIAGNÓSTICO

El diagnóstico es clínico, y suele establecerlo el neurólogo, ya que no existen pruebas específicas que lo confirmen. La electromiografía ayuda a definirla, pero pueden pasar años desde los primeros síntomas hasta el diagnóstico correcto.

Las distonías ocupacionales citadas son distonías focales que pueden interferir la actividad laboral de los afectados. Si bien el calambre del escribiente es la más conocida, se han descrito otras, como el calambre de los pianistas, los flautistas, los herreros, los peluqueros, etc.

EVOLUCIÓN Y TRATAMIENTO

Es difícil establecer un pronóstico. En el caso del calambre del escribiente, su evolución es variable, pero por lo general progresa durante los primeros meses y después tiende a estabilizarse. Sea como sea, se trata de enfermedades que pueden llegar a ser muy incapacitantes.

El tratamiento de las distonías es sintomático. Los medicamentos por vía oral son de utilidad en menos de 20% de los casos, aunque a costa de producir sedación y otros efectos secundarios. Hoy en día el tratamiento de elección consiste en la infiltración regular de los músculos afectados con toxina botulínica, que bloquea la transmisión neuromuscular, aliviando la contracción mantenida de los músculos. 🍌

Las enfermedades raras cuentan con el agravante de su difícil diagnóstico. Para evitar sufrimientos innecesarios es imprescindible encontrar especialistas y centros capaces de realizar las pruebas diagnósticas específicas. En este sentido desempeñan un papel indiscutible las asociaciones de pacientes.

Asociación de Lucha contra la Distonía en España (ALDE)

C/ Augusto González Besada 12. 28030 Madrid

Teléfono: 914 379 220

Internet: www.distonía.org

Correo electrónico: alde@distonia.org