

# Información sobre la distonía focal de tarea específica

La distonía es una afección que produce movimientos musculares que no se pueden controlar. Hay muchos tipos de distonía. Si es "focal", se refiere a que está en una sola parte del cuerpo. La expresión "de tarea específica" indica que causa problemas al realizar tareas determinadas, como escribir, tocar un instrumento musical o hacer un deporte.

## Tipos de distonía focal de tarea específica

Hay diferentes tipos de distonía focal de tarea específica. Cada uno afecta diferentes partes del cuerpo. Por ejemplo:

**Calambre del escritor.** Es un tipo de distonía que produce problemas al escribir. Es posible que tenga espasmos musculares o dolor en la mano, la muñeca o el antebrazo. Hace que sea difícil tomar y sostener un bolígrafo o un lápiz.

**Distonía del músico.** Este tipo de distonía puede hacer que sea difícil tocar un instrumento musical. Es posible que tenga calambres o espasmos musculares en las manos. Quizás pierda el control de la motricidad fina en los dedos, las manos o las muñecas. Esto podría causar problemas al tocar un instrumento como el piano, la guitarra o el violín. Es posible que sienta que toca de manera torpe. Las manos podrían cansarse rápidamente. Tal vez no pueda tocar tan rápido como lo hacía. O quizás tenga calambres o espasmos musculares en los labios, la lengua o la mandíbula. En ese caso, sería difícil tocar un instrumento con la boca, por ejemplo, una flauta o una trompeta. Si los síntomas empeoran, también podría tener problemas para hablar y comer.

**Otros tipos.** La distonía puede afectar a las personas que hacen cualquier tipo de tarea física una y otra vez. Puede afectar partes del cuerpo que se usan repetidamente, como las piernas o la cara. Estas son algunas personas que podrían verse afectadas:

- Jugadores de golf
- Tenistas
- Jugadores de dardos
- Jugadores de billar
- Sastres y costureros
- Estilistas
- Personas que escriben en la computadora o usan el mouse

En algunas personas, la disfonía focal también puede afectar a las tareas diarias, como abotonarse la ropa, cepillarse el cabello, afeitarse y usar un tenedor y un cuchillo.

## ¿Cuáles son las causas de la distonía focal de tarea específica?

Los investigadores desconocen las causas de la distonía focal de tarea específica. Ciertas alteraciones genéticas podrían aumentar el riesgo en algunas personas. La distonía focal de

tarea específica puede ser hereditaria. Pero muchas personas que tienen distonía no tienen antecedentes familiares de esta afección. Hay factores ambientales que podrían desencadenar el problema. La distonía focal de tarea específica es más común en los hombres. Al parecer, no está relacionada con la ansiedad. Pero puede deberse a problemas en las partes del cerebro que controlan el movimiento. Este trastorno aún está en investigación.

## Síntomas de la distonía focal de tarea específica

La distonía produce movimientos musculares que no puede controlar. Los síntomas de la distonía focal se producen durante tareas específicas. Pueden incluir los siguientes:

- Contracciones musculares
- Espasmos musculares
- Dolor
- Temblores
- Articulación atascada en una posición flexionada o extendida

Puede presentar lo siguiente:

- Sensación de opresión en los músculos
- Dificultades para mover la zona con normalidad
- Síntomas que empeoran con el paso del tiempo
- Pérdida de la capacidad para realizar bien una tarea

## Diagnóstico de la distonía focal de tarea específica

Puede ser difícil diagnosticar la distonía. Esto se debe a que no se detecta en una prueba. Es posible que le realicen pruebas para detectar otros problemas que pueden causar los mismos síntomas que la distonía focal de tarea específica. Estas podrían ser pruebas para revisar si hay problemas en los nervios, convulsiones, efectos secundarios de medicamentos y otras afecciones.

## Tratamiento de la distonía focal de tarea específica

El tratamiento puede ayudar a aliviar algunos síntomas. Entre ellos, se encuentran los siguientes:

- **Toxina botulínica.** Inyectar esta toxina en los músculos puede ayudar a relajarlos y a reducir el dolor. Las inyecciones se administran cada 3 a 6 meses. Pero también pueden debilitar los músculos.
- **Reentrenamiento muscular.** Se necesita un procedimiento de varios pasos. Esto incluye férulas, inmovilización y ejercicios.
- **Terapia ocupacional.** Puede ayudarlo a controlar las actividades diarias y a mejorar los movimientos.

- **Medicamentos.** Algunos medicamentos pueden ayudar a tratar los músculos rígidos, el dolor y el movimiento. Pero no hay un único medicamento que pueda ayudar a todos.

Hay investigaciones en curso sobre cómo tratar la distonía focal de tarea específica. Hable con el equipo de atención médica o visite [clinicaltrials.gov](https://clinicaltrials.gov) si desea participar en un ensayo clínico o en otro tipo de investigación.

## Complicaciones posibles de la distonía focal de tarea específica

La distonía focal de tarea específica es difícil de tratar y con frecuencia no desaparece. Incluso puede empeorar con el tiempo. Los síntomas en la mano pueden empezar a aparecer en ambas manos. El calambre del músico puede provocar la pérdida de la capacidad de tocar el instrumento de forma permanente. En algunos casos, un músico podría tocar otro instrumento. La distonía focal de tarea específica puede producir ansiedad o depresión.

## Cómo vivir con distonía focal de tarea específica

Manejar la distonía focal de tarea específica puede ser frustrante y causar mucho estrés. Por momentos, podría parecer abrumador. Hable con su equipo de atención médica acerca de las maneras de recibir apoyo. Pueden derivarlo a un asesor o terapeuta.

## Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame al proveedor de atención médica si ocurre algo de lo siguiente:

- Ansiedad o depresión que empeoran
- Síntomas que no mejoran o que empeoran
- Síntomas nuevos