

UN ACERCAMIENTO A LA DISTONÍA



¿Qué es la distonía?

La distonía es un movimiento involuntario anormal, repetitivo, lento que provoca torsión y/o posturas anormales. Se produce por la contracción de músculos agonistas y antagonistas de manera simultánea, en donde estos últimos se deben relajar para la ejecución del movimiento.

CLASIFICACIÓN

Según Causas:

1. Primarias o Idiopáticas
 - Genéticas
 - Sin causa conocida
2. Secundarias
 - Asociadas a otras enfermedades
 - Uso de medicamentos



Según localización en el cuerpo:

- Focales: Una sola parte del cuerpo como blefaroespasma (Párpados), cervical (Cuello), disfonía espasmódica (cuerdas vocales), calambre del escribiente o del músico (mano), entre otros.
- Segmentarias: Dos localizaciones o más, afectan la misma región del cuerpo.
- Multifocales: Dos segmentos corporales o más están implicados de forma discontinua.
- Hemidistonias: Solo está implicado el hemicuerpo derecho o izquierdo.
- Generalizada

FACTORES POSITIVOS Y NEGATIVOS EN DISTONÍA

Positivo:

- Relajación
- Sueño (dormir bien)
- Trucos sensitivos

Negativo:

- Estrés y cansancio
- Esfuerzos posturales (ej: caminar)
- Se recomienda no realizar masaje en la zona distónica para no sobreactivar la musculatura.