

NEUROPATÍA PERIFÉRICA

El sistema nervioso periférico está formado por los nervios que se encuentran fuera del cerebro y la médula espinal. El cerebro y la médula espinal reciben el nombre de sistema nervioso central. Los nervios periféricos llevan información entre el sistema nervioso central y el resto del cuerpo. Se denomina neuropatía periférica al daño al sistema nervioso periférico, el cual transmite información desde el cerebro y la médula espinal a cada parte del cuerpo.

Según cuáles nervios estén afectados por la neuropatía periférica, se puede observar algunos de estos síntomas:

- Cambios en la sensación, especialmente en las manos y los pies, como adormecimiento, hormigueo o dolor
- Debilidad muscular, llamada miopatía
- Cambios en el funcionamiento de los órganos, que provoca estreñimiento o mareos

La neuropatía periférica puede ocurrir a causa de:

- Enfermedad, como cáncer, diabetes o un trastorno de la tiroides
- Problemas nutricionales, como falta de vitamina B12
- Afecciones hereditarias, como la enfermedad de Charcot-Marie-Tooth

Tratamiento

El modo de tratar la neuropatía periférica depende de la causa y sus síntomas. Muchas personas se recuperan completamente en unos pocos meses o unos pocos años. En ocasiones, la afección puede ser más difícil de tratar y requerir control a largo plazo. El profesional de la salud se encargará de diagnosticar y eliminar la causa de la neuropatía, y de controlar los síntomas. Existe una serie de métodos para el alivio de los síntomas:

Medicamentos. Si bien los medicamentos no pueden curar la neuropatía, pueden aliviar el dolor. Sin embargo, no alivian el adormecimiento. Los medicamentos más comunes para tratar el dolor neuropático son los anticonvulsivos y los antidepresivos. Para la neuropatía relacionada con la quimioterapia, la ASCO recomienda el antidepresivo duloxetina (Cymbalta). Se pueden recomendar analgésicos de venta libre para el dolor leve. Se pueden recomendar fármacos antiinflamatorios no esteroideos recetados o analgésicos muy fuertes para el dolor intenso. Los tratamientos tópicos, como los parches y las cremas con lidocaína, también pueden ayudar a controlar el dolor. El mentol tópico al 1 % también parece ser útil, según estudios iniciales.

Mejor nutrición. Consumir una dieta rica en vitaminas B (incluida la B1 y la B12), ácido fólico y antioxidantes puede ayudar a controlar la neuropatía. También debe tener una dieta equilibrada y evitar beber demasiado alcohol.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Terapia física y/u ocupacional, y tratamientos intervencionistas. La terapia física y/u ocupacional puede mantener los músculos fuertes y mejorar la coordinación y el equilibrio. Con frecuencia, los terapeutas pueden recomendar dispositivos para permitirle realizar las actividades diarias habituales con más facilidad. El ejercicio regular también puede ayudar a reducir el dolor. Los dispositivos que estimulan la piel con electricidad también pueden ser útiles para tratar el dolor neuropático, pero se necesitan más investigaciones.

Medicina integrativa. Los masajes, la acupuntura y las técnicas de relajación pueden ayudar a disminuir el dolor y reducir el estrés mental.

Complementos alimenticios

Neuroforte® (HealthAid), que contiene, entre otros:

- **Magnesio:** El magnesio es regulador de los impulsos nerviosos e interviene en la formación de algunos neurotransmisores.
- **Vitaminas B3 y B6:** Las vitaminas del grupo B son indispensables para la protección del sistema nervioso y la reparación adecuada de mielina, así como también ayudan a prevenir que se dañe. Además, la vitamina B6 se requiere para la conversión del triptófano de la dieta en serotonina, un neurotransmisor que modula la percepción del dolor, convirtiéndose así en un agente estimulante de la serotonina.
- **Vitamina C:** La vitamina C, por sus efectos antioxidantes, se recomienda sin duda para mantener al sistema inmune en buenas condiciones, el cuerpo libre de toxinas y para ayudar a desinflamar. Todo esto es necesario para que el sistema nervioso esté funcionando correctamente y la mielina este bien protegida.
- **Lecitina:** La fosfatidilcolina es necesaria para sintetizar otro neurotransmisor estimulante denominado acetilcolina. Esta última es necesaria para un correcto control de la actividad muscular y nerviosa de todo el organismo.
- **Aminoácidos como L-Fenilalanina y L-Tirosina:** Son esenciales para la transmisión de mensajes cerebrales.
- **Extracto de ginkgo biloba:** Puede resolver los dolores neuropáticos; su eficacia se debe a una combinación de sus propiedades: es antioxidante, antiinflamatorio y protege el sistema nervioso.

Vitaminas B99 (Nutrinat Evolution): Varias vitaminas B han demostrado ayudar a reconstruir la vaina mielina alrededor de los nervios y reparar el funcionamiento de éstos. La vitamina B12 es la vitamina antiinflamatoria del sistema nervioso; es antineurálgica. También son importantes las vitaminas B1 y B6, indispensables para la protección del sistema nervioso y la reparación adecuada de mielina, así como también ayudan a prevenir que se dañe. La vitamina B6 se requiere para la conversión del triptófano de la dieta en serotonina, un neurotransmisor que modula

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.



la percepción del dolor, convirtiéndose así en un agente estimulante de la serotonina.

PEA Optim® (Nutrinat Evolution): Efectivo para el tratamiento de los trastornos de dolor crónico.

Ácido Alfa Lipoico 250 mg (HealthAid): Es un poderoso antioxidante que neutraliza los radicales libres y, por tanto, prevenir el daño oxidativo de las células y tejidos del cuerpo. El ácido alfa lipoico puede resultar eficaz para tratar tanto la neuropatía diabética y la neuropatía asociados a la quimioterapia.

Melena de León (*Hericum erinaceus*), extracto puro (Hawlik): Tiene un potencial terapéutico elevado en la nutrición y regeneración de la mielina, capa protectora de las fibras nerviosas.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.