

Pr: Diaria
Tirada: 54.016
Dif: 54.015

Secc: OTROS Valor: 21.083,54 € Area (cm2): 347,2 Ocupac: 43,81 % Doc: 1/1 Autor: Num. Lec: 238000

**Las fasciculaciones son involuntarias y bastante comunes.** iSTOCK

Las fasciculaciones y la ELA no están relacionadas

Estas contracciones involuntarias vienen de factores como falta de sueño, ejercicio, o estrés, entre otros

Todo el mundo ha tenido fasciculaciones alguna vez. Se trata de un fenómeno normal, reflejo de cómo está organizado el sistema nervioso motor. Una fasciculación se produce por una descarga espontánea de una unidad motora y se experimenta como una contracción errática e involuntaria, visible o perceptible bajo la piel y de extensión pequeña, que no llega a provocar un movimiento específico de una parte del cuerpo.

En ocasiones se asocian con la esclerosis lateral amiotrófica (ELA), ya que, en relación con esta enfermedad, es un síntoma de la degeneración de las neuronas motoras. Sin embargo, el Dr. José Luis Fernández Plaza, especialista en neurofisiología clínica del Hospital Quirónsalud Sur, tranquiliza al señalar que no significan automáticamente ELA, sino que son comunes y benignas en personas sanas debido a otros factores como el estrés, el ejercicio o la falta de sueño.

POR QUÉ SE PRODUCEN

Una unidad motora está formada por una motoneurona y el conjunto de fibras musculares que inerva, a las que transmite la señal para producir la contracción muscular.

FACTORES QUE LAS FAVORECEN

La falta de sueño dificulta el control sobre las motoneuronas y aumenta la probabilidad de pequeños desajustes. De forma similar, el exceso de ejercicio favorece un peor control de la excitabilidad de la motoneurona. Asimismo, la dieta, los fármacos, el estrés, los excitantes y las alteraciones metabólicas y endocrinas modifican el entorno en el que funciona la motoneurona.

Cuando este conjunto se activa de forma involuntaria, se produce una fasciculación. Tal y como explica el Dr. Fernández Plaza: «Es fácil entender que un sistema tan complejo e hiperregulado pueda presentar mínimos desajustes ocasionales que hagan que una motoneurona se active indebidamente de forma repentina. Este fenómeno, que es la traducción neurofisiológica de una fasciculación, se deriva de

la propia configuración del sistema y es por tanto un fenómeno normal».

RELACIÓN CON LA ELA

Es cierto que algunas enfermedades neurológicas pueden presentar fasciculaciones, siempre que el trastorno esté afectando directa o indirectamente a la motoneurona.

Una de ellas es la que aparece con mayor frecuencia en la ELA, una enfermedad específica de las motoneuronas. No obstante, ni siquiera en este trastorno su presencia es relevante como elemento diagnóstico ya que pueden aparecer en abundancia o ser prácticamente inexistentes. Además, en la ELA, la frecuencia de aparición, su distribución en los músculos del cuerpo y el aspecto suelen tener unas características particulares, propias de la lógica de la enfermedad.

El Dr. Fernández Plaza, especialista en neurofisiología clínica del Hospital Quirónsalud, concluye: «Si presentas fasciculaciones, piensa que con una alta probabilidad estarás ante un fenómeno normal. Que si te angustias aumentarán. Y que si, a pesar de todo, necesitas asegurarte de que no tienes ELA, con una valoración EMG saldrás de dudas».