

## **HOJA DE INFORMACIÓN DE MOVIMIENTOS PERIÓDICOS DE LAS PIERNAS. TRASTORNO DE MOVIMIENTOS PERIÓDICOS DE LAS EXTREMIDADES.**

### ¿Qué es el Movimiento Periódico de las Piernas (PLMS)?

Los PLMS son movimientos estereotipados de las piernas, que consisten en una extensión del pie, acompañada a veces de flexión de la rodilla y de la cadera, o en forma de sacudidas de las piernas, que aparecen en secuencias de movimientos periódicos durante la noche, que pueden durar desde minutos hasta horas.

Los PLMS están presentes en más del 80 % de los pacientes con SPI, siendo uno de los fenómenos característicos de esta enfermedad.

### ¿Qué es el Trastorno de Movimientos Periódicos Extremidades?

Los PLMS deben diferenciarse del trastorno de movimientos periódicos de extremidades (PLMD, del inglés periodic leg movement disorder), en el que, además de un índice de PLMS anormal, aparece clínica de alteración del sueño o fatiga diurna en ausencia de otra causa que la explique. Es decir, los PLMS son la causa de insomnio, fatiga o somnolencia diurna excesiva.

### ¿Cuándo debemos sospecharlo?

Es importante considerar esta citación en niños que se levantan cansados y presentan durante el día tendencia al sueño en horas inapropiadas y/o comportamientos muy inquietos . Se acompaña de un sueño inquieto, con mucho movimiento mientras el niño duerme.

### ¿Son necesarias pruebas?

La polisomnografía permite la identificación y cuantificación de los PLMS y descarta la existencia de otros trastornos de sueño (ej. apneas de sueño).

### ¿Tiene tratamiento?

En todos los casos existen una serie de medidas generales y conservadoras que pueden ayudar. Las prácticas adecuadas de la higiene del sueño pueden ser útiles e incluyen: un horario regular de sueño-despertar; evitar comidas copiosas o el ejercicio intenso en las horas previas a acostarse y reducir las actividades estimulantes, como ver la televisión o los videojuegos antes de ir a la cama. Además, se debe revisar detalladamente el consumo de cafeína, chocolate, antihistamínicos y antagonistas de dopamina.

### Tratamiento farmacológico

En niños muchos casos están relacionados con deficiencias de hierro. En otros casos en los que haya una afectación moderada serán necesarios otros tratamientos (gabapentina, benzodiacepinas, agentes dopaminérgicos).

Con el Aval Científico de

