

¿Qué es el síndrome de piernas inquietas?

Este síndrome se caracteriza por:

- La necesidad irresistible de mover las piernas.
- Sensaciones extrañas y desagradables en las piernas, en la profundidad, que resultan difíciles de describir, pudiendo llegar a sentir dolor.
- Empeora con el reposo.
- Se alivia temporalmente al ponerse de pie o mover las piernas.

En ocasiones los miembros afectados son los brazos y en otras ocasiones se afectan piernas y brazos.

¿Puedo tener un síndrome de piernas inquietas?

Este síndrome es frecuente. Se da en todas las edades, desde la infancia hasta la edad senil.

En la infancia suelen ser niños inquietos, hiperactivos. En ocasiones se les relaciona equivocadamente con dolores del crecimiento.

Es más frecuente su aparición a partir de los 40 años y algo más entre las mujeres.

Si:

- Siente inquietud y necesidad de mover las piernas acompañada de sensaciones desagradables
- Estas sensaciones empeoran cuando está en reposo
- Los síntomas aumentan al atardecer o anochecer o solo ocurren entonces
- Los síntomas se alivian con el movimiento, si camina, si se frota las piernas

Probablemente padezca un síndrome de piernas inquietas.

El Síndrome de Piernas Inquietas tiene tratamiento?

Sí. Las molestias pueden interferir ligeramente o intensamente el sueño, provocando insomnio y afectando significativamente la calidad de vida, haciendo que la persona que lo padece se sienta cansada durante el día e incluso generando síntomas de trastorno depresivo o ansioso. El tratamiento alivia o elimina los síntomas y restablece la calidad de vida.

Links relacionados:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000807.htm> **Enlaces**

http://www.aespi.net/sindrome-piernas-inquietas/pdf/libro_spi.pdf