



**23 de septiembre, Día Mundial del Síndrome de Piernas Inquietas o Enfermedad de Willis-Ekbom**

## **La plataforma digital ‘Destapando el Síndrome de Piernas Inquietas’ sensibiliza a la población frente a una enfermedad todavía poco conocida**

- La caminata popular organizada por AESPI y UCB llama la atención sobre una enfermedad que afecta hasta a un 10% de los españoles y que en los casos más graves no permite dormir más de tres horas diarias.
- Especialistas y pacientes advierten de que el tiempo medio que transcurre entre la aparición de los primeros síntomas de esta enfermedad y el diagnóstico es de entre 10 y 15 años.
- La práctica diaria de ejercicio moderado, al margen del tratamiento farmacológico, ayuda a suavizar los síntomas y, en algunos casos, a reducir la medicación.

**Madrid; 19 de septiembre de 2013.-** El 23 de septiembre se celebra el Día Mundial del Síndrome de Piernas Inquietas (SPI) o Enfermedad de Willis-Ekbom (EWE). Con el objetivo de llamar la atención sobre esta enfermedad, **la Asociación Española de Síndrome de Piernas Inquietas (AESPI) y UCB, han puesto en marcha la caminata popular ‘Destapa el Síndrome de Piernas Inquietas’.** **Todas las personas interesadas pueden caminar** los más de 2 km que completan el recorrido por el parque de Madrid Río, y que durante el día de hoy estará abierto entre las **18.00 h y las 22.00 h.**

“Esta caminata busca **hacer que esta enfermedad sea más visible para la sociedad.** Se trata de concienciar sobre la importancia de detectar los síntomas lo antes posible e invitar a todas las personas que quieran a participar en una iniciativa solidaria en la que podrán conocer de primera mano cómo viven realmente los pacientes con EWE”, comenta el Dr. Javier Alcázar, director médico asociado del Área Terapéutica de Sistema Nervioso Central de UCB. Durante el trayecto, **médicos especialistas y pacientes informarán a los interesados sobre todos los detalles del SPI.**

En España, **entre un 3% y un 10% de la población vive con EWE,** una enfermedad que acarrea dolor, hormigueo, picor o sensación de tensión en las extremidades inferiores, especialmente en los momentos de reposo, y que obliga a moverlas. En los casos más graves no permite dormir más de tres horas diarias. Según los expertos, **el tiempo medio que transcurre entre la aparición de los primeros síntomas y el diagnóstico es de entre 10 y 15 años.**



“La celebración del Día Mundial del SPI es la culminación de un esfuerzo y de una reivindicación colectiva que ahora nos hace más fuertes y nos da más voz”, indica Esperanza López, presidenta de AESPI. “Puesto que nosotros lo hemos sufrido, **lo que más deseamos** los pacientes **es que se fomente el diagnóstico rápido y claro, ya que este es el principal problema** al que se enfrentan las personas cuando manifiestan los primeros síntomas”, completa.

Por su parte, el Dr. Diego García Borreguero, director del Instituto de Investigaciones del Sueño, entiende que “este Día Mundial es importante en la medida en que estamos ante una enfermedad donde la mayor parte de los afectados viven con ella sin haber recibido un diagnóstico y sin saber que pueden beneficiarse de un tratamiento”.

No se trata solo de que esta enfermedad comporte un empeoramiento en la calidad de vida al reducir las horas de sueño y reposo, sino que investigaciones clínicas recientes han mostrado que los pacientes tienen hasta 2,5 veces más de probabilidades de desarrollar una cardiopatía, mientras que **el riesgo de hipertensión arterial aumenta también hasta 2,5 veces más frente a la población sana**. “Es imprescindible concienciarnos de que no se trata de un mero problema de estilo de vida, sino que **estamos ante una enfermedad que comporta un considerable aumento de la morbilidad cardiovascular**”, sentencia el Dr. García Borreguero.

### **Ejercicio físico para ayudar a suavizar los síntomas**

Cerca del 90% de los pacientes viven con la enfermedad sin saberlo, principalmente debido al desconocimiento social. La **práctica diaria de ejercicio moderado**, de unos 30-60 minutos, **ayuda a suavizar sus síntomas**<sup>1</sup> y, en ocasiones, a reducir la medicación. Al mismo tiempo, algunas investigaciones recientes han concluido que **el ejercicio regular puede reducir hasta 3,3 veces la probabilidad de tener EWE**<sup>2</sup>.

“Es cierto que el ejercicio físico, leve a moderado, pero continuo tiende a favorecer al paciente, contribuyendo a aliviar sus síntomas. Por el contrario, es fundamental tener en cuenta que el ejercicio intenso o severo puede tener el efecto adverso y llegar a agravar el malestar del paciente”, comenta el especialista.

“La sociedad tiene que ser consciente de que existe una patología que se llama Enfermedad de Willis-Ekbom, con una serie de síntomas que se manifiestan de forma clara, con unos protocolos diagnósticos y con diferentes alternativas terapéuticas que en gran medida, pueden ayudar a los pacientes a convivir mejor con su enfermedad”, puntualiza el Dr. Alcázar.

### **Notas al pie**



1.- Exercise and restless legs syndrome: a randomized controlled trial. Aukerman MM, Aukerman D, Bayard M, Tudiver F, Thorp L, Bailey B. J Am Board Fam Med. 2006 Sep-Oct;19(5):487-93

2.- Artículo 'Activity, Exercise and Restless Legs Syndrome', de Donald E. Watenpaugh para la revista de la Restless Legs Syndrome Foundation:  
<http://www.rls.org/Document.Doc?id=2157>

**Más información:**

**Sara Luque / Olalla Loureiro**

Inforpress Tel. 667643175 / 91 564 07 25

[oloureiro@inforpress.es](mailto:oloureiro@inforpress.es) / [sluque@inforpress.es](mailto:sluque@inforpress.es)

**Acerca de UCB**

UCB, Bruselas, Bélgica ([www.ucbpharma.es](http://www.ucbpharma.es)) es una compañía biofarmacéutica global dedicada a la investigación y desarrollo de nuevas soluciones y medicamentos innovadores, que ayuden a transformar la vida de personas con enfermedades graves del sistema inmunológico o del sistema nervioso central. Cuenta con más de 8.500 empleados en más de 40 países y alcanzó unos ingresos de 3.400 millones de euros en el año 2012. UCB aparece en Euronext Brussels (símbolo: UCB).

**Afirmaciones de futuro**

Este comunicado de prensa contiene afirmaciones de futuro basadas en planes, estimaciones y formas de gestión actuales. Dichas afirmaciones están sujetas a factores de riesgo e incertidumbre que pueden ocasionar que los resultados actuales se materialicen de forma diferente a la expresada en este comunicado de prensa. Dentro de los factores que podrían dar lugar a tales diferencias se incluyen: cambios en la economía en general, en los negocios y en las condiciones competitivas, efectos de futuras decisiones judiciales, cambios en la regulación, fluctuaciones en la bolsa y contrataciones y retenciones de sus empleados.