

Ficha de Datos

MICROGRAFIA

Centro de Enfermedad de Parkinson y Movimientos Anormales

La micrografía es un síntoma de la Enfermedad de Parkinson que afecta la escritura. Al escribir, las letras se vuelven gradualmente más pequeñas y estrechas.

Consejos

- Intente escribir al menos una página diaria, particularmente en su estado “on.”
- Utilice una pluma/lápiz ancho
- Utilice una pluma pesada para evitar que su mano tiemble
- Utilice una cubierta adherente debajo del papel para evitar que este se mueva o se deslice.
- Trate de utilizar una pluma de gel para que la escritura sea más fluida
- Utilice un dispositivo de ayuda para facilitar el llenado de cheques.
- Siéntese derecho, en una silla cómoda. Escriba sobre una mesa o escritorio.
- Tome descansos. Trate que sus sesiones de escritura duren de 10 a 15 minutos.
- Cuando la escritura comience a hacerse pequeña, separe su mano del papel y comience de nuevo.
- Evite escribir con letra cursiva
- Piense en grande! Escriba en grande. Exagere al escribir para que sus escritos se vean más grandes.

Dispositivos de ayuda para escribir

- Ergo Sof PenAGain (<http://penagain.com>)
- Steady Write Sta-Pen (<http://www.activeforever.com/steady-write-pen>)
- Kit de Pluma y Lápiz pesados (<http://www.caregiverproducts.com/pencil-weight-kit.html>)

Referencias

Handwriting and Parkinson's. Hurwitz, J (2001). Understanding tremor in the elderly. *Can J of Diag*, Apr 18:99-107.

Oliveira RM, Gurd JM, Nixon P, Marshall JC, Passingham RE (1997). Micrographia in Parkinson's disease: The effect of providing external cues. *J Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*, 63(4), 429-433.

Ken and Ruth Davee Department of
Neurology and Clinical
Neurological Sciences
Galter Pavilion
675 N. St. Clair St., Suite 20-100
Chicago, IL 60611
Phone: (312) 695-7950
Fax: (312) 695-5474