



## Temblores esenciales (TE)



### Descripción general

Esta es una forma de temblor que uno no puede controlar. A menudo, lo vemos en las manos. Puede dificultar la realización de tareas cotidianas como escribir, teclear, comer y reparar cosas pequeñas. El temblor esencial es más común en personas de 40 años o mayores, pero puede afectarle a cualquier edad.

### Causas

¿Cuál es la causa del temblor esencial? Bueno, no siempre lo sabemos. Puede estar vinculado a un problema en las áreas del cerebro que controlan el movimiento. Algunas formas de este trastorno son hereditarias. También puede deberse a problemas neurológicos como la esclerosis múltiple, los accidentes cerebrovasculares y las enfermedades que afectan al cerebro. Puede ser el resultado de una lesión cerebral traumática. También puede estar relacionado con cosas como los medicamentos, el consumo de alcohol, la ansiedad y la intoxicación con mercurio. Pídale a su médico una lista completa de causas.

### Síntomas

¿Cuáles son los síntomas? Las personas con esta afección presentan movimientos temblorosos que no pueden controlar. Es más notorio en las manos. También puede afectar a los brazos, la cabeza, las piernas o el torso. Puede hacer que le tiemble la voz. El temblor esencial puede afectar más a un lado del cuerpo que al otro. Puede empezar como un leve temblor y empeorar con el tiempo. Además, ciertos factores como la fatiga, el estrés y la cafeína pueden empeorar los temblores.

### Tratamiento

¿Cómo se trata? Podemos utilizar una variedad de métodos. Le podemos dar medicamentos. Se le pueden aplicar inyecciones de toxina botulínica. Quizá le beneficien procedimientos como el ultrasonido focalizado o la estimulación cerebral profunda. Y podemos recomendar cambios en el estilo de vida y diversas terapias. Su médico creará un plan de tratamiento que sea adecuado para usted.