

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD

El sueño de calidad, la mejor receta para una salud de hierro

[Alicante Plaza](#)





7/04/2023 - VALÈNCIA. La Organización Mundial de la Salud determina que la falta de sueño ya es una auténtica epidemia que afecta al 40% de la población mundial. Junto a la alimentación y el ejercicio físico, el descanso de calidad es el tercer pilar fundamental del bienestar y sin embargo, el gran olvidado.

Además de los trastornos físicos y mentales que provoca la falta de un descanso saludable (mayor riesgo cardiovascular, obesidad, trastornos de ansiedad, depresión, etc.), que certifican los estudios de Instituciones tan prestigiosas como la Sociedad Española de Neurología o la American Heart Association, etc., es incuestionable que la calidad del sueño afecta a nuestro estado de ánimo en nuestro día a día, tanto a niños como adultos.

Por lo tanto, tras el Día Mundial de la Salud, el anterior 7 de abril, el sueño de calidad se posiciona como la mejor medicina para evitar problemas que comprometan nuestra salud física y mental.

Conscientes de la enorme importancia de este problema, desde la Fundación del Sueño Mónica Duart, y dentro de sus líneas de investigación, se ha lanzado un estudio en colaboración con la Universitat Jaume I y el laboratorio de tecnología y psicología LABSITEC, sobre la calidad del sueño en personas adultas, que arroja datos muy concluyentes como que un 54% de la población española sufre cambios en su estado de ánimo debido a un sueño insuficiente, o que el 39% de los encuestados tiene una mala o muy mala calidad de sueño en su día a día.

El trabajo de investigación se completa con el desarrollo de unos módulos de intervención en línea que ayudan a mejorar la calidad del sueño facilitando la identificación de problemas y promoviendo buenos hábitos relacionados con un descanso saludable.

“De cara a un día tan importante como fue el Día Mundial de la Salud queremos seguir subrayando lo esencial que es el sueño para el bienestar de las personas y la relevancia de no descuidarlo ante factores de la vida cotidiana como la falta de tiempo o el estrés”, explica Mónica Duart, CEO de Dormitienda y presidenta de la Fundación del Sueño Mónica Duart. “Desde la Fundación, trabajaremos sin descanso en la sensibilización de la población en esta línea y destinaremos nuestros recursos a líneas de investigación que ayuden a la población a descansar con plenitud”.



SANIDAD

El IIS arranca el proyecto europeo STROKE-POC

El proyecto analiza la punción seca como alternativa a la infiltración de toxina botulínica para tratar la espasticidad en pacientes con ictus

El grupo iHealthy, del IIS, lidera este estudio, que recibirá una financiación de 755.000 euros para el periodo 2023-2025

Actualizado 16/04/2023 14:16 | **Sanidad**





Imagen de miembros del grupo de investigación y ponentes el pasado viernes

El proyecto europeo STROKE-POC, liderado por el grupo iHealthy del Instituto de Investigación Sanitaria Aragón (IIS Aragón), ha celebrado este fin de semana su reunión de lanzamiento en Zaragoza, en la que han participado sus socios internacionales de Canadá y Bélgica. El estudio, que recibirá una financiación de 755.000 euros para el periodo 2023-2025, busca investigar los mecanismos de acción y efectividad de la punción seca para el tratamiento de la espasticidad en pacientes que han sufrido un ictus, comparándolo con la alternativa farmacológica actual, la toxina botulínica.

El proyecto está liderado por el doctor Pablo Herrero, investigador principal del Grupo iHealthy del IIS Aragón, y se desarrolla en coordinación con investigadores de Canadá, dirigidos por Mindy Levin (McGill University), y de Bélgica, liderados por Wim Saeys (Universidad de Amberes). STROKE-POC pretende profundizar en el conocimiento de los mecanismos de acción de ambos tratamientos y de los efectos que tienen tanto sobre el sistema nervioso central como sobre el músculo, analizando posibles efectos adversos y el coste-efectividad de cada tratamiento. "La toxina botulínica actualmente es la primera opción para el tratamiento de la espasticidad post-ictus, por lo que el objetivo es hacer un estudio comparativo con la punción seca y analizar si es igual de



Universidad de Zaragoza.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), cada año entre 110.000 y 120.000 personas sufren un ictus en España, de los que la mitad queda con secuelas discapacitantes o fallecen. Actualmente, más de 330.000 españoles presentan alguna limitación en su capacidad funcional por haber sufrido este accidente cerebrovascular. “Una de las secuelas más importantes es la espasticidad, lo cual limita el movimiento y conlleva un mayor o menor grado de discapacidad, en función de la severidad de la espasticidad. Se trata de un trastorno motor que ocurre como consecuencia de una lesión en el sistema nervioso central y que, por tanto, es común a muchas patologías neurológicas como el ictus, la esclerosis múltiple o la parálisis cerebral infantil, entre otras”, explica Herrero. “La espasticidad se caracteriza por un aumento de la actividad muscular, pudiendo generar dificultades o, incluso, una imposibilidad para realizar movimientos, afectando por tanto a cualquier actividad de la vida diaria como la marcha o coger un objeto donde se precisa la contracción muscular”, añade.

El grupo de investigación iHealthy del IIS Aragón desarrolla su actividad investigadora en el área de Fisioterapia con un enfoque interdisciplinar gracias a la participación de investigadores de diferentes áreas. Sus principales líneas de investigación son la fisioterapia invasiva, la telerrehabilitación o el uso de tecnologías que permiten realizar una “fisioterapia personalizada”.

Además de los investigadores y participantes en STROKE-POC, al acto oficial de inicio del proyecto también asistieron el director científico del IIS Aragón, Ángel Lanas, y el director ejecutivo, Óscar López; María José Amorín, subdirectora médica de los Servicios Centrales del Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa de Zaragoza; e Ignacio Garcés, responsable de proyectos internacionales de la Universidad de Zaragoza.

El IIS Aragón ha obtenido la financiación para el proyecto a través del Instituto de Salud Carlos III (ISCIII), en el marco de las subvenciones de proyectos de colaboración internacional de la convocatoria 2022 de la Acción Estratégica en Salud 2021-2023, con cargo a los fondos europeos del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia, mientras que el resto de los socios lo han hecho a través de sus correspondientes entidades financiadoras nacionales.



(/home)

Blog > Parkinson > Patología > Alteración del habla: primer signo de la enfermedad de Parkinson



09 de abril de 2023



Alteración del habla: primer signo de la enfermedad de Parkinson

La enfermedad de Parkinson es un trastorno neurodegenerativo que se caracteriza por la falta de producción de dopamina, la sustancia responsable de promover los movimientos del cuerpo y regular el estado de ánimo. De acuerdo con los datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), este trastorno afecta a aproximadamente 150.000 personas en España y uno de los principales factores de riesgo de padecer esta enfermedad es el envejecimiento, puesto que su prevalencia aumenta exponencialmente a partir de los 60 años.

Según la SEN, cada año, aproximadamente 10.000 españoles empiezan a desarrollar síntomas de esta enfermedad, pero se estima un retraso entre 1y 3 años en el diagnóstico. Esto quiere decir que más del 50% de los nuevos casos que han podido desarrollarse en el último año, están aún sin diagnosticar.

Esta enfermedad **suele ser progresiva y existen varios signos para identificarla**: por ejemplo, algunos de los signos más comunes son **el temblor** en los dedos, las manos, los labios o el mentón, o contracciones **en las extremidades**, destacando la incapacidad para realizar movimientos delicados. También la **rigidez muscular**,

que se ve reflejada en la dificultad para caminar o al moverse, además de adoptar una postura encorvada; hasta el cambio en la forma del tamaño o letra son síntomas que llaman la atención.

Los anteriores síntomas **se asocian con la disminución de la función motora**. Por otro lado, se han identificado otros signos que muestran alteraciones no motoras relacionadas con la enfermedad, los cuales pueden aparecer años antes de los síntomas motores anteriormente mencionados. Algunos de estos son los problemas con el sueño, la pérdida del olfato, problemas gastrointestinales... mientras que otros signos se relacionan con la reducción del desempeño de las cuerdas vocales, el diafragma y los pulmones. Por ello, **los pacientes en etapa temprana de Parkinson suelen hablar de manera más lenta y menos expresiva**, y a medida que avanza la enfermedad, la ronquera, el tartamudeo y las palabras arrastradas se hacen más notorias.

Se considera que los trastornos de la función motora son más evidentes luego de los cambios en el habla, por lo que esta alteración puede ser el primer signo de la enfermedad. Por esta razón, expertos de la Universidad Tecnológica de Kaunas (KTU) y de la Universidad Lituana de Ciencias de la Salud (LSMU) han desarrollado un sistema para detectar el Parkinson utilizando inteligencia artificial para analizar y evaluar las señales del habla. Su método se enfoca en facilitar el diagnóstico temprano de la enfermedad y rastrear la efectividad del tratamiento.

El estudio se desarrolló en una cabina insonorizada, con un micrófono para grabar el habla de personas sanas y pacientes con Parkinson (<https://www.conectandopacientes.es/parkinson>). De esta manera, el algoritmo de inteligencia artificial "aprendió" a procesar señales por medio de la evaluación de las grabaciones.

Estos investigadores lituanos afirman que los resultados tienen un potencial científico muy alto, aunque aún quedan retos y desafíos pendientes por resolver antes que se pueda aplicar en la clínica diaria.

Fuentes:

- Rytis Maskeliūnas et al, A Hybrid U-Net Deep Learning Network for Screening and Evaluating Parkinson's Disease, Applied Sciences 2022. DOI: 10.3390/app122211601
- <https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link367.pdf> (<https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link367.pdf>)

Redactado por: Conectando Pacientes



Noticia anterior

¿Cómo identificar y tratar las alergias respiratorias y a los ácaros?

Noticia siguiente

El riesgo de disfunción sexual aumenta en pacientes con psoriasis



ANDALUCÍA

El Hospital Vithas Granada crea el área de neurociencias para la atención integral de los pacientes




Por

 ABR 13, 2023 [Andalucía](#)

Más de siete millones de personas en España padecen algún tipo de trastorno neurológico

El Hospital Vithas Granada ha puesto en marcha el área de neurociencias con carácter multidisciplinar con el fin de dar atención a pacientes de todas las edades con patologías neurológicas. Los expertos que componen el equipo atienden a personas con demencias, cefaleas, epilepsia, esclerosis múltiple, párkinson y otros trastornos del movimiento, patología vascular cerebrovascular y neuromuscular, problemas neurológicos infantiles y patología quirúrgica cerebral y vertebral entre otras dolencias. Asimismo, se ofrecen diversos procedimientos terapéuticos y pruebas funcionales como punción lumbar, infiltración de toxina botulínica, infiltración farmacológica suboccipital, exploraciones de ecografía Doppler de troncos supraaórticos, test neuropsicológicos y escalas de valoración de discapacidad, exploraciones de video EEG, estudios de sueño, electromiogramas, potenciales evocados y estudios de hidrocefalia entre otros. El Hospital Vithas Granada cuenta con especialistas de reconocido prestigio en cada una de las áreas de conocimiento neurológico y dispone de los medios tecnológicos necesarios para ofrecer una atención segura y de calidad, como el navegador cerebral y espinal o el microscopio operatorio. Para poder garantizar la inmediatez y rapidez de los servicios, se plantean consultas de acto único, como la de deterioro cognitivo en la que el paciente con sospecha de padecerlo será sometido el mismo día a la evaluación del neurólogo y el neuropsicólogo, se le realizará analítica de sangre y RMN cerebral para llegar a un diagnóstico a la mayor brevedad posible. "El daño neurológico tiene un impacto severo en el paciente y su familia. Nuestro compromiso es atender de forma personalizada, integral y con los mayores estándares de calidad a cada persona que nos necesite y sus acompañantes. Para dar el mejor servicio, el Instituto de Neurociencias del Hospital Vithas Granada está dotado de la tecnología más innovadora y un equipo humano multidisciplinar y referente en el área", explica el Dr. Ángel Horcajadas, especialista en neurocirugía del Hospital Vithas Granada. Según la Sociedad Española de Neurología, más de siete millones de personas en España padecen algún tipo de trastorno neurológico, una prevalencia que irá en aumento por el envejecimiento de la sociedad. La detección a tiempo y el correcto tratamiento son esenciales para impactar en el desarrollo y evolución de la enfermedad. "Llevar unos hábitos de vida saludables como el ejercicio físico, la estimulación cognitiva y llegar a una vida socialmente activa ayuda de una forma muy significativa a prevenir enfermedades como el ictus, o deterioro cognitivo tipo alzhéimer" expone el Dr. Javier Pelegrina, especialista en neurología del Hospital Vithas Granada, quien añade que "a día de hoy muchas personas conviven con dolores de cabeza, siendo la migraña uno de los principales causas de discapacidad en el mundo, sin plantearse que son un motivo de consulta médica, estando un 40% de los pacientes sin diagnosticar de migraña y que existen múltiples tratamientos que pueden mejorar de forma muy importante su calidad de vida, ya que únicamente el 17 % toma de forma correcta la medicación adecuada para una crisis de migraña".

[Leer más](#)  GranadaRSS – Noticias de Andalucía



[« Huelva albergará la Copa de la Reina de Baloncesto 2024](#)

[El PP de Cádiz celebra la aprobación de la primera Ley de Flamenco en Andalucía»](#)



Por

ENTRADA RELACIONADA

ANDALUCÍA

Un vecino de Chipiona cazado con 85 kilos de ortiguillas de mar en Castell de Ferro ¿ Hablamos ?..

Este site usa cookies propias y de terceros para mejorar la experiencia,

Sí, estoy de acuerdo

y si es necesario, mostrando publicidad relacionada con las preferencias mediante el análisis automático de sus hábitos de navegación.

Al clicar "Sí, estoy de acuerdo", usted acepta el uso de estas cookies.

Puede ver nuestra política de cookies clicando [aquí](#)

Convocatoria **XIV PREMIOS CORRESPONSABLES** **¡Ya puedes presentar tus candidaturas!**
 Presentación candidaturas hasta el 5 de mayo de 2023



Países Quiénes somos Canales Contáctanos ObservaRSE Fundación



ARGENTINA CHILE COLOMBIA ECUADOR ESPAÑA MÉXICO PERÚ INTERNACIONAL



Acceso / Registro



ISO 26000: Participación Activa y Desarrollo de la Comunidad
 Grupos de interés

Escuchar
 Diccionario
 Traducción

XIII PREMIOS CORRESPONSABLES
 Consulta la **GUÍA** de los **XIII PREMIOS CORRESPONSABLES**
DESCÁRGALA AQUÍ

Organizaciones Corresponsables

- Borges**
Alimentación y Bebidas
- Correos**
Servicios Ciudadanos
- RIU Hotels & Resorts**
Turismo, Hoteles y Restauración
- Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos**
Asociaciones y Colegios Profesionales
- Erum Group**
Industria
- Orange**
Telecomunicaciones

[Ver más organizaciones](#)

Últimas noticias



Ingesan implementará VERA, su centro social...



Cepsa dona más de 1500 dispositivos electrónicos...



La Sociedad Española de Neurología y la Fundación Freno al Ictus renuevan su compromiso

El ictus es una alteración de la circulación cerebral que provoca daño neuronal. Se estima que una de cada seis personas tendrá un ictus a lo largo de su vida

13-04-2023 | [Corresponsables \(@Corresponsables\)](#)



La Sociedad Española de Neurología y la Fundación Freno al Ictus renuevan su compromiso

Escuchar

La **Sociedad Española de Neurología (SEN)** y la **Fundación Freno al Ictus** han renovado su convenio de colaboración para seguir impulsando actividades y proyectos relacionados con la prevención, tratamiento y concienciación del ictus en la sociedad.

Este convenio supone un paso más en la colaboración entre la **SEN** y la **Fundación Freno al Ictus** para desarrollar proyectos que tengan el objetivo de reducir la alta incidencia del ictus en nuestro país. Además, ambas entidades se comprometen a

llevar a cabo acciones que promuevan la salud y la calidad de vida de los afectados y sus familias.

El presidente de la **Fundación Freno al Ictus**, **Julio Agredano**, ha mostrado su satisfacción por la renovación de este convenio, destacando la importancia de seguir trabajando juntos para concienciar sobre el ictus y mejorar la atención a los afectados. Agredano ha subrayado que la suma de esfuerzos entre la sociedad civil y científica es esencial para lograr un cambio significativo en la lucha contra esta enfermedad, y que este convenio es un paso más en la dirección correcta. Además, ha agradecido a la sociedad científica su compromiso en la prevención y tratamiento del ictus y ha mostrado su entusiasmo por seguir colaborando en nuevos proyectos en el futuro.

Por su parte, el **Dr. José Miguel Láinez**, **presidente de la SEN**, ha señalado la relevancia de que este tipo de acuerdos sirvan también para fomentar la prevención del ictus y para trabajar en que la población sepa identificar correctamente sus síntomas. El Dr. Láinez recordó que sólo controlando adecuadamente los factores de riesgo modificables se podría prevenir hasta el 90% de los casos de ictus, y que, a pesar de que reaccionar a tiempo es esencial para sobrevivir o para no sufrir una discapacidad por ictus, actualmente, en España, solo un 50% de la población sabría reconocer los síntomas de esta enfermedad. Por lo tanto, confía en que iniciativas como ésta ayuden a poner freno a esta enfermedad.

El ictus es **una alteración de la circulación cerebral que compromete la llegada de sangre al cerebro provocando el consiguiente daño neuronal**. Se estima que una de cada seis personas tendrá un ictus a lo largo de su vida, siendo actualmente la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto. Además, es la segunda causa de mortalidad, la primera en caso de las mujeres, y que afecta a más de 120.000 personas en España, provocando la muerte o una discapacidad grave en un porcentaje elevado de los casos.

La duración del convenio **será de tres años**, prorrogable por periodos de igual duración, por acuerdo expreso de ambas partes. Todas las iniciativas en las que ambas entidades colaboran actualmente continuarán sin cambios.

Noticias relacionadas



14/04/2023

Ingesan implementará VERA, su centro social virtual para mayores, en la Comunidad de Madrid y analiza exportarla a Latinoamérica

Noticia

Ver más



13/04/2023

Cepsa dona más de 1500 dispositivos electrónicos a entidades sin ánimo de lucro

Noticia

Ver más



13/04/2023

Más de 8.000 farmacias están conectadas a FarmaHelp para ayudar a los pacientes a localizar medicamentos en falta

Noticia

Ver más

Más de 8.000 farmacias están conectadas a...



Iberdrola acelera los criterios ESG en sus 20.000...

La Sociedad Española de Neurología y la Fundación...



Cruz Roja y LIBERA recogen 75 toneladas de...

Ver más noticias

Corresponsables TV

ODS 8. Trabajo Decente y Crecimto. Económico



Begoña Gómez: "Se necesitan profesionales que puedan incorporar estrategias de captación de fondos multicanal"

Begoña Gómez, Directora de la Cátedra de Transformación Social de la UCM...

04/04/2023

Ver más videos

Última publicación



Ver más publicaciones

- Noticias
- Artículos
- Publicaciones
- TV
- Recursos

- Quiénes somos
- Canales
- Contáctanos
- Aviso legal
- Trabaja con nosotros

Corresponsables en España

Cami Ral, 114, oficina 6
08330 Premià de Mar (BCN)
T +34 93 752 47 78
www.corresponsables.com
info@corresponsables.com

Meningitis

Actualizado a: Martes, 11 Abril, 2023 16:12:34



Las meningitis consisten en una inflamación de las membranas (meninges) que rodean al cerebro y la médula espinal.



Ana Callejo Mora

[Qué es](#) [Causas](#) [Síntomas](#) [Prevención](#) [Tipos](#) [Diagnósticos](#) [Tratamientos](#) [Otros datos](#)

Qué es

La meningitis es una **enfermedad habitualmente infecciosa provocada por virus o bacterias** que provoca la **infección e inflamación de las meninges** -unas membranas que rodean el cerebro y la médula espinal-. Cuando se infectan solo las meninges se habla de meningitis. En algunas ocasiones, la bacteria se

introduce en la sangre y se disemina, denominándose **sepsis** meningocócica. También puede ocurrir que se den ambos problemas a la vez.

Incidencia

La Sociedad Española de Neurología (SEN) estima que **cada año se diagnostican más de 1.000 casos** de esta enfermedad **en España**, aunque su incidencia real puede estar infravalorada debido al número de casos que presentarían síntomas más leves y no acuden al hospital.

A pesar de que la meningitis no presenta una incidencia tan alta como otras patologías neurológicas agudas, sigue siendo **una enfermedad muy grave, con alto índice de mortalidad y discapacidad**. Según datos de la SEN, la meningitis tiene un índice de mortalidad del 10% de los casos y deja secuelas en más del 20% de los supervivientes, principalmente pérdidas sensoriales (sobre todo sordera) o lesiones cerebrales. Por lo tanto, **reconocer sus síntomas y pedir atención de manera urgente** es de vital importancia.

Aunque la meningitis puede aparecer a cualquier edad, los **niños menores de 5 años** y los **jóvenes de entre 15 y 24 años** son los grupos etarios en los que se da con **mayor frecuencia**.

Causas

Las causas más frecuentes de la meningitis son las **infecciones**, que pueden estar provocadas por virus o por bacterias. La más común, y menos grave, es la infección vírica, que generalmente mejora sin que se la administre ningún medicamento al paciente. Sin embargo, las bacterianas son muy graves y pueden llegar a provocar daños cerebrales e incluso la muerte.

En concreto, **casi el 90% de los casos** de meningitis **se producen por infecciones causadas por agentes víricos o bacterianos**, dicen desde la SEN.

Además de por las infecciones, la meningitis puede aparecer debido a **hongos**, tumores, y otros virus como el de las **paperas**, el **VIH**, el **herpes labial** y el **genital**.

¿Cómo se contagia la meningitis?

El contagio de esta patología **se produce a través de la saliva y las gotitas que se expulsan al hablar**, estornudar o toser. El **contagio a través de objetos no es habitual** y ocurre en pocas ocasiones.

La meningitis suele aparecer en otoño y en primavera. En entornos como las guarderías, las escuelas o las residencias puede propagarse con rapidez.

Todas las meningitis son contagiosas. "Cuando se detecta un caso de meningitis bacteriana, los contactos estrechos del enfermo (padres, hermanos, cuidadores...) deben acudir a su médico para que les recete una pauta específica de antibióticos con el fin de evitar el contagio. En España, cuando se produce un caso en una escuela, Salud Pública se encarga de informar del protocolo que debe seguirse", recuerda la pediatra **Lucía Galán** en su obra *El gran libro de Lucía, mi pediatra*.

Síntomas

Una vez contagiada, una persona puede tener **los primeros síntomas entre los dos y los diez días posteriores al contagio**. En ocasiones tiene un comienzo brusco con síntomas similares a los de un catarro o una **gripe**. Los más frecuentes y que anuncian la gravedad son:

- **Fiebre** alta.
- **Dolor de cabeza intenso**.
- **Rigidez de la nuca**. Esta rigidez consiste en la resistencia de la musculatura cervical a la flexión activa o pasiva de la cabeza, asociada a dolor local.
- **Vómitos bruscos**. "La mejor forma de explicarlo a las familias es que el paciente vomitaría como lo haría la niña de *El Exorcista*", dice **Roi Piñeiro Pérez**, jefe del Servicio de Pediatría del Hospital General de Villalba (Madrid) y miembro del Comité de Medicamentos de la Asociación Española de Pediatría (AEP).
- Somnolencia.

- Pérdida de consciencia.
- Agitación, delirio y/o convulsiones.
- Manchas de color rojo-púrpura en la piel (petequias que han evolucionado). Estas implican una mayor gravedad.

Marta Fernández Matarrubia, especialista en Neurología de la Clínica Universidad de Navarra (CUN), especifica que **en los lactantes (niños menores de dos años)** las manifestaciones clínicas pueden ser fiebre alta, somnolencia o irritabilidad excesivas, inactividad, llanto constante y rechazo de la alimentación. Los ancianos pueden presentar solamente alteración del nivel de consciencia, sin fiebre ni rigidez de nuca.

¿Cómo saber si un niño tiene rigidez de nuca? "Si le pides al niño que se mire el ombligo, sería incapaz de flexionar el cuello; las meninges que recubren la médula espinal están tan inflamadas que esa flexión hacia delante le resulta imposible. Si está tumbado en la cama, al poner la mano debajo de su cabeza e intentar doblarla, no podrás, ofrecerá resistencia", explica Galán.

No obstante, Galán advierte de que "cuando tienen fiebre, los niños pueden mostrar una 'falsa' rigidez de nuca. Lo ideal es hacer esta maniobra cuando el niño está sin fiebre y relajado. Si está tenso, también hará una rigidez voluntaria".



Prevención

La mejor prevención es la vacunación. Hasta hace poco solo existían vacunas contra el *Haemophilus influenzae* tipo b (Hib), el meningococo tipo A y C y el neumococo, que habían hecho prácticamente desaparecer estos tipos de meningitis en nuestro entorno.

En España, la vacunación para el meningococo C es obligatoria. Esta vacuna **estimula la formación de defensas contra el germen.** La protección se produce a las dos semanas de la vacunación. Para niños mayores de un año basta con una dosis, pero para los niños de entre 7 y 12 meses son necesarias dos dosis y para los de entre 0 y 6 meses, tres dosis.

La vacunación está indicada en los menores de 6 años y puede provocar efectos secundarios leves, como inflamación y molestias en el lugar de la inyección, fiebre baja e irritabilidad. Está contraindicada cuando existen estados febriles en el momento de la vacunación; si el niño es hipersensible a alguno de los componentes de la vacuna, o en personas inmunodeprimidas.

En 2013 la Unión Europea autorizó la **primera vacuna contra el meningococo B** y en España fue categorizada como vacuna de uso hospitalario por sus características farmacológicas y su novedad. Desde el 1 de octubre de 2015 la vacuna puede adquirirse en farmacias.

La Asociación Española de Pediatría **recomienda la vacuna en lactantes a partir de los 2 meses de vida**, además de los casos de algunas personas inmunodeprimidas, para quienes hayan padecido una enfermedad meningocócica anteriormente y en caso de brotes.

Las dosis varían en función de la edad. Si se inicia la vacunación entre los 2 y los 5 meses, se administrarán cuatro dosis; de 6 a 23 meses, tres dosis; de 2 a 10 años, dos dosis; adolescentes y adultos, dos dosis.

Hoy en día existen vacunas contra casi todos los tipos de meningitis bacteriana. **La mayoría están incluidas en calendario de vacunación oficial de España, como las vacunas contra el *Haemophilus influenzae* B, meningococo C y neumococo.**

Gracias a ellas la incidencia de las meningitis por estas bacterias ha caído mucho. Recientemente, debido a los movimientos migratorios, han aumentado las meningitis por **meningococo W e Y** por lo que se ha añadido al calendario oficial la vacuna tetravalente contra meningococo A, C, W e Y.

"Solo se ha sustituido la dosis frente a meningococo C de los 12 años, que consideramos insuficiente porque no protege a los niños menores de esta edad. Finalmente, **la mayoría de las meningitis bacterianas son producidas por el meningococo B** del que tenemos vacuna, pero solo algunas comunidades como **Castilla y León, Canarias y Ceuta y Melilla** la tienen incluida creando inequidad y desigualdad entre comunidades", dice **Cristina Regojo**, presidenta de la Asociación Española contra la Meningitis.



La vacuna para el meningococo C es obligatoria en España.

Tipos

Las meningitis se dividen en:

Meningitis víricas

Este tipo tiene un **pronóstico leve** y en la mayoría de los casos no requiere tratamiento, el paciente se cura por sí solo. No suelen dejar secuelas y no requiere vacuna ni profilaxis.

Meningitis bacterianas

La meningitis bacteriana es **grave y requiere la hospitalización del paciente**. Puede dejar secuelas cerebrales y llegar a provocar la muerte del paciente, incluso cuando recibe el tratamiento.

Las meningitis bacterianas más frecuentes son:

- **Meningococo B.**
- **Meningococo C.**
- *Haemophilus influenzae* tipo b (Hib).
- **Neumococo.**

Diagnóstico

“En general, podemos decir que **la meningitis es una enfermedad muy difícil de diagnosticar en sus fases iniciales**, donde el tratamiento sería mucho más efectivo, **y fácil de diagnosticar una vez que se ha desarrollado**, momento en el que el tratamiento ya es menos eficaz”, explica **Roi Piñeiro Pérez**, jefe del Servicio de Pediatría del Hospital General de Villalba (Madrid) y miembro del Comité de Medicamentos de la Asociación Española de Pediatría (AEP).

El diagnóstico de la meningitis bacteriana se realiza analizando **una muestra de líquido cefalorraquídeo** (de la médula espinal). Dicha muestra se obtiene mediante una **punción en la columna vertebral** (punción lumbar).

Además, el especialista puede pedir otras pruebas para confirmarlo, como una **ecografía** o una **tomografía axial computarizada** (TC) que permitan determinar si existe un absceso responsable de la meningitis.

Tratamientos

La mayor parte de las personas que sufre una meningitis viral se cura sin problemas.

En la meningitis bacteriana, el tratamiento consiste en **cuidados específicos en el hospital y terapia intensa con antibióticos.**

Otros cuidados que se le pueden prescribir al paciente son la administración de líquidos por vía intravenosa y medicamentos para tratar lesiones asociadas que pueden aparecer, como el edema cerebral, el *shock* o las **crisis epilépticas**.

Es imprescindible el **diagnóstico precoz** y la **rápida asistencia del especialista**. En algunos casos la enfermedad evoluciona con gran fuerza o afecta a personas con el sistema inmunitario débil y pueden provocar desenlaces fatales.

Otros datos

Complicaciones y secuelas

Si el diagnóstico de la meningitis se hace tarde o el paciente no recibe el tratamiento adecuado, esta enfermedad puede provocar **lesiones y secuelas en el paciente**. Las más destacadas son:

- Hipoacusia (sordera).
- Hidrocefalia.
- Convulsiones.
- Hemorragia subdural.
- Daño cerebral.
- Edema cerebral.
- Trombosis de senos venosos.
- Parálisis de nervios craneales.
- **Crisis epilépticas**.
- **Choque séptico**.

- **Insuficiencia renal.**

Meningitis en época de pandemia por coronavirus

“**Las precauciones** que se están tomando **para evitar contagios de Covid-19**, limitando el contacto social, obligando al uso de mascarilla, y fomentando la higiene y el lavado de manos, **probablemente permitirán reducir los casos de meningitis que se producirían en un contexto normal.** Además, no es esperable un aumento relevante de meningitis ni **encefalitis** por el propio coronavirus, ya que aunque podría ser un patógeno oportunista del sistema nervioso, este no es la diana de la infección para el SARS-CoV-2”, señala Santiago Trillo, coordinador del Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología.

Según este experto, también es importante destacar durante este periodo de pandemia que **"algunos de los síntomas de meningitis son comunes a la enfermedad Covid-19, especialmente la fiebre,** por lo que tanto el personal sanitario como la población deben estar alerta para evitar un retraso diagnóstico de casos de meningitis. El tratamiento antibiótico precoz, incluso antes de que se confirme que es meningitis, es fundamental para evitar un desenlace fatal en las meningitis bacterianas”.

Día Mundial de la Meningitis

El Día Mundial de la Meningitis (**24 de abril**) es la fecha escogida por la **Confederación de Pacientes de Meningitis (CoMO)** dentro de la semana de la inmunización de la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** para hacer una llamada de atención e informar cada año sobre esta enfermedad.

Te recomendamos

Enlaces promovidos por Taboola

Autismo en adultos: signos y rasgos que dan pistas para el diagnóstico

Cuídate Plus

Ejercicios jelqing: ¿cómo son estos masajes para el pene?

Cuídate Plus



PUBLICIDAD

El dolor de cabeza machaca al 50% de la población

¿Sabía que hay hasta 200 tipos de dolor de cabeza? Aunque el 90% son benignos resultan muy incapacitantes y limitan mucho la vida diaria

PUBLICIDAD



Concha Lago / NTM

16-04-23 | 19:00 | **Actualizado a las 19:08**




Las mujeres son las principales sufridoras de los dolores de cabeza conocidos popularmente





Karmele siente a menudo como si le martilleasen la sien. “A veces, el dolor va acompañado de pulsaciones y latidos, y resulta tan potente que es como si me estrujasen el cráneo”, describe gráficamente. El de Karmele es un caso habitual. **Ningún adulto se libra de sufrir cefalea o dolor de cabeza.** Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), prácticamente la mitad de la población (un 46%) **presenta algún tipo de cefalea activa.** De hecho, son las mujeres (hasta en un 99%) las que más la sufren y un 89% de los hombres afirman también padecer o haber padecido jaquecas en algún momento.

Es por ello que la celebración, el próximo miércoles, día 19, del **Día Nacional de la Cefalea** no es una jornada menor ya que hablamos de la forma más frecuente de dolor en el ser humano. Sin embargo, su frecuencia lo convierte en algo subestimado a menudo porque se encuentra entre las dolencias menos diagnosticadas y peor tratadas.

El término cefalea hace referencia “**a cualquier dolor localizado en la región craneal, en la parte alta del cuello, o en las estructuras faciales y en la mitad superior de la cara**”. De acuerdo con el coordinador del Grupo de Cefalea de la SEN, Pablo Irimia, quienes la sufren suelen padecer además “una hipersensibilidad aumentada a cualquier estímulo, como la luz, el 



“La cefalea en racimos es la peor. Suele ser un dolor tan intenso que los pacientes lo describen como atroz”

Pablo Irimia - Grupo Cefaleas de la Soc. de Neurología

Existen más de 200 tipos, pero se dividen en tres grupos: cefaleas primarias, cuando el dolor no está asociado a ninguna lesión en el sistema nervioso; cefaleas secundarias, cuando se debe dichas lesiones o a otras enfermedades; y las neuralgias, cuando el dolor se localiza en el territorio de un nervio.

Dentro de las primarias hay tres tipos fundamentales, las más conocidas por la opinión pública. Son **la migraña, la cefalea tensional y la cefalea en racimos**. La más común de ellas, la migraña, es también muy incapacitante. Porque las migrañas, ese latigazo de dolor en plan vibrante o punzante, suelen ser las más recurrentes. No en vano, estos trastornos del sistema nervioso suponen la primera causa de discapacidad entre los 16 y los 49 años y también el primer motivo de consulta en Atención Primaria.



[ENTRA EN IKEA.ES](#)

¿El sitio donde ordenas sus libros?
FLISAT. Compra aquí

PATROCINADO POR IKEA

¿Mejor ibuprofeno o paracetamol?

Analgésicos. El paracetamol e ibuprofeno son analgésicos que se utilizan de forma habitual e indistintamente para malestares como el dolor de cabeza, pero no son lo mismo. El primer compuesto tiene propiedades analgésicas y antipiréticas, por lo que alivia el dolor y baja la fiebre. Es más inocuo para el





antiinflamatorio no esteroideo. Por lo que a las funciones de antipirético y analgésico se le suma el efecto antiinflamatorio, por lo que según la causa del dolor de cabeza, a veces puede ser más eficaz uno u otro.

“Suponen una gran barrera”

Desde la AEPAC (Asociación de Pacientes con Cefalea) sostienen que “las cefaleas no sólo son crisis dolorosas, son además en muchos casos dolores muy incapacitantes que **pueden llegar a imponer una importante barrera social y financiera para muchos afectados**”. Se refieren a que “los ataques repetidos de dolor de cabeza y, en algunas ocasiones, el temor constante a que aparezca la próxima crisis, consiguen romper la vida familiar, social y laboral”.

Con el agravante de que una cefalea mal tratada puede llegar a cronificarse. Pero no hay una receta común que sirva para todas porque cada dolor de cabeza tiene su propio tratamiento. Según la doctora Lucía Vidorreta, del hospital QuirónSalud siempre hay que hacerse esta pregunta: “¿Tengo capacidad de aguantar esta molestia? Pues no me tomo nada. **Si cada vez que nos duele la cabeza tomamos algo, haremos que el cuerpo se acostumbre**. Es decir, si tomamos un analgésico 8 o 10 veces al mes, podemos provocar lo contrario, un rebote”. Y es que los especialistas consideran que hay algunos dolores de cabeza que nunca llegan a ser tan intensos como para necesitar medicación.

Una cefalea se convierte en algo serio y urgente cuando sube su intensidad o cuando es muy frecuente. Por ejemplo, “si tenemos más de 15 días al mes de dolor durante 3 meses seguidos debemos consultar con un especialista”. Los expertos suelen trabajar con pautas cortas de tratamientos, para ir viendo si está o no funcionando en el paciente; y encontrar el que mejor se le adapte y le reduzca los dolores. En el caso de que estos dolores no desaparezcan ni se reduzcan, se usan técnicas más invasivas con infiltraciones o incluso se utiliza el bótox.



**deia**[Kiosko](#)

Kia Xceed. Diseñado para adaptarse a tu estilo de vida

PATROCINADO POR KIA

“Una cefalea es cualquier dolor localizado en la región craneal, el cuello, en la nuca, o en la mitad superior de la cara”

Cefalea en racimos, la peor

De todos los dolores de cabeza, la cefalea en racimos es la peor que alguien puede sufrir. Está considerado el dolor más fuerte que puede aguantar el ser humano sin perder la conciencia. Un 3% de la población la padece, mayoritariamente hombres, llegando a entre tres y cuatro casos de pacientes varones por cada paciente femenino. Los enfermos la describen como “un dolor insoportable, localizado detrás del ojo, y además va acompañada de congestión nasal, cambios de color en la piel, ojos rojos, o cambios en la pupila, todo ello, del mismo lado que el dolor”.

Este tipo de cefaleas **“impactan de manera muy notable en la calidad de vida de los pacientes, y pueden interferir en su vida laboral”**. De hecho, a muchos de los afectados les cuesta el empleo. Un informe de la Fundación del Cerebro pone de relieve que hasta un 36% de estos pacientes aseguran haber tenido que dejar su actividad profesional a causa de esta patología.

Según datos de la Sociedad de Neurología cerca de 50.000 personas padecen en España cefalea en racimos, uno de los males más invalidantes. “Suele tener una duración relativamente breve, pero el dolor se experimenta de forma tan aguda, que los pacientes lo describen como atr



Otra característica que la define es que se suele presentar casi siempre a la misma hora, con un predominio vespertino y/o nocturno en el 73% de los casos, y con frecuencia las crisis ocurren en determinadas épocas del año, sobre todo con los cambios de estación **al inicio de la primavera o al final del otoño**. Y si bien la gran mayoría de los pacientes la experimentan de forma episódica –es decir, se combinan periodos amplios de remisión, junto con periodos sintomáticos–, en un 20% de los casos, la cefalea en racimos se puede cronificar.

“La cefalea en racimos es posiblemente uno de los tipos de dolor de cabeza más infradiagnosticados de España. En primer lugar porque los periodos de remisión pueden ser tan amplios que en los primeros años de la enfermedad, no se llega a consultar con un especialista”, comenta Irimia. “Pero además es un dolor de cabeza en el que, a pesar de tener unas características tan específicas, **más del 57% de pacientes reciben diagnósticos previos erróneos**”.

Actualmente, en España, se diagnostican unos 1.000 nuevos casos. Pero aun así, puede haber hasta más de tres años de retraso en el diagnóstico. “La principal consecuencia de no tener un diagnóstico es que, al no poder acceder al control y al tratamiento adecuados para esta enfermedad, las crisis cada vez serán más habituales y se tenderá a la cronificación. Y cuando los pacientes tienen ya una cefalea en racimos crónica, su enfermedad no solo será mucho más discapacitante, sino que además responderán peor a los medicamentos”, señala Irimia.

En cifras

15 días al mes

Cefaleas. La Sociedad Española de Neurología estima que el 4% de la población española sufre algún tipo de cefalea primaria de forma crónica, lo que significa que casi dos millones de ciudadanos experimentan dolor de cabeza más de 15 días al mes.





cefalea se automedica con analgésicos sin receta y, pese a su prevalencia, más de un 40% con dolores recurrentes están sin diagnosticar.

Menores de 50

Con migrañas. La migraña es la principal causa de discapacidad en menores de 50 años. Se trata de una afección que es especialmente prevalente entre las mujeres ya que hasta el 2% de las mujeres españolas cumple con criterios de migraña crónica.

TEMAS Neurología - Mujeres



Salud | Problemas de memoria

¿Dónde he dejado las llaves? ¿Y el coche? Guía para saber si es un despiste o síntoma de enfermedad

Olvidarse las llaves o el nombre de alguien es normal, lo preocupante es no recordar algo que se ha hecho



Fermín Apezteguia

Seguir

Sábado. 15 de abril 2023 | Actualizado 16/04/2023 00:10h.

Psicología

Tecnología

Sociedad

Neurólogos y la Fundación Freno al Ictus renuevan su compromiso para combatirlo

Agencias

Jueves, 13 de abril de 2023, 14:35 h (CET)

@DiarioSigloXXI

MADRID, 13 (SERVIMEDIA)

La Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Fundación Freno al Ictus renovaron este jueves su convenio de colaboración para "seguir impulsando actividades relacionadas con la prevención, tratamiento y concienciación del ictus", la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto.

Según los firmantes del acuerdo, se trata de un paso más "para reducir la alta incidencia del ictus en España". Además, ambas entidades se comprometen a llevar a cabo acciones que promuevan la salud y la calidad de vida de los afectados y sus familias.

El presidente de la Fundación Freno al Ictus, Julio Agredano, mostró su satisfacción por la renovación de este convenio para concienciar sobre el ictus y mejorar la atención a los afectados. "La suma de esfuerzos entre la sociedad civil y científica es esencial para lograr un cambio significativo en la lucha contra esta enfermedad", destacó.

Por su parte, el doctor José Miguel Láinez, presidente de la SEN, confirmó la relevancia de que este tipo de acuerdos, con el deseo de que sirvan para "fomentar la prevención del ictus y para trabajar en que la población sepa identificar correctamente sus síntomas".

Láinez recordó que sólo controlando adecuadamente los factores de riesgo modificables se podría prevenir hasta el 90% de los casos de ictus. "A pesar de que reaccionar a tiempo es esencial para sobrevivir o para no sufrir una discapacidad por ictus, actualmente en España sólo un 50% de la población

Noticias relacionadas

La directiva de accesibilidad pasa su primer trámite en el Senado para su trasposición como ley

Grupo Social ONCE y Castilla-La Mancha facilitarán la inclusión de las personas ciegas en el sistema sanitario

Enfermeras acusan al PSOE de querer "dinamitar" la Ley de Seguridad del Paciente

Denuncian que la Federación Riojana de Tiro Olímpico impide competir a una deportista con discapacidad

Ecologistas, ciclistas y científicos piden a los partidos medidas sobre calidad del aire ante las elecciones municipales



Red Talleres Órbita Cepsa

Impúlsate como nuestros talleres.
¡Descubre cómo aquí!




Se estima que una de cada seis personas tendrá un ictus a lo largo de su vida, lo que significa que actualmente es la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto.

Además, es la segunda causa de mortalidad, la primera en caso de las mujeres, y que afecta a más de 120.000 personas en España, provocando la muerte o una discapacidad grave en un porcentaje elevado de los casos.

La duración del convenio será de tres años, prorrogable por periodos de igual duración, por acuerdo expreso de ambas partes y todas las iniciativas en las que ambas entidades colaboran actualmente seguirán realizándose sin cambios.

Te recomendamos

Recomendado por  |

77 consejos de jubilación para inversores con 60 años

Patrocinado por Fisher Investm...

La solución sencilla a los altos costes funerarios

Patrocinado por El Consumidor

Entre todos podemos cuidar nuestro planeta

Sin saldos ni balances al final del año y tarifa plan...
Patrocinado por ahorraenluzyg...

¿Cómo construir un patrimonio generacional en Espa...

Patrocinado por Fisher Investm...

¿Solitario pero exigente? Descubre solteros interesantes

Encuentra hoy tu alma gemela en uno de los...
Patrocinado por Top Dating Es...

Alquile sus terrenos! Gane hasta 1500 EUR/ha.

Maximice los ingresos procedentes de sus...
Patrocinado por Alquilerterreno

Inicie una jubilación de éxito, para carteras superiores a 500.000 €

Súmate al autoconsumo sin inversión previa, sin...

Si te digo Acnur ¿En qué piensas?
ONU, Emergencia, Ayuda



Red Talleres Órbita Cepsa



Impúlsate como nuestros talleres.
¡Descubre cómo aquí!

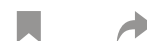
parkinson

Para cuando llega el diagnóstico, han fallecido gran parte de las células nerviosas del cerebro de manera irremediable



Marta Abad

Jueves, 13 de abril 2023, 21:16



El 11 de abril se celebra el Día Mundial del Párkinson, la segunda enfermedad neurodegenerativa más extendida del mundo, después del Alzheimer. Se trata de un trastorno crónico y de progresión paulatina que afecta al sistema nervioso central y se caracteriza por temblor y problemas de movilidad a los que se asocian síntomas no motores. En España afecta a más de 140.000 personas -el 70% de ellas tiene más de 65 años- y su incidencia y prevalencia

duplicará en 20 años y se triplicará en 2050, fundamentalmente por el aumento de la esperanza de vida.

Uno de los motivos por los que no existe una cura para la mayoría de enfermedades neurodegenerativas es que cuando se diagnostican han fallecido ya una gran parte de las células nerviosas del cerebro de manera irremediable. En la enfermedad de párkinson, por ejemplo, el 50-70% de las células productoras de dopamina (neuronas) se han perdido ya en el momento en que se realiza el diagnóstico tras la aparición de trastornos del movimiento. Generalmente, la muerte de las neuronas se inicia muchos años antes de que aparezcan los primeros síntomas indicadores.

Aunque el síntoma más reconocido es el temblor, el párkinson se asocia a muchas otras señales, como rigidez, pérdida de habilidad o rapidez para realizar funciones motoras, trastornos posturales y/o trastorno de la marcha. Estos son los síntomas motores, los más reconocibles a simple vista. Empiezan siendo leves y van avanzando lentamente.

En datos

20
años

se duplicarán el número de casos y en 2050 se triplicarán

140.000
afectados

hay de esta enfermedad en toda España

J U / U / U

de las neuronas

se han perdido para cuando llega el diagnóstico

Las investigaciones realizadas hasta la fecha sugieren que problemas como la ansiedad, la depresión, la pérdida de olfato y los trastornos del sueño pueden aparecer hasta 20 años antes de que se manifiesten los síntomas motores que llevarán al diagnóstico de la enfermedad. No obstante, es probable que muchas personas, a medida que envejecen, presenten alguno de estos síntomas no motores, sin que luego desarrollen una enfermedad neurodegenerativa.

La valoración del Parkinson se realiza por historia clínica y exploración física que pone de manifiesto los síntomas motores cardinales. Algunas pruebas como las de imagen cerebral pueden ayudar a conseguir un diagnóstico fiable y seguro. A día de hoy no existe un tratamiento curativo para las enfermedades neurodegenerativas y los factores desencadenantes son a menudo desconocidos. Por ello, las investigaciones van encaminadas a identificar los biomarcadores que permiten detectar el riesgo de contraer la enfermedad.

Pilar Sarro

Enferma de párkinson

«Intento poner zancadillas a la enfermedad»





A Pilar Sarro, que en septiembre soplará 62 velas, le detectaron párkinson cuando cumplió los 60 años. «La familia me empezó a decir que iba un poco torcida, que parecía que tenía la mirada perdida y que me tropezaba mucho. Yo lo achacaba a la menopausia, a que me estaba haciendo mayor. Estaba más torpe. Cuando estaba sentada, a la hora de empezar a andar, mis piernas tardaban un poco en reaccionar. También notaba menos movilidad en los dedos y alguna cosa más». A la vista de estos problemas, acudió al médico de cabecera, que le derivó a neurología. Poco después llegó el diagnóstico, y comenzó el tratamiento. Pilar tuvo que dejar su trabajo de ayuda a domicilio y le concedieron la incapacidad permanente.

-¿Qué síntomas tenía?

-Era torpeza, rigidez y menos equilibrio, más que temblor. La gente tiende a pensar que el Parkinson es solo temblor, pero son muchas cosas. Yo me apunté a una asociación de párkinson y es como cualquier enfermedad, que hay muchas diferencias de un paciente a otro.

-Y se apuntó a una asociación de párkinson, Asparbi.

-Sí, por consejo de mi neuróloga. Al principio me costó. Iba con miedo de lo que me iba a encontrar. Me hicieron preguntas, miraron a ver cómo me movía y todo era información, nada de agobios. Se implican mucho con la gente, y los asociados también. Cuando llega alguien nuevo, enseguida se le informa y se le arroja. Apuntarte a la asociación te ayuda muchísimo mental, física y

-¿Por qué canto?

-Con el párkinson hay tendencia a hablar bajo y cuesta pronunciar. Y al cantar, tienes que memorizar las canciones, tienes que pronunciar. Hacemos ejercicios de voz, como en logopedia.

-¿Recibe apoyo psicológico?

-Sí. En Asparbi tenemos psicólogos. Solemos tener bastantes charlas sobre la enfermedad, a cargo de neurólogos, y también sobre deglución porque mucha gente se atraganta con la comida. No es ir a una clase y ya está. Trabajan y se esfuerzan para que estemos mejor.

-¿Cómo es su día a día desde el diagnóstico?

-Intento hacer todo lo que puedo. Para lavarme la cabeza necesito ayuda, porque la movilidad de las manos la tengo más limitada. La enfermedad también me está atacando a la vista. La gente que tiene párkinson parpadea menos y se secan los ojos, se irritan. Trato de hacer ejercicio, voy a la asociación, ando bastante. Intento poner zancadillas a la enfermedad todo lo que se pueda. Soy positiva, aunque he tenido mis momentos. Tienes temporadas que notas más lentitud, torpeza o cansancio. A veces no sabes si es de la medicación que tomo, que es fuerte, o de la propia enfermedad. El párkinson no se cura. Unos van más rápido, otros más lento. El tratamiento es para intentar que avance más lento, porque lo que pierdes no lo recuperas.

-¿Qué consejo daría a quien cree que puede tener párkinson?

-Hay gente que sospecha que tiene una enfermedad y no va al médico por miedo a que sea algo serio. Yo suelo decir que es mejor ir. En el caso de que les detecten algo malo, se trata, y les recomiendo que se apunten a una asociación porque les pueden ayudar, que no tengan miedo. A mí me costó dar el paso. el primer día vas hasta con lágrimas. pero a la gente le aconseio

La ayuda moral y física que recibes es tremenda. No hay que quedarse en casa hundido, metido en una depresión, dándole vueltas a las cosas.

Natalia Alonso

Hija de una enferma de párkinson

«Hay que echarle narices a la vida y tener mucha comprensión con la persona afectada»

El párkinson no afecta solo a la persona que la padece sino «a toda la familia a nivel global», explica Natalia Alonso, hija de Pilar Sarro. Reconoce que cuando llegó el diagnóstico, «fue un golpe muy duro que tuvimos que asimilar casi sin esperarlo» porque su madre «es muy reservada e intentaba no preocuparnos».

A día de hoy, su progenitora, que «siempre ha sido, y sigue siendo, el pilar de la familia», «se sigue valiendo por sí misma, pero estamos ahí para ayudarla y apoyarla en todo lo que sea posible». En las tareas cotidianas, se arregla con su marido, y con Natalia y su hermano cuando van de visita. Viven todos cerca y «mínimo una vez por semana nos juntamos todos». «Lo que más le cuesta es todo lo relacionado con la psicomotricidad fina, todas las cosas pequeñas que hay que hacer con los dedos, como coser. Y ahí sí tiene más dificultad y necesita ayuda», explica.

Natalia tiene «un vínculo muy estrecho» con sus padres, pero sobre todo con su madre. «No voy diariamente porque trabajo, pero nos vemos todas las semanas y hablamos todos los días tres o cuatro veces». A Pilar, dice, «le cuesta mucho hablar de la enfermedad, por no preocupar. Antes teníamos un mensaje en clave cuando estábamos mal tanto ella como yo, para que no se enterara la gente».

Ella prefiere pasar desapercibida, y de la noche a la mañana se apuntó a Asparbi y va a cantar en euskera

En la familia no reciben apoyo emocional. «La ayuda psicológica es ella, que tiene una forma de afrontar la vida que muchos quisiéramos tener. Es una

hablar en público, prefiero pasar desapercibida', y de la noche a la mañana se apuntó a Asparbi y va a cantar en euskera, que nunca ha hablado en euskera. Se apunta a un bombardeo. Es una persona vitamina que siempre quieres tener cerca», comenta con cariño y orgullo.

A las familias que se estén enfrentando a un reciente caso de párkinson, Natalia les da un consejo: «que aparquen el miedo y empiecen a vivir. No hay que ponerse trabas. Hace falta echarle narices a la vida y tener mucha comprensión y mucho apoyo con la persona afectada».



Los pasatiempos, beneficiosos para los pacientes de párkinson

Según estudios de la Clínica Mayo, los pasatiempos que requieren concentración y memoria, como los sudokus, las sopas de letras y los crucigramas, pueden ayudar a fortalecer la función cognitiva y reducir la pérdida de memoria asociada con el párkinson. En esta línea, el proyecto divulgativo Conoce el Párkinson, que forma parte de la Fundación Degén, propone dentro de las '10 actividades para personas

entre ellas), sopas de letras y encontrar parejas. Además, los pasatiempos más sencillos son una excelente opción para reducir el estrés y la ansiedad. La Clínica Mayo señala que las actividades que requieren concentración y atención plena ayudan a reducir los niveles de estrés y mejorar el estado de ánimo. Esto es especialmente importante para las personas con párkinson, que a menudo experimentan ansiedad y depresión como resultado de la enfermedad, señala la prestigiosa clínica norteamericana.

[Temas](#) [España](#) [Ciencia](#) [Enfermedad de Parkinson](#)

[Reporta un error](#)



Publicidad

¿Dónde he dejado las llaves? ¿Y el coche? Guía para saber si es un despiste o síntoma de enfermedad

Olvidarse las llaves o el nombre de alguien es normal, lo preocupante es no recordar algo que se ha hecho



Fermín Apezteguia

Seguir

Sábado. 15 de abril 2023 | Actualizado 16/04/2023 00:10h.

La Sociedad Española de Neurología y la Fundación Freno al Ictus renuevan su compromiso en la prevención del ictus



Código: 5115531

Fecha: 01/01/1970

Dimensiones: 1200 x 1200 (0.29MB)

Fotos del Tema: 1

Pie de Foto:

La Sociedad Española de Neurología y la Fundación Freno al Ictus renuevan su compromiso en la prevención del ictus

Foto de ARCHIVO

Salud | Problemas de memoria

¿Dónde he dejado las llaves? ¿Y el coche? Guía para saber si es un despiste o síntoma de enfermedad

Olvidarse las llaves o el nombre de alguien es normal, lo preocupante es no recordar algo que se ha hecho



Fermín Apezteguia

Seguir

Sábado, 15 de abril 2023 | Actualizado 16/04/2023 00:10h.

capacidades del área de Compliance de Takeda, un reto profesional muy ilusionante que pretende seguir impulsando, explica, *“desde el compromiso, la marcada cultura, la ética y el*

cumplimiento de los valores corporativos como la integridad, equidad, honestidad y perseverancia”.

El nuevo head de Compliance de la compañía biofarmacéutica japonesa es abogado por la Universidad Autónoma de Madrid, ha realizado un Master of Laws (LLM) en la Universiteit van Gent (Bélgica) y posee un MBA por la Universidad Complutense de Madrid. Compliance es una de las áreas estratégicas de la compañía, desde la que se trabaja para asegurar el cumplimiento del código de conducta global de Takeda, las políticas internas, las leyes y regulaciones correspondientes en favor de la transparencia y el compromiso con los pacientes, centro de la actividad que desempeña.

SEN y Fundación Freno al Ictus renuevan su compromiso para combatir la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto

La **Sociedad Española de Neurología** (SEN) y la **Fundación Freno al Ictus** han renovado su convenio de colaboración para seguir impulsando actividades y proyectos relacionados con la prevención, tratamiento y concienciación del ictus en la sociedad. Este convenio supone un paso más en la colaboración entre la SEN y la Fundación Freno al Ictus para desarrollar proyectos que tengan el objetivo de reducir la alta incidencia del ictus en nuestro país.

Además, ambas entidades se comprometen a llevar a cabo acciones que promuevan la salud y la calidad de vida de los afectados y sus familias.



los afectados. Agredano ha subrayado que la suma de esfuerzos entre la sociedad civil y científica es esencial para lograr un cambio significativo en la lucha contra esta enfermedad, y que este convenio es un paso más en la dirección correcta. Además, ha agradecido a la sociedad científica su compromiso en la prevención y tratamiento del ictus y ha mostrado su entusiasmo por seguir colaborando en nuevos proyectos en el futuro.

Por su parte, el **Dr. José Miguel Láinez**, presidente de la SEN, ha señalado la relevancia de que este tipo de acuerdos sirvan también para fomentar la prevención del ictus y para trabajar en que la población sepa identificar correctamente sus síntomas. El Dr. Láinez recordó que sólo controlando adecuadamente los factores de riesgo modificables se podría prevenir hasta el 90% de los casos de ictus, y que, a pesar de que reaccionar a tiempo es esencial para sobrevivir o para no sufrir una discapacidad por ictus, actualmente, en España, solo un 50% de la población sabría reconocer los síntomas de esta enfermedad. Por lo tanto, confía en que iniciativas como ésta ayuden a poner freno a esta enfermedad. La duración del convenio será de tres años, prorrogable por periodos de igual duración, por acuerdo expreso de ambas partes. Todas las iniciativas en las que ambas entidades colaboran actualmente continuarán sin cambios.

El Hospital San Rafael pone en marcha una Sala de Intervencionismo Vascular Inteligente Robotizada

El **Hospital San Rafael de A Coruña** ha puesto en marcha una **nueva sala de intervencionismo vascular robotizada de última generación** que se apoya en la inteligencia artificial (IA) y las técnicas de imagen en tiempo real para mejorar la precisión y eficiencia de toda clase de intervenciones. El centro se convierte así en el primer hospital gallego, y el primero privado de toda España, en contar con un equipamiento tecnológico de esta naturaleza, reforzando así la



HOSPITALES

Las cefaleas son la primera causa de discapacidad entre los 16 y los 49 años

La Unidad de Cefaleas de la Fundación Jiménez Díaz ha pedido certificarse porque es especialista en el abordaje y tratamiento especializado e integral de esta patología

16 de abril de 2023



Redacción

Los dolores de cabeza o cefaleas son la primera causa de discapacidad entre los 16 y los 49 años. También son el primer motivo de consulta en los servicios de

neurología. Estos datos de incidencia son muestra del impacto que genera este trastorno del sistema nervioso. Afecta de forma muy significativa la calidad de vida de quienes lo padecen, e impactando notablemente en su vida familiar, social y laboral.

El responsable de la Unidad de Cefaleas del Hospital Universitario **Fundación Jiménez Díaz** es el **Dr. Jaime Samuel Rodríguez Vico**. Asegura que *“solo el 40% de las personas que padecen esta patología lo consultan con su neurólogo. El promedio de tiempo para alcanzar un diagnóstico correcto supera los seis años”*. Esto da lugar a un tiempo largo durante el cual el paciente no puede seguir un tratamiento acorde a sus necesidades. Alerta que *“solo una cuarta parte de los pacientes tiene prescrita la administración de triptanes, el tratamiento sintomático más específico para tratar la crisis de migraña; y únicamente el 13% recibe el tratamiento preventivo necesario para reducir la frecuencia, duración e intensidad de las crisis”*.

Los dolores de cabeza o cefaleas son el primer motivo de consulta en los servicios de neurología

Los datos de discapacidad ponen en relieve la urgencia de una mejora en el manejo y tratamiento de las cefaleas. El **Dr. Rodríguez Vico** señala la necesidad de centros que garanticen una asistencia -y también una actividad investigadora y docente- de calidad en esta patología. Insiste en que puede ser consultas monográficas o unidades de cefaleas, entiende que existen algunas diferencias entre ambas por equipamiento y dedicación.

Para él, todos los centros deben cumplir una serie de criterios. *“Las unidades de cefaleas se diferencian en que deben tener más de un neurólogo (y al menos uno de ellos con dedicación exclusiva) frente al especialista único necesario en la consulta monográfica; una frecuencia superior a los dos módulos de consulta por semana dedicada a cefaleas -frente a uno, en el otro caso-; participar en estudios colaborativos nacionales (en las unidades de cefaleas, ensayos de investigación nacionales o internacionales); y acceso a una Unidad de Neurocirugía, además de a las correspondientes de Radiología, Psiquiatría,*

Fisioterapia, Otorrinolaringología, Cirugía Oral y Maxilofacial y Oftalmología, que sería preciso para ambas modalidades”, expone el especialista.

Los centros de atención de las cefaleas tienen que garantizar una asistencia de calidad para poder tratar la discapacidad que produce adecuadamente

Las cefaleas en la Fundación Jiménez Díaz

La [Fundación Jiménez Díaz](#) es uno de hospitales que cumplen con los requisitos necesarios de una unidad de cefaleas. Ya ha solicitado su certificación a la Sociedad Española de Neurología (actualmente, solo hay una certificada en España). Ahora mismo ya atiende todo tipo de cefaleas y dolores neuropáticos cráneo-faciales con disponibilidad de cuatro neurólogos (uno de ellos en exclusividad). También hay una enfermera especializada de lunes a viernes y un Hospital de Día propio. En el ámbito asistencial se realizan técnicas invasivas como tratamientos con toxina tipo A, bloqueos anestésicos cráneo-faciales e infiltraciones trocleares.

Pero, además de la asistencia, la Unidad de Cefaleas de la Fundación Jiménez Díaz tiene otros dos ejes de desarrollo: el docente y el investigador. “En nuestra unidad -explica el **Dr. Rodríguez Vico**- hay 13 módulos de cefalea a la semana y cuatro de Hospital de Día de Cefaleas, y en ella rotan estudiantes de la Universidad Autónoma de Madrid y residentes tanto de Medicina Familiar y Comunitaria como de la especialidad de Neurología”. “En cuanto al área de investigación, participamos en estudios cooperativos nacionales e internacionales y, en la actualidad, tenemos cinco ensayos internacionales en marcha”, concluye el neurólogo.

B1 , CEFALEA , HOSPITALES , QUIRON

SALUD DE LAS MUJERES

El ictus es la primera causa de fallecimiento en mujeres: aprende a detectar este grave padecimiento

Ad

El ictus es la segunda causa de fallecimiento en España y la primera entre las mujeres por eso es muy importante conocer las señales de estar sufriendo un ictus para actuar al instante

Ad



Por [Andrea Cubas](#)

Escrito en ESPAÑA el 13/4/2023 · 15:14 hs

Comparta este artículo

Según la Sociedad Española de Neurología, **entre 110.000 y 120.000 personas al año padecen esta enfermedad en nuestro país** y de ellos, el 50% sufren secuelas discapacitantes desde entonces o fallecen. **El ictus es la segunda causa de fallecimiento en España y primera entre las mujeres.**

El 90% de los casos de ictus **se puede evitar si se lleva a cabo un estilo de vida saludable, se conocen los factores de riesgo y se previenen.**

Te podría interesar



SUEÑO Y SALUD

¿Duermes siestas largas? Este hábito puede causarte un ictus por estas razones



RIESGO A LA SALUD

El consumo de este edulcorante artificial podría causarte infartos o ictus

¿Qué es un ictus?

Se trata de una **alteración temporal o definitiva de una o varias zonas del encéfalo** y que surge como consecuencia de un trastorno en la circulación cerebral.



Hay dos tipos de ictus: el isquémico y el hemorrágico. El primero supone un 80% de los casos y se produce cuando una de las arterias cerebrales se ven obstruidas por un coágulo y, por tanto, se paraliza el riego de sangre. El segundo tipo corresponde al 20% de los casos y se produce cuando una de las arterias se rompe y desemboca en una hemorragia cerebral.

¿Cómo sé que estoy sufriendo un ictus?

Es de vital importancia conocer los síntomas para saber lo que te ocurre. Si el daño se produce en el hemisferio izquierdo, la consecuencia directa es **la alteración del lenguaje y la disminución de la fuerza y sensibilidad en la mitad derecha del cuerpo (cara, brazo y pierna derecha).**

Síguenos en

Si se produce en el hemisferio derecho, se sentirán esos mismos síntomas en la mitad izquierda del cuerpo. Además, también puede afectar a la visión.

Recuerda que la actuación rápida y eficaz puede salvar tu vida. Por ello, **no dudes en llamar a urgencias a la mínima que creas que estás sufriendo alguno de estos síntomas.**

Temas

[ictus en mujeres](#)

[cómo detectar un ictus](#)

[salud de las mujeres](#)

Más Noticias

Gastrolab

A Tu Salud**Ictus: solo un 50% de la población sabría reconocer los síntomas**

Solo con controlar de forma adecuada los factores de riesgo modificables se podría prevenir hasta el 90% de los casos



▲ Según el grado de afectación, las secuelas del ictus serán mas o menos difíciles de anular | Imagen cedida larazon

ELENA ALONSO



Madrid Creada: 13.04.2023 15:51

Última actualización: 13.04.2023 15:51

NOTICIAS RELACIONADAS

Recetar más anticoagulantes orales podría evitar 2.000 ictus al año

El consumo de este popular edulcorante artificial está relacionado con más ictus y ataques cardiacos

A pesar de que **reaccionar a tiempo** es esencial para **sobrevivir** o para no sufrir una **discapacidad** por **ictus**, actualmente, en España, solo un 50% de la población sabría reconocer los síntomas de esta enfermedad, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). Se estima que **una de cada seis personas** tendrá a lo largo de su vida esta **patología**, una alteración de la **circulación cerebral** que compromete la

llegada de sangre al cerebro provocando el consiguiente daño neuronal.

Ahora mismo la primera causa de **discapacidad** adquirida en el adulto y la segunda causa de **mortalidad**, la primera en caso de las mujeres. En España afecta a más de **120.000 personas**, y provoca la muerte o una discapacidad grave en un porcentaje elevado de los casos.

Los **síntomas** más habituales, según la Clínica Universitaria de Navarra, son:

- Pérdida de fuerza en la mitad del cuerpo (cara, brazo y pierna del mismo lado)
- Dificultad para hablar
- Pérdida de sensibilidad u hormigueos en la mitad del cuerpo
- Pérdida súbita de visión en un ojo
- Dolor de cabeza muy intenso distinto del habitual

José Miguel Láinez, presidente de la SEN, recuerda que sólo con controlar de forma adecuada los factores de riesgo modificables se podría prevenir hasta el 90% de los casos de ictus. La Fundación Ictus propone una serie de medidas para reducir y prevenir el riesgo de sufrir un ictus, basadas en la evidencia científica y los estándares de la organización europea Stroke Alliance for Europe (SAFE). Son:

- Dejar de fumar
- Reducir la presión arterial
- Controlar el peso
- Seguir una dieta equilibrada
- Hacer ejercicio físico de forma regular
- Controlar el consumo de azúcar
- Moderar el consumo de alcohol
- Evitar el estrés
- Tomarse el pulso

- Vigilar el colesterol

A juicio del presidente de la Fundación Freno al Ictus, **Julio Agredano**, la suma de esfuerzos entre la sociedad civil y científica es esencial para lograr un cambio significativo en la lucha contra esta enfermedad. Precisamente, para desarrollar proyectos que tengan el objetivo de **reducir la alta incidencia** del ictus, su organización y la SEN han renovado su convenio de colaboración para impulsar nuevas actividades y proyectos relacionados con la prevención, tratamiento y **concienciación** de esta patología en la sociedad. Se han comprometido también a llevar a cabo acciones que promuevan la salud y la calidad de vida de los afectados y sus familias.

ARCHIVADO EN:

ictus / Salud mental / Salud

 0 [Ver comentarios](#)



Más leídas

- Guerra**
1 "Ahora o nunca": Se abre una estrecha ventana de oportunidad para que Ucrania lance su contraofensiva
 - Polémica**
2 Lluvia de críticas a Pelayo Díaz por pedir que echen del trabajo a una compañera
 - Defensa**
3 Estados Unidos lleva el F-22 Raptor, el mejor caza de superioridad aérea, a apenas 450 kilómetros de la frontera con Ucrania
 - Seguridad Vial**
4 Guardias civiles denuncian que Interior prioriza la colocación de radares y que por eso aumentan los muertos en la carretera
-



NOTICIAS POPULARES

NEUROLOGÍA

Cada año se diagnostican en España 10.000 casos nuevos de Parkinson



Por Redacción Noticias



Publicado en 11 de abril de 2023



COMPARTE EN TWITTER



Hoy, 11 de abril, es el **Día Mundial del Parkinson**, la segunda enfermedad neurodegenerativa con mayor incidencia en el mundo. **Más de 7 millones de personas padecen Parkinson en**

Salud

Los trucos recomendados por neurólogos para evitar el dolor de cabeza



Prensa NEA • 13 de abril de 2023 • 0 comentarios • 4 me gusta • 1 minuto de lectura



Las cefaleas (caracterizadas por dolores de cabeza recurrentes) son uno de los trastornos más comunes del sistema nervioso. Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) es una patología que afecta a más del 12 % de la población con episodios que pueden durar más de dos horas si no se tratan.

De hecho, la OMS califica a las cefaleas y migrañas como la octava enfermedad más discapacitante de la humanidad en días de capacidad por años vividos, siendo algo que podría evitarse.

Si bien es cierto, quienes padecen migraña o dolores de cabeza recurrentes están condenados a sufrírselos y tratarse mediante fármacos, hay ciertos hábitos que se pueden adquirir para reducir el número de brotes que se desarrollan a lo largo del tiempo y mejorar, por tanto, la calidad de vida del paciente considerablemente.

«En relación con las cefaleas, la cefalea migrañosa, la cefalea tensional y la



cefalea en racimo son tres de las más importantes de la clasificación mundial de cefaleas», comenta el Dr. Salazar, neurólogo consultor de Instituto Clavel a 20Minutos. En este sentido, el experto nos indica algunas de las claves recomendadas para evitar el dolor de cabeza o aliviar sus síntomas cuando se suceda uno de los brotes.

Cefalea migrañosa



PUBLICIDAD



Buscar



Compartir

Me Gusta 0

Comentar 0

PUBLICAR

Actualidad y Artículos | Neuropsiquiatria

Noticia | 14/04/2023

Las enfermedades neurológicas acaparan ya el 11 % de la investigación biomédica



Área temática: Neuropsiquiatria

Seguir 6

La investigación biomédica ha puesto el foco en las enfermedades neurológicas, que actualmente concentran el 11 por ciento de los esfuerzos innovadores. En total, son 699 los productos bajo investigación en el área neurológica, según los datos de Iqvia. En concreto, **el Parkinson es, tras el Alzheimer, una de las enfermedades neurológicas que acapara más investigación biomédica a nivel global.**

Así se desprende del último informe de Tendencias globales en I+D publicado por la consultora Iqvia en febrero de 2023. El Parkinson se caracteriza por la degeneración de las neuronas en la sustancia negra del cerebro, cuya

embargo, la afección no es únicamente motora, existen otros síntomas que van desde la depresión a los trastornos cognitivos, el dolor o problemas de deglución, según los datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN)

Investigación biomédica en enfermedades neurológicas

Así, y con datos de 2022, hay 96 productos bajo investigación con el fin de tratar esta patología crónica y progresiva, que afecta a más de siete millones de personas en todo el mundo y que el 11 de abril celebra su Día Mundial.

En España, desde 2018 los datos del Registro Español de Estudios Clínicos (REEC) recogen **45 ensayos enfocados a tratar el Parkinson**. Estos ensayos clínicos son fundamentales para muchos pacientes con enfermedades neurológicas. No obstante, gracias a ellos pueden acceder a medicamentos innovadores de forma temprana y mejorar su calidad de vida.

Cabe recordar que, en nuestro país, se estima que son unas 150.000 las personas afectadas de Parkinson. Sin embargo, hasta un tercio de los nuevos casos está sin diagnosticar. Son datos de la SEN, que advierte de que el aumento de la esperanza de vida hace prever que la incidencia se triplique en los próximos 30 años.

Palabras clave: [investigación](#), [neurología](#), [biomédica](#)

Comentarios de los usuarios

AÑADIR COMENTARIO

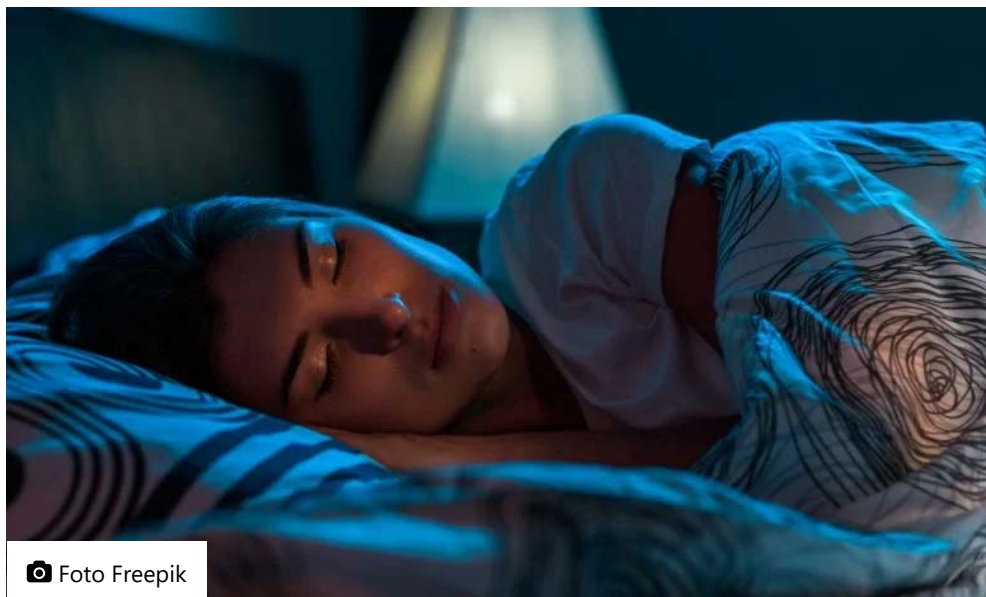
No hay ningún comentario, se el primero en comentar

Artículos relacionados

Consejos para dormir profundamente toda la noche

El sueño es una práctica que interviene de manera directa en nuestra salud

👤 Dany . • Hace 13 horas



📷 Foto Freepik

El **sueño** es una práctica que interviene de manera directa en nuestra salud, dormir bien y en un lugar cómodo es fundamental para el buen funcionamiento de nuestro organismo.

La Sociedad Española de Neurología asegura que el 48% de la población adulta no tiene un sueño de calidad y que el 35% padece insomnio, los cuales en muchas ocasiones son provocados por ciertos motivos o malos hábitos, por eso aquí te damos a conocer 4 consejos para que concilies tu sueño y duermas profundamente toda la noche

No instale paneles solares en 2023 hasta que haya leído esto

Eco Experts | Patrocinado

[Lee el siguiente artículo >](#)

Configuración de cookies

Crea un buen ambiente para dormir

Cuando nos vamos a dormir, la temperatura interna del cuerpo baja, concretamente puede descender entre unos 2° o 3° grados. Por eso, será importante mantener nuestro dormitorio fresco, en total oscuridad y tranquilo.

Establecer una rutina para dormir y levantarnos

Para conseguir un sueño reparador y de calidad es necesario establecer ciertas rutinas y horarios para dormir y levantarnos.

Levantarnos y acostarnos siempre a la misma hora, ayuda a dormir profundamente y del tirón durante toda la noche porque acostumbramos a nuestro organismo a ello.

No instale paneles solares en 2023 hasta que haya leído esto

Eco Experts | Patrocinado

[Lee el siguiente artículo >](#)

Configuración de cookies

Evita las siestas largas

Muchas veces estamos tan cansados por haber madrugado tanto que cometemos el error de echarnos siestas que duran horas.

Numerosos estudios médicos aseguran que el tiempo correcto para una siesta reparadora es de entre 15 y 30 minutos. Pasado ese tiempo puede ser contraproducente, provocando que llegada la noche se nos haga imposible dormir tranquilamente.

Mantén el estrés a un nivel controlado

La calidad de tus noches va a depender de la calidad de tus días. Evita vivir a un ritmo acelerado. Demasiado estrés va a hacer que sea difícil calmar tu mente a la hora de ir a descansar. Realizar unos 5-10 minutos de meditación guiada antes de ir a dormir puede ayudarte si este es tu problema.

No instale paneles solares en 2023 hasta que haya leído esto

Eco Experts | Patrocinado

[Lee el siguiente artículo >](#)

Configuración de cookies

Psicología

Tecnología

Sociedad

La prevalencia del Parkinson se ha duplicado en los últimos 25 años, con 10.000 nuevos casos al año en España

Agencias

Lunes, 10 de abril de 2023, 11:49 h (CET)

@DiarioSigloXXI 

MADRID, 10 (SERVIMEDIA)

La prevalencia del Parkinson se ha duplicado en los últimos 25 años en el mundo, con 10.000 nuevos casos al año en España, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). Además, un 15% de estos casos corresponde a menores de 50 años y un tercio de los nuevos enfermos están aún sin diagnosticar.

Más de 7 millones de personas padecen Parkinson en todo el mundo y en España, más de 150.000 personas están afectadas por esta enfermedad, según datos de la SEN con motivo del Día Mundial del Parkinson, que se celebra el 11 de abril.

Se trata de la segunda enfermedad neurodegenerativa con mayor incidencia en el mundo y, además, la discapacidad y mortalidad del Parkinson están aumentando más rápido que cualquier otra enfermedad neurológica.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señaló recientemente que la prevalencia de esta enfermedad se ha duplicado en los últimos 25 años en el mundo y este aumento ha producido que también se haya duplicado la pérdida de años de vida ajustados por discapacidad (que actualmente se estima en 5,8 millones de años).

La enfermedad produce diversos síntomas motores y no motores: entre los motores, los más habituales son el temblor y la lentitud de movimientos, según la SEN. Pero los síntomas motores no siempre son los primeros en aparecer.

Noticias relacionadas

La misión Juice espera despegar hoy hacia Júpiter

Temperaturas al alza en casi toda España

África oriental tenía bosques cubiertos de hierba 10 millones de años antes de lo que se pensaba

Diez localidades españolas reciben la distinción 'Ciudad de la Ciencia y la Innovación'

Activistas de Futuro Vegetal tiñen de rojo y negro la fachada del Ministerio de Justicia

En el Estadio Infinito,
la emoción nunca acaba con **miMovistar**



Elige ver todo el deporte



Pásate a miMovistar con todo el deporte,
fibra, 5G, datos ilimitados y M+

“Los síntomas no motores pueden llegar a ser, en muchas ocasiones, muy incapacitantes. Además, cuando los primeros síntomas de la enfermedad no son los motores o no son tan evidentes puede ser complicado identificarla de forma temprana e incluso difícil de diferenciar de otros síndromes parkinsonianos. Actualmente tenemos en España un retraso diagnóstico de entre uno y tres años y esto hace que aproximadamente un tercio de los nuevos casos estén aún sin diagnosticar”, señaló el doctor Álvaro Sánchez Ferro, coordinador del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología.

DIAGNÓSTICO PRECOZ

Un diagnóstico temprano permite comenzar el tratamiento de esta enfermedad en las primeras fases, lo que ayuda a mejorar la calidad de vida de los pacientes, prevenir complicaciones y minimizar la discapacidad a largo plazo. Y, aunque el tratamiento farmacológico disponible actualmente no logra detener el proceso degenerativo pero resulta eficaz para mejorar la mayoría de los síntomas motores y para muchos de los síntomas no motores.

“Requiere de un enfoque integral, en el que se incluyan también tratamientos no farmacológicos, y también un enfoque individualizado, según la discapacidad, la edad del paciente y de las complicaciones y síntomas que van surgiendo a lo largo de su evolución”, recalcó el doctor Sánchez Ferro.

Aunque tener un familiar cercano con la enfermedad de Parkinson aumenta las posibilidades de padecer este trastorno, solo un 10% de los casos de esta enfermedad corresponden a formas hereditarias. En el 90% de los casos, la causa de enfermedad de Parkinson sigue siendo desconocida, aunque la comunidad científica cada vez encuentra más evidencias de que su origen es el resultado de una combinación de factores ambientales en personas genéticamente predisuestas.

Según los especialistas, un buen estilo de vida ayuda a protegernos contra la enfermedad de Parkinson, lo que incluye "realizar ejercicio físico de forma regular, optar por la dieta mediterránea, o controlar la hipertensión y la diabetes tipo 2".

En cuanto a factores de riesgo, "la exposición a pesticidas, a disolventes industriales, a la contaminación del aire, o a infecciones por 'helicobacter pylori' o hepatitis C, también se han asociado, entre otros factores, a un mayor riesgo de desarrollar esta enfermedad". Los especialistas destacaron que "es necesario debatir programas de salud pública que eviten la exposición de la población" a dichos factores.

En el Estadio Infinito,
la emoción nunca acaba con miMovistar



Elige ver todo el deporte



Pásate a miMovistar con todo el deporte,
fibra, 5G, datos ilimitados y M+

Cocinar

Como quitar el resfriado en una noche

• Hace 20 horas

“

como quitar el resfriado en una noche

Contenido Principal



1. Por la mañana: los mejores remedios caseros
 2. Por la tarde: más remedios naturales para cuidarte
 3. Por la noche: cómo curar el resfriado
 4. ¿Y si fuera otra cosa?
1. ¿Cuáles son los síntomas del resfriado?
 1. SIGNOS QUE NO DEBES PASAR POR ALTO...
 2. El catarro es benigno. Sin embargo, puede haber ciertas complicaciones...
 3. ACUDE A URGENCIAS SI...
 2. Top 6 como quitar el resfriado en una noche sintetizado por Información Turística, Alimento, Festival Y Actividades De Viaje
 1. Cómo cortar el resfriado rápidamente
 2. Consejos para curar un resfriado bien y rápido
 3. Cómo curar un resfriado en 24 horas
 4. Cómo curar un resfriado en una noche
 5. 10 consejos para curar un resfriado en solo 24 horas
 6. Cómo eliminar un resfriado

- Donde comer en alcorcon
- Como hacer nieve casera
- Como hacer croissant con hojaldre
- Como quitar el dolor de regla
- Como trabajar en el cni

Cuando llega esta época del año es muy común coger un resfriado. Los cambios de temperatura, la lluvia y el frío son factores clave que nos exponen aún más al odioso catarro y sus consecuencias.

Malestar general, dolor de cabeza o fiebre son solo algunos de los síntomas del resfriado. Por eso, hemos elaborado una guía con los mejores remedios para **decirle adiós al resfriado en un día** y que no sea un impedimento para disfrutar de un estupendo día.

Por la mañana: los mejores remedios caseros

- **Quedarse en casa.** De esta forma, no solo te curarás más rápido, sino que también evitarás contagiar a los demás. En caso de tener alguna enfermedad cardiorrespiratoria crónica (como la EPOC) es aún más importante.
- **Tomar una ducha caliente.** El vapor del agua caliente te ayudará a expulsar la mucosidad y reducir la congestión nasal. Procura inhalar el vapor lentamente y después intenta toser o sonarte para liberar tus vías respiratorias. Según algunos expertos del Centro del Resfriado Común de Cardiff (Reino Unido) meterse 20 minutos en una bañera con agua caliente activa tus defensas y puede frenar el avance del virus en la nariz.
- **Beber zumo de naranja.** La vitamina C protege las mucosas de nariz, faringe y laringe, evitando que se inflamen y produzcan más mucosidad. Además, la vitamina C que encuentras en la naranja o el kiwi puede acortar un día la duración del constipado pues son alimentos que disminuyen la mucosidad. Aquí puedes encontrar más alimentos con vitamina C.
- **Combinar própolis y equinácea.** El própolis te ayudará con el dolor de garganta gracias a sus propiedades antivirales y antiinflamatorias. La equinácea por su parte potenciará las defensas del cuerpo para combatir el virus y las bacterias.
- **Pañuelos de un solo uso.** Aunque te parezca que se puede reaprovechar una vez más, evita volver a tocar un pañuelo ya usado con las manos. De esta forma, según afirman los expertos evitarás ir recontagiándote.

Por la tarde: más remedios naturales para cuidarte

- **Beber mucha agua.** Estar bien hidratada puede ser clave para eliminar la mucosidad, aliviar el dolor de garganta y reponer los líquidos que haya podido perder tu cuerpo si tienes fiebre. Es importante evitar el alcohol, porque deshidrata y podría dificultar tu proceso de recuperación. Puedes añadirle un chorrito de limón si así te resulta más apetecible.
- **Dejar los antibióticos en el botiquín.** Aunque te encuentres fatal y tengas unas décimas de fiebre, evita tomar antibióticos a menos que el médico te los recete. Este medicamento puede debilitar tu sistema inmune y agravar los síntomas del resfriado. En caso de fiebre es mejor tomar analgésicos como el ibuprofeno o el paracetamol.
- **Comer alimentos calientes.** Intenta tomar zumos, verduras o caldos, sobre todo de pollo ya que según un estudio de la Universidad de Nabraska (EE.UU) reduce la inflamación de las mucosas de la nariz, la garganta y los pulmones, aliviando los síntomas del resfriado. Eso sí, sopla cada cucharada. Los alimentos muy muy calientes irritan la garganta y lesionan la mucosa, por lo que tienes menos resistencia frente al virus.
- **Hacer ejercicio suave.** ¿Sabías que el deporte puede ayudar a que te recuperes más rápido del resfriado? Así lo asegura el neumólogo Eusebi Chiner, que explica que “no hace falta que se practique ejercicio extenuante, sino que puede ser un deporte suave. De esa forma estimularás las defensas de tu organismo”. Puedes, por ejemplo, hacer unos estiramientos suaves en casa.
- **Usar agua de mar para despejarte.** Abre tus fosas nasales con agua de mar o suero fisiológico. Echa la cabeza ligeramente hacia atrás, tápate uno de los orificios de la nariz e inspira fuertemente por el otro mientras viertes el agua o el suero. La mucosidad bajará hasta tu garganta y será mucho más fácil expulsarla. Si no quieres gastar dinero, la Asociación Española de Fisioterapeutas propone una solución casera: mezcla una cucharadita de sal por litro de agua.

Por la noche: cómo curar el resfriado

- **Reír con tu serie favorita.** Estar un rato entretenida enfrente de la televisión podría echar una mano a tu sistema inmunitario. Según la Sociedad Española de Neurología, la risa beneficia tu salud mental y física, fortaleciendo tus defensas y aumentando tu umbral del dolor.
- **Preparar la habitación.** Mantén una buena humedad ambiental. Para ello, coloca un recipiente de agua cerca de una fuente de calor para que vaya desprendiendo vapor. Así conseguirás que desaparezca el aire seco que puede irritar tu nariz y tu garganta y aliviar la congestión.
- **Utilizar dos almohadas.** Tener la cabeza ligeramente elevada mientras duermes puede ayudarte a respirar mejor. Lograrás que la mucosidad baje y no se acumule en tu nariz, pecho o garganta.
- **Hacer gárgaras.** Es el típico remedio casero de la abuela pero funciona. Hacer gárgaras te servirá para aliviar la inflamación y el dolor de garganta y para expulsar la mucosidad.

¿Y si fuera otra cosa?

A veces puede costarnos diferenciar un resfriado de la gripe.

La clave para diferenciar resfriado y gripe: Si hay **fiebre** (algo más que unas décimas), dolores musculares y mucho cansancio, entonces es gripe.

Así da la cara. Los síntomas comienzan a las 48 horas de producirse la infección y suelen remitir al cabo de 3-5 días, aunque sigas tosiendo y sintiéndote cansada.

¿Cuáles son los síntomas del resfriado?

No deja de gotear la nariz, los ojos están llorosos, la voz se vuelve ronca, estornudamos con frecuencia y nos suele doler la garganta y también la cabeza. Pero a pesar de lo mal que nos sentimos, no tenemos fiebre; como mucho, unas décimas. Este es el cuadro habitual del resfriado común, una enfermedad leve pero muy frecuente en cuanto empiezan los meses de frío.

Todo empieza en la nariz. Las primeras molestias que aparecen son nasales, y después el resfriado ataca la garganta, la laringe e, incluso, puede pasar a la tráquea y los bronquios.

¿Quién tiene la culpa? Ni los cambios bruscos de temperatura ni la exposición al frío en esta época del año son los responsables del resfriado. Los virus son los únicos culpables.

SIGNOS QUE NO DEBES PASAR POR ALTO...

El catarro es benigno. Sin embargo, puede haber ciertas complicaciones...

- **Fiebre.** Si se mantiene alta durante más de 5 días, debes consultar con un médico, lo mismo que si sigues teniendo problemas para respirar, dolor en pecho, pómulos o frente.
- **Dolor de oídos.** Si dura más de 3 días conviene acudir a la consulta.
- **Expectoración sospechosa.** Si es de color amarillo oscuro, verde o rojo, puede que se haya complicado el resfriado y el médico debe valorar si administrar antibiótico.

ACUDE A URGENCIAS SI....

Sientes hormigueo y mucha debilidad. Si has pasado un catarro o te has puesto la vacuna de la gripe hace poco y notas un cosquilleo en piernas o brazos y te cuesta coordinar tus movimientos o te sientes muy débil, ve a Urgencias. Es un trastorno raro pero podría tratarse del síndrome postviral de Guillain Barré. Se cura, pero si no se trata a tiempo puede poner en grave riesgo la vida del paciente.

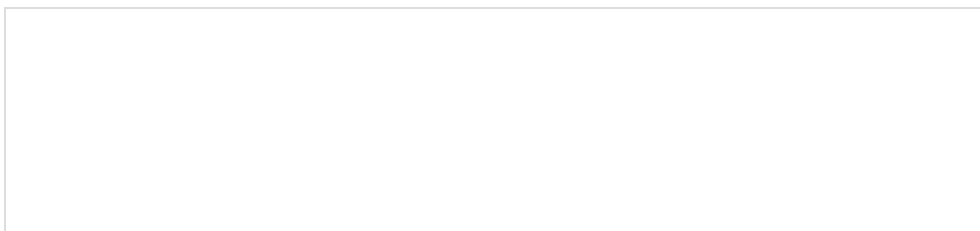
Top 6 como quitar el resfriado en una noche sintetizado por Información Turística, Alimento, Festival Y Actividades De Viaje
Cómo cortar el resfriado rápidamente

- **Autor:** mundodeportivo.com
- **Fecha de publicación:** 10/08/2022
- **Revisión:** 4.67 (333 vote)
- **Resumen:** Cómo quitar la gripe rápido · Desayuno sin lácteos · Alimentación rica en zinc · Toma una ducha caliente · Usa pañuelos desechables · Bebe mucha agua ...
- **Resultados de búsqueda coincidentes:** Malestar general, dolor de cabeza o fiebre son solo algunos de los síntomas del resfriado. Por eso, hemos elaborado una guía con los mejores remedios para decirle adiós al resfriado en un día y que no sea un impedimento para disfrutar de un ...

Consejos para curar un resfriado bien y rápido

- **Autor:** generali.es
- **Fecha de publicación:** 11/13/2022
- **Revisión:** 4.55 (564 vote)
- **Resumen:** ¿Qué es un resfriado y por qué... · Tratamientos y remedios para...
- **Resultados de búsqueda coincidentes:** Además, existen algunos tratamientos para curar el resfriado que mantendrán el dolor de garganta, fiebre y otros síntomas de la enfermedad a raya. Pero, ¿qué medicamento tomar para el resfriado? Para adultos y niños mayores de 5 años, existen ...

Cómo curar un resfriado en 24 horas

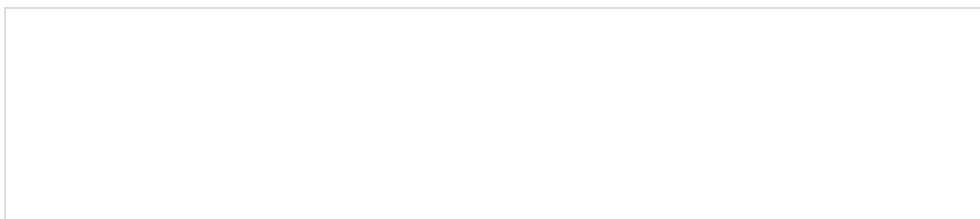


- **Autor:** tuequilibrioybienestar.es
- **Fecha de publicación:** 09/03/2022
- **Revisión:** 4.33 (500 vote)
- **Resumen:** Para saber cómo curar un resfriado es importante tomar, al inicio de un cuadro viral, una serie de medidas para favorecer el sistema ...
- **Resultados de búsqueda coincidentes:** Realmente no es posible. En el sentido estricto de curar, es decir, de un cuadro resuelto totalmente y una eliminación completa de los virus que lo han producido, hay que decir que no, no existe el cómo curar un resfriado en 24 horas. El cuerpo ...

Cómo curar un resfriado en una noche

- **Autor:** salud180.com
- **Fecha de publicación:** 07/07/2022
- **Revisión:** 4.02 (229 vote)
- **Resumen:** Si no funciona... Puedes intentar las siguientes opciones naturales: · 1. Toma una ducha de agua caliente. Esto te permitirá reducir la congestión nasal y aliviar ...
- **Resultados de búsqueda coincidentes:** Realmente no es posible. En el sentido estricto de curar, es decir, de un cuadro resuelto totalmente y una eliminación completa de los virus que lo han producido, hay que decir que no, no existe el cómo curar un resfriado en 24 horas. El cuerpo ...

10 consejos para curar un resfriado en solo 24 horas



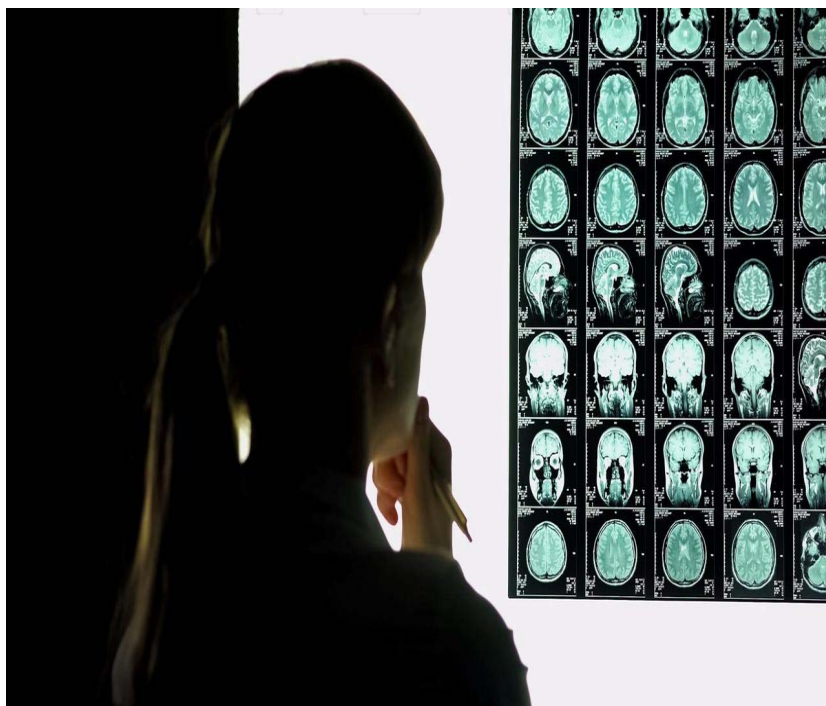
- **Autor:** telemundo.com
- **Fecha de publicación:** 10/26/2022
- **Revisión:** 3.92 (360 vote)
- **Resumen:** 10 consejos para curar un resfriado en solo 24 horas · 1. Beber suficientes líquidos · 2. Toma vitamina C · 3. Prepara un caldo de huesos de res · 4 ...
- **Resultados de búsqueda coincidentes:** Realmente no es posible. En el sentido estricto de curar, es decir, de un cuadro resuelto totalmente y una eliminación completa de los virus que lo han producido, hay que decir que no, no existe el cómo curar un resfriado en 24 horas. El cuerpo ...

Cómo eliminar un resfriado

- **Autor:** vicks.com
- **Fecha de publicación:** 11/09/2022
- **Revisión:** 3.69 (404 vote)
- **Resumen:** Intenta dejar el estrés de lado. Tomarse descansos diarios para meditar puede ayudarte a mantenerte relajado y calmado: Cierra los ojos y concéntrate en tu ...
- **Resultados de búsqueda coincidentes:** Realmente no es posible. En el sentido estricto de curar, es decir, de un cuadro resuelto totalmente y una eliminación completa de los virus que lo han producido, hay que decir que no, no existe el cómo curar un resfriado en 24 horas. El cuerpo ...

[Home](#) ▶ [Health](#) ▶

only 50% of the population would know how to recognize the symptoms

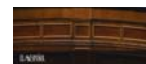


only 50% of the population would know how to recognize the symptoms

James Agee April 13, 2023 Health

Guardar 0

Despite **react in time** is essential for **survive** or not to suffer a **disability** by strokeCurrently, in Spain, only 50% of the population would know how to recognize the symptoms of this disease, according to the Spanish Society of Neurology (SEN). It is estimated that **one in six people** will have throughout his life this pathology, an alteration of the **brain circulation** that compromises the supply of blood to the brain causing the



["confusion, inequality and legal uncertainty"](#)

March 27, 2023

"The projected standard goes beyond the constitutional framework and creates ...



[Elderly care tailored to your needs](#)

March 27, 2023

Taking good care of the elderly is knowing respond to ...



["Brussels presents an electrical](#)

[reform that has ...](#)

March 27, 2023

"The electrical reform proposed by Brussels does not have many ...



consequent neuronal damage.

Right now the first cause of **disability** acquired in adults and the second cause of **mortality**, the first in the case of women. In Spain it affects more than **120.000 personas** and causes death or severe disability in a high percentage of cases.

Los **symptoms** The most common, according to the University Clinic of Navarra, are:

- Loss of strength in the middle of the body (face, arm and leg on the same side)
- difficulty speaking
- Loss of sensation or tingling in one half of the body
- sudden loss of vision in one eye
- Very severe headache that is different from usual

Jose Miguel Lainez president of the SEN, remember that only by adequately controlling modifiable risk factors could prevent up to 90% of stroke cases. The Stroke Foundation proposes a series of measures to reduce and prevent the risk of suffering a stroke, based on scientific evidence and the standards of the European organization Stroke Alliance for Europe (SAFE). Are:

- Give up smoking
- lower blood pressure
- control weight
- Follow a balanced diet
- Do physical exercise regularly
- Control sugar intake
- Moderate alcohol consumption
- Avoid stress
- take your pulse
- monitor cholesterol

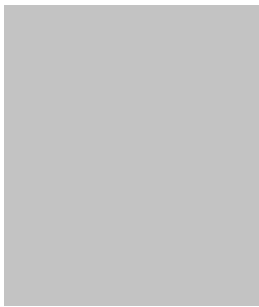
[Also Read:](#)



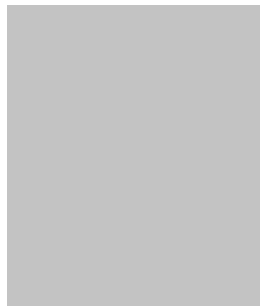
Ethnicity influences the effect of drugs

In the opinion of the president of the Freno al Ictus Foundation, **Julio Agredano** the sum of efforts between civil and scientific society is essential to achieve a significant change in the fight against this disease. Precisely, to develop projects that have the objective of **reduce the high incidence** del hit his organization and hea SEN have renewed their collaboration agreement to promote new activities and projects related to the prevention, treatment and **awareness** of this pathology in society. They have also committed to carrying out actions that promote the health and quality of life of those affected and their families.

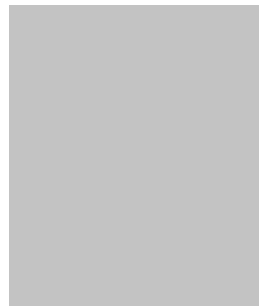
Related Posts



The Karlos Arguiñano smoothie that helps to lose weight, fights aging and gives happiness



the most effective weapon to prevent respiratory diseases



These two unknown factors that sabotage your sleep increase the risk of stroke and Alzheimer's

About The Author









Su fuente de conocimiento farmacológico

Buscar



[Indices](#) [Vademecum Box \(/box-es\)](#) [Noticias \(/noticias-generales-1\)](#)

[Productos \(/productos-vademecum\)](#)

[INICIO \(/\)](#) / [ULTIMA INFORMACION - NOTICIAS GENERALES \(/NOTICIAS-GENERALES-1\)](#)

[Indices](#) [Vademecum Box \(/box-es\)](#) [Noticias \(/noticias-generales-1\)](#)

[Productos \(/productos-vademecum\)](#)

[Conéctate \(/vademecum_auth?redirect=https://www.vademecum.es/noticia-230413-nbatir+la+primera+causa+de+discapacidad+adquirida+en+el+adulto+en+Espa+ntilde+a_17605\)](#)

[Regístrate \(/vademecum_register?redirect=https://www.vademecum.es/noticia-230413-nbatir+la+primera+causa+de+discapacidad+adquirida+en+el+adulto+en+Espa+ntilde+a_17605\)](#)

Última Información

[Principios Activos \(/noticias-principios-activos-1\)](#) [Alertas \(/noticias-alertas-1\)](#)

[Problemas Suministro \(/noticias-problemas-suministro-1\)](#)

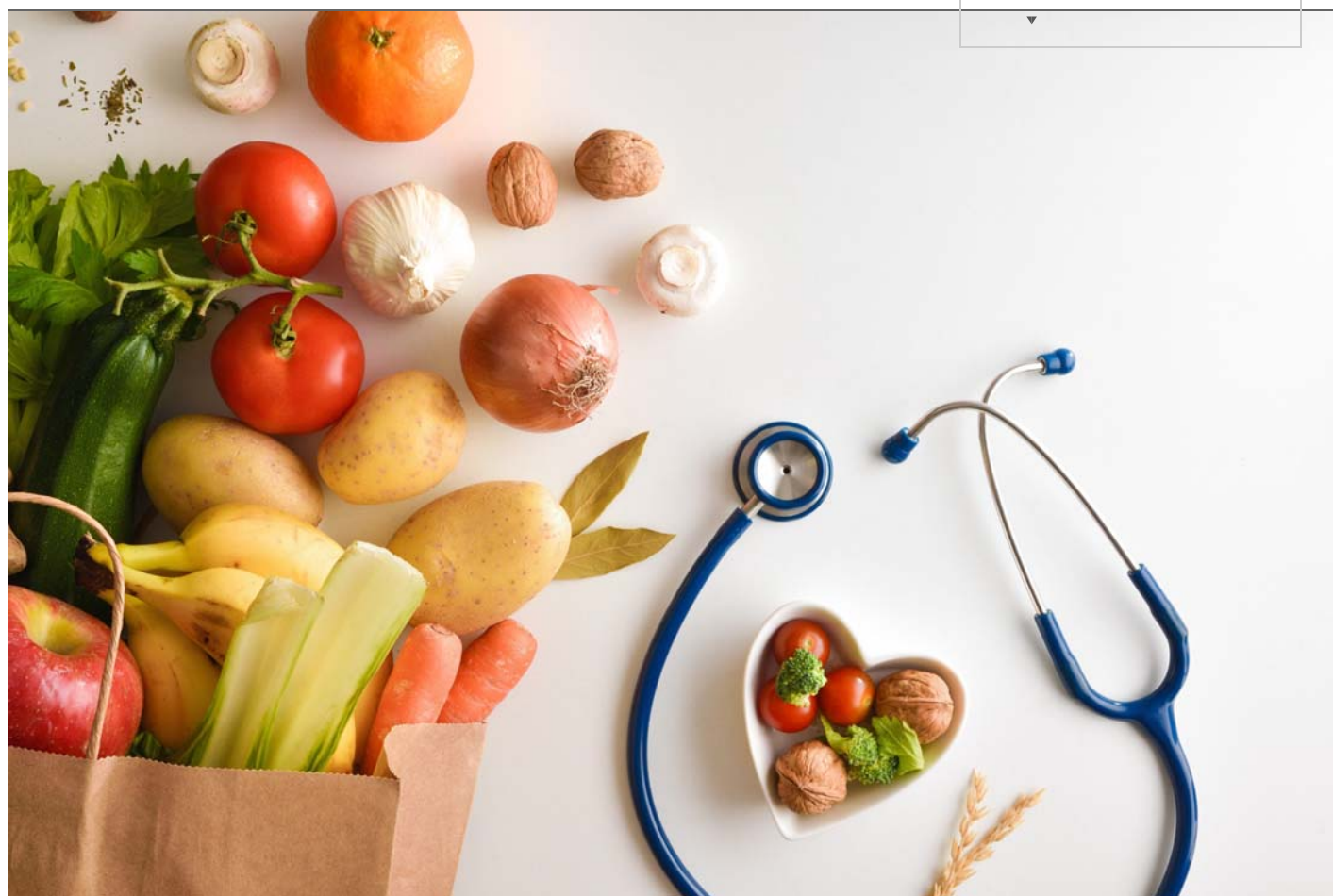
[Actualización monografías Principios Activos \(/noticias-atcmodificados-1\)](#)

[Noticias \(/noticias-generales-1\)](#)

La Sociedad Española de Neurología y la Fundación Freno al Ictus renuevan su compromiso para combatir la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto en España

VADEMECUM - 13/04/2023 ASOCIACIONES MÉDICAS (/busqueda-noticias-categoria_15-1)

En España, el ictus afecta a más de 120.000 personas, y en un alto porcentaje de los casos provoca la muerte o una discapacidad grave El ictus es una alteración de la circulación cerebral que provoca daño neuronal. Se estima que una de cada seis personas tendrá un ictus a lo largo de su vida. El ictus es actualmente la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto. La segunda causa de mortalidad en España y la primera en el caso de las mujeres. La suma de fuerzas entre la sociedad científica y la sociedad civil es esencial para conseguir un cambio en la atención al ictus.



La Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Fundación Freno al Ictus han renovado su convenio de colaboración para seguir impulsando actividades y proyectos relacionados con la prevención, tratamiento y concienciación del ictus en la sociedad.

Este convenio supone un paso más en la colaboración entre la SEN y la Fundación Freno al Ictus para desarrollar proyectos que tengan el objetivo de reducir la alta incidencia del ictus en nuestro país. Además, ambas entidades se comprometen a llevar a cabo acciones que promuevan la salud y la calidad de vida de los afectados y sus familias.

El presidente de la Fundación Freno al Ictus, Julio Agredano, ha mostrado su satisfacción por la renovación de este convenio, destacando la importancia de seguir trabajando juntos para concienciar sobre el ictus y mejorar la atención a los afectados. Agredano ha subrayado que la suma de esfuerzos entre la sociedad civil y científica es esencial para lograr un cambio significativo en la lucha contra esta enfermedad, y que este convenio es un paso más en la dirección correcta. Además, ha agradecido a la sociedad científica su compromiso en la prevención y tratamiento del ictus y ha mostrado su entusiasmo por seguir colaborando en nuevos proyectos en el futuro.

Por su parte, el Dr. José Miguel Láinez, presidente de la SEN, ha señalado la relevancia de que este tipo de acuerdos sirvan también para fomentar la prevención del ictus y para trabajar en que la población sepa identificar correctamente sus síntomas. El Dr. Láinez recordó que sólo controlando adecuadamente los factores de riesgo modificables se podría prevenir hasta el 90% de los casos de ictus, y que, a pesar de que reaccionar a tiempo es esencial para sobrevivir o para no sufrir una discapacidad por ictus, actualmente, en España, solo un 50% de la población sabría reconocer los síntomas de esta enfermedad. Por lo tanto, confía en que iniciativas como ésta ayuden a poner freno a esta enfermedad.

El ictus es una alteración de la circulación cerebral que compromete la llegada de sangre al cerebro provocando el consiguiente daño neuronal. Se estima que una de cada seis personas tendrá un ictus a lo largo de su vida, siendo actualmente la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto. Además, es la segunda causa de mortalidad, la primera en caso de las mujeres, y que afecta a más de 120.000 personas en España, provocando la muerte o una discapacidad grave en un porcentaje elevado de los casos.

La duración del convenio será de tres años, prorrogable por periodos de igual duración, por acuerdo expreso de ambas partes. Todas las iniciativas en las que ambas entidades colaboran actualmente continuarán sin cambios.

Fuente: Sociedad Española de Neurología (SEN)

Enlaces de Interés