

Noticias locales

# España lucha contra una 'epidemia' de creciente privación del sueño



Ray Richard • Hace 11 horas 🔥 2 📖 3 minutos de lectura



El post España está luchando contra una 'epidemia' de creciente falta de sueño apareció primero en InSpain.news.

[Jannah Theme](#) License is not validated, Go to the theme options page to validate the license, You need a single license for each domain name.

sueño y trastornos del sueño. Esta «epidemia de sueño» conduce a una amplia gama de problemas de salud y reduce la calidad de vida.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología, más de 4 millones de personas sufren algún tipo de trastorno del sueño crónico y grave. Además, más de 12 millones "no descansan lo suficiente". La conclusión es que en España, el 48% de la población adulta y el 25% de los niños no duermen bien, lo que supone privación del sueño. Además, el 45% de la población sufrirá algún trastorno grave del sueño en algún momento.

## El mayor consumo de benzodiazepinas

Además, España es el país del mundo con mayor consumo de benzodiazepinas. Se trata de un fármaco frecuentemente prescrito para mejorar el sueño debido a su efecto ansiolítico, hipnótico y relajante muscular. El problema es que las benzodiazepinas pueden ser adictivas con el uso a largo plazo. El cuerpo puede acostumbrarse y volverse tolerante a la medicación. Esto puede conducir al desarrollo de una adicción, donde el cuerpo se vuelve dependiente de la medicación para funcionar normalmente. Suspender el medicamento abruptamente puede provocar síntomas de abstinencia, como ansiedad, insomnio, irritabilidad y, en algunos casos, incluso convulsiones.

## Trastornos del sueño más comunes

El insomnio, las pesadillas, la apnea del sueño o el sonambulismo son algunos de los trastornos del sueño más comunes. Sin embargo, hay casi 100 clasificados. La privación del sueño se puede prevenir o tratar. En España, sin embargo, menos de un tercio de las personas que la padecen buscan ayuda profesional.

Según los investigadores (fuente), factores como el cambio de estilos de vida, el estrés y la exposición a pantallas antes de dormir han contribuido a la creciente prevalencia de los trastornos del sueño en el país. Además, los datos muestran que a muchos españoles les cuesta dormir la cantidad recomendada de 7 a 9 horas por noche.

## Problemas de salud

La privación del sueño y los trastornos del sueño están relacionados con numerosos problemas de salud, incluido un mayor riesgo de enfermedades cardíacas, diabetes, obesidad y afecciones de salud mental como la depresión y la ansiedad. Además, la falta crónica de sueño puede provocar problemas de concentración, problemas de memoria y un rendimiento reducido en el trabajo o la escuela.

## Recomendaciones de expertos para una mejor higiene del sueño

Los expertos en salud destacan la importancia de la higiene del sueño. Por lo tanto, abogan por una mayor concienciación y educación sobre la importancia de un sueño adecuado para la salud y el bienestar general. Algunas recomendaciones para mejorar el sueño incluyen:

- Mantener un horario de sueño regular
- Creando un ambiente tranquilo y cómodo para dormir.
- Evitar la cafeína y las comidas pesadas antes de acostarse
- Limitar la exposición a las pantallas por las noches

## Medidas y atención especializada requerida

A la luz de esta tendencia preocupante, los investigadores recomiendan que tanto las personas como la sociedad en su conjunto tomen medidas para mejorar la calidad del sueño y abordar los

medidas preventivas son esenciales. También se debe aumentar el acceso a la atención especializada para limitar las consecuencias de esta 'epidemia de sueño' y asegurar la salud y el bienestar general de la población española.

## ¿Qué hay de la siesta?

Es un error común pensar que la gente en España duerme más que otros europeos debido al fenómeno de la siesta. La siesta es tradicionalmente una siesta corta por la tarde que se toma después del almuerzo. Aún así, es importante señalar que esta costumbre se ha vuelto menos común en los tiempos actuales y ciertamente en las ciudades más grandes y entre las generaciones más jóvenes.

El trabajo y estilo de vida actual en España ha provocado un declive en la cultura de la siesta. Muchas personas trabajan a tiempo completo y no tienen tiempo para una siesta durante la jornada laboral. Además, España sigue siendo uno de los países europeos con jornadas laborales más largas, lo que limita aún más el tiempo disponible para dormir y relajarse.

En los últimos años, se ha hablado en España de ajustar los horarios de trabajo y sincronizarlos con el resto de Europa para promover una mejor conciliación de la vida laboral y personal y mejorar los hábitos de sueño.

**Lea también:** Valencia prueba la semana laboral de cuatro días  
El post España está luchando contra una 'epidemia' de creciente falta de sueño apareció primero en InSpain.news.





Inicio > Noticias

## ¿Cómo puede el CBD alegrarte el día sin colocarte?

Por **Redacción** - abril 25, 2023



### Tabla de contenidos



1. El cannabidiol (CBD) es una sustancia derivada de la planta del cáñamo y que sólo contiene cantidades mínimas de tetrahidrocannabinol (THC), concretamente menos del 0,3%.
2. Cómo el CBD puede ayudar a mejorar el estado de ánimo
3. El CBD ayuda a combatir el estrés y la ansiedad
4. El CBD mejora la calidad del sueño de forma natural
5. El CBD ayuda a aliviar el dolor crónico y puntual
6. El CBD y tu felicidad
7. Acerca del autor
8. Redacción

El cannabidiol (CBD) es una sustancia derivada de la planta del cáñamo y que sólo contiene cantidades mínimas de tetrahidrocannabinol (THC),

## concretamente menos del 0,3%.

Aunque el CBD y el THC tienen estructuras químicas casi idénticas, el CBD no contiene ninguna de las propiedades psicoactivas que tiene el THC. Hoy en día, el CBD se vende en forma de aceites de espectro completo, resinas y pólenes de CBD, así como flores de CBD 100% naturales. Los consumidores pueden comprar [CBD de calidad en CBDSOL](#), la tienda online de referencia para comprar CBD en España.

Los estados de ánimo son bastante complejos y están intrínsecamente ligados a nuestras emociones. A veces nos sentimos felices y otras nos sentimos tristes o desanimados. **Los diferentes estados de ánimo pueden ser provocados por muchos factores distintos**, como la falta de sueño, la acumulación de estrés, las interacciones con las personas del entorno, el clima o los cambios hormonales. Conseguir y mantener un estado de ánimo positivo puede ser difícil, pero existen herramientas que se pueden utilizar para mejorar el estado de ánimo. Una de esas herramientas que se está haciendo muy popular es el CBD, ya que es un compuesto natural y efectivo que ayuda a mejorar el estado de ánimo y con escasos efectos secundarios.

## Cómo el CBD puede ayudar a mejorar el estado de ánimo

El sistema endocannabinoide (SEC) desempeña un papel crucial en el mantenimiento del equilibrio del organismo, incluida la regulación del estado de ánimo. Este sistema comprende una red de receptores, enzimas y endocannabinoides que ayudan a mantener la homeostasis. **El CBD interactúa con el SEC principalmente influyendo en la actividad de los receptores CB1 y CB2**, que se encuentran en diferentes partes del cuerpo y regulan el estado de ánimo, la respuesta al estrés y la inflamación. De esta forma, el CBD estimula el SEC para que produzca más cannabinoides y aumenta la sensación general de bienestar.

**Marihuana e Inteligencia**

**Te puede interesar: Artificial: en busca de**

## Interesar **nuevos colocones**

Aquí hay tres formas en que el CBD puede ayudar a mejorar tu estado de ánimo y alegrarte el día sin colocarte:

### El CBD ayuda a combatir el estrés y la ansiedad

En la sociedad actual, el estrés y la ansiedad son trastornos mentales cada vez más frecuentes entre la población española. El estrés laboral y muchas otras dificultades que se pueden encontrar en la vida pueden provocar ataques temporales de ansiedad. **Combatir el estrés y la ansiedad es fundamental para ser más feliz.** Es ahí donde entra en juego el CBD. Diversos estudios señalan que el CBD puede ayudar a reducir los síntomas de la ansiedad. Uno de los beneficios más interesantes del CBD son los efectos ansiolíticos y antidepresivos que tiene en las personas. De esta forma, el CBD disminuye los niveles de ansiedad, lo que se traduce en un mejor control de las emociones y una sensación de mayor relajación.



### El CBD mejora la calidad del sueño de forma natural

Descansar bien es fundamental para empezar el día feliz y con más energía. Por desgracia, si tienes un mal día, lo más probable es que tu estado de ánimo triste y decaído haga que sea más difícil conciliar el sueño por la noche. Cuando no duermes lo suficiente o tienes una noche de insomnio, tiendes a ser más irascible, irritable y vulnerable al estrés. Por suerte, **el CBD puede ayudar a calmar el estrés y los pensamientos ansiosos antes de acostarse.** Por este motivo, no es de extrañar que muchos consumidores utilicen aceites de CBD cada noche para relajarse antes de dormir. Este tipo de productos de CBD mejoran la calidad del sueño de forma natural y permiten comenzar la mañana con el mejor pie.

## El CBD ayuda a aliviar el dolor crónico y puntual

En España, el 32% de la población adulta padece algún tipo de dolor y el 11% lo padece de manera crónica, según datos de la [Sociedad Española de Neurología](#) (SEN). El dolor, ya sea crónico o puntual, puede provocar molestias incluso al realizar las tareas cotidianas, lo que puede tener un impacto negativo en el estado de ánimo. Por suerte, el **CBD tiene propiedades antiinflamatorias y analgésicas**. De esta forma, los productos de CBD, como los aceites de espectro completo y las cremas de CBD, ayudan a aliviar el dolor y permiten afrontar el día a día con felicidad

### Sorprendentes resultados

**Te puede interesar en los análisis de aceites comerciales de CBD**

## El CBD y tu felicidad

Aunque puede que el CBD no te haga sentir directamente “más feliz”, puede ayudar a mejorar el estado de ánimo y el bienestar general reduciendo el estrés y la ansiedad, mejorando la calidad del sueño y aliviando el dolor crónico y puntual. De esta forma, **el CBD elimina las emociones negativas y contribuye a generar emociones positivas**. Todo lo que tienes que hacer para aprovechar los beneficios del CBD para mejorar tu estado de ánimo es elegir el producto de CBD adecuado, dependiendo de tu estilo de vida y tus preferencias personales, y empezar con una dosis baja y aumentarla gradualmente según sea necesario, prestando especial atención a cómo responde tu cuerpo.

## Acerca del autor

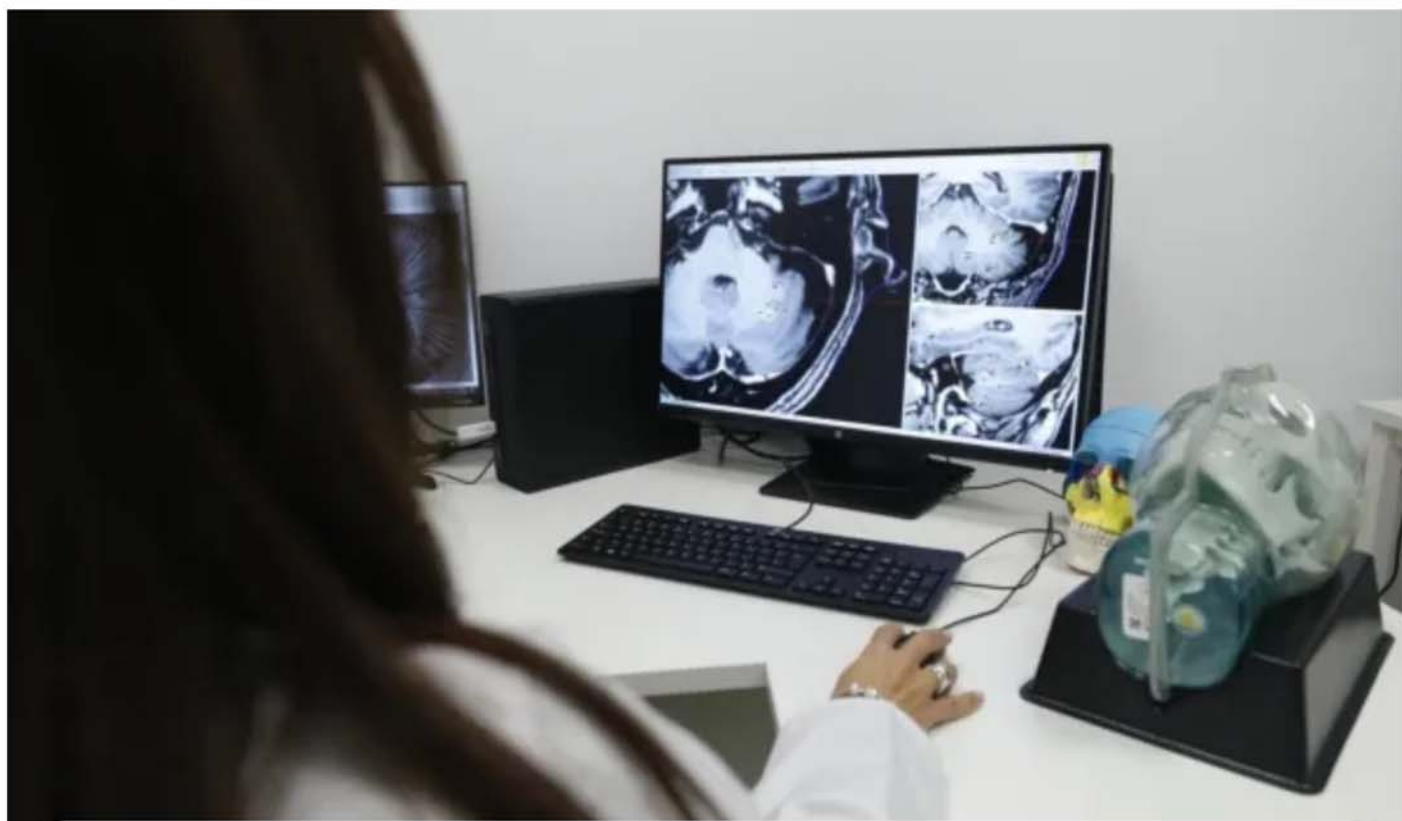
 **Biografía**

 **Artículos relacionados**



### Redacción

Muchos años luchando en la sombra para que el cannabis florezca al sol.



Metges miren un TAC del cervell / EP

4'

Salut

## Els experts criden a vacunar-se contra la meningitis per l'augment de casos

En l'última temporada epidèmica, els casos de meningitis bacteriana han augmentat un 10%







**Ivet Nuñez**

24/04/2023 19:10

La **meningitis** continua produint casos greus a l'estat espanyol. Concretament, un 10% del total de mil casos que es diagnostiquen cada any arriben a ser greus. Es tracta d'una malaltia que afecta el cervell i la medul·la espinal i que pot provocar, fins i tot, la mort. Els experts alerten d'una **tendència ascendent en la xifra de casos**, ja que malgrat que durant la **Covid-19** la incidència va disminuir dràsticament, un cop superada la pandèmia han tornat a repuntar els casos. En l'última temporada epidèmica, **els casos de meningitis bacteriana han augmentat un 10%**.

La majoria de casos de meningitis les causa un virus, però també n'hi ha produïdes per fongs i bacteris, que normalment són més greus. La secretària del grup d'estudi de neurologia crítica de la Societat Espanyola de Neurologia, **Marta Guillán**, apunta que els virus digestius i l'herpes són els que provoquen la majoria de casos de meningitis vírica, mentre que darrere de les bacterianes hi ha els pneumococs i meningococs.

PUBLICIDAD



“La majoria d’agents que produeixen meningitis es transmeten per via respiratòria, per això **minimitzar el contacte, utilitzar mascaretes i augmentar la higiene de mans** durant la pandèmia va fer descendir els casos”, explica Guillán, que assenyala que haver superat la pandèmia ha provocat que actualment estiguin tornant a créixer els casos de meningitis.

## Vacunar-se, essencial per a la prevenció

En el **Dia Mundial de la Meningitis**, que és aquest dilluns, els experts confien que la vacunació dels nens i la incorporació de la vacuna contra el meningococ B en el calendari vacunal infantil mitigarà aquest increment de casos. “La millor prevenció contra la meningitis continua sent la vacunació”, insisteix. De fet, la societat de la qual és membre promou la **consecució d’un calendari únic de vacunacions** a totes les comunitats per garantir l’equitat en la prevenció de la malaltia.



Vacunar-se és essencial per a la prevenció de la meningitis, perquè encara que



**menors de 5 anys i els joves d'entre 15 i 24 anys** i també persones que pateixin alguna malaltia que comprometi el seu sistema immunitari o que visquin en entorns comunitaris o d'amuntegament", explica Guillán.



Una infermera posa una vacuna / EP

## Primera causa de mort per infecció en nens i adolescents

La meningitis és la primera causa de mort per infecció en nens i adolescents. La que major mortalitat provoca és la meningocòccica. L'**Organització Mundial de la Salut** (OMS) estima que un 10% de les persones que desenvolupen aquest tipus de meningitis mor i que el 20% presenta complicacions greus. Aquesta malaltia afecta especialment els països amb baix nivell econòmic, però és un problema mundial de salut pública. Per això l'OMS té tres objectius:





- Erradicar les epidèmies de meningitis bacteriana
- Reduir un 50% els casos i un 70% les defuncions amb la vacunació
- Reduir la discapacitat i millorar la qualitat de vida després d'una meningitis



[suracapulco.mx](https://suracapulco.mx)

# Aumentan en España los casos de meningitis bacteriana un 10% en el último año - El Sur Acapulco

## suracapulco | Noticias Acapulco Guerrero

3-4 minutos

---

Europa Press

Madrid

Durante los años de pandemia, debido a las medidas de protección contra el Covid-19, la incidencia de la meningitis disminuyó drásticamente, pero han vuelto a repuntar los casos. En la última temporada epidémica se ha producido un incremento del 10 por ciento en los casos de meningitis bacteriana, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). “Confiamos en que la vacunación sistemática de los niños, y más con la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil de todas las comunidades autónomas, mitigará esta tendencia creciente”, indicó la secretaria del Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología, Marta Guillán.

Con motivo del Día Mundial de la Meningitis, que se conmemora el 24 de abril, la SEN ha recordado que se trata de una enfermedad caracterizada por la inflamación de las

membranas (meninges) que recubren el cerebro y la médula espinal y que, si se desarrolla de forma grave, puede provocar la muerte y ocasionar graves complicaciones y secuelas. Según datos de la SEN, cada año se declaran unos mil casos de meningitis en España, de los cuales, un 10 por ciento son muy graves.

“Aunque la gran mayoría de las meningitis están causadas por virus, las provocadas por bacterias y hongos suele ser las más graves”, explica Guillán. “En España, los virus digestivos (enterovirus) y los del herpes, son los que, con más frecuencia, están detrás de la mayoría de casos de meningitis vírica; mientras que neumococos y meningococos, son las causas más comunes de meningitis bacteriana”, añade la especialista. Desde la SEN apuntan que en España el número de casos de meningitis no es especialmente alto, aunque desde el año 2014 se observa una tendencia ascendente, principalmente debido a un incremento de los casos de meningitis meningocócica por los serogrupos W e Y.

Los expertos aseguran que la mejor prevención contra la meningitis sigue siendo la vacunación. Por eso, desde la SEN insisten en la importancia de seguir las recomendaciones del calendario común de vacunación a lo largo de la vida. Además, la SEN, junto con distintas asociaciones médicas promueven la consecución de un calendario único de vacunaciones para asegurar la equidad en la prevención de la enfermedad.

“Estimamos que alrededor de un 20 por ciento de la población puede ser portadora de alguna de las bacterias que provocan las meningitis más graves. Y aunque la gran mayoría de estas personas no desarrollarán la enfermedad, si pueden transmitirla a otras personas más vulnerables y/o predispuestas”, comenta Guillán. “Los grupos de mayor riesgo son los niños menores de 5 años y los jóvenes de entre 15 y 24 años y también personas

que padezcan alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunitario o que vivan en entornos comunitarios o de hacinamiento. En todo caso, cualquier persona sana, y sobre todo si no está vacunada, puede contraer meningitis”, explica la experta.

## ¿Sabías que la meningitis va en aumento? síntomas, a qué edades afecta y qué secuelas deja – .

Monday 24th April 2023 08:30 AM



---

En 2008, las asociaciones que forman parte de la “Confederación de Organizaciones de Meningitis (CoMO)&rdquor; Decidieron crear el Día Mundial de la Meningitis con el objetivo de dedicar un día a concienciar sobre esta enfermedad, y hacerlo a nivel mundial.

Fue un paso para lograr un objetivo fundamental que se propusieron, junto con la OMS, y que bautizaron como “Derrotar a la Meningitis para el 2030”.

Se trataba de diseñar una hoja de ruta global para avanzar hacia un mundo sin meningitis.

Por supuesto que no podemos dejarnos engañar. La meningitis tiene muchas causas diferentes y sabemos que no habrá un mundo sin meningitis porque no se puede eliminar ni erradicar. Pero como dice el documento publicado por la OMS:

- **“Estamos decididos a acercarnos lo máximo posible a ese objetivo”**;

Y para ello establecieron 3 objetivos:

1. **Eliminar epidemias de meningitis bacteriana**
2. **Reducir el número de casos de meningitis bacteriana prevenible en un 50 % a través de la vacunación y reducir las muertes en un 70 %**
3. **Reducir la discapacidad y mejorar la calidad de vida después de la meningitis**

Y aunque hace un año decidieron cambiar la fecha del Día Internacional de la Meningitis del 24 de abril original al 5 de octubre, este año vamos a tener presente esta enfermedad en ambas fechas (ahora y dentro de 6 meses), debido a la importancia de la conciencia y porque los datos actuales no son los mejores para la esperanza.

Además, desde hoy y hasta el día 30, la OMS organiza la “Semana Mundial de la Inmunización”

## **La causa número uno de muerte por infección en niños y empeoramiento**

La meningitis es una enfermedad causada por virus, bacterias u hongos, que provocan la inflamación de las membranas que recubren el cerebro (meninges) y la médula espinal.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN):

- **Cada año se notifican en España unos 1.000 casos de meningitis, de los cuales el 10% son muy graves. Casos que pueden causar la muerte o dejar secuelas muy graves al paciente.**

De hecho, esta patología es la primera causa de muerte por infección en niños y adolescentes, siendo la meningitis meningocócica la que provoca mayor mortalidad.

¿Cómo explicas la Dra. Marta Guillán Secretario del Grupo de Estudio de Neurología

Crítica e Intensiva de la SEN:

- **“La gran mayoría de las meningitis son causadas por virus, pero las causadas por bacterias y hongos suelen ser las más graves”**,
- **“En España, los virus digestivos (enterovirus) y los virus del herpes son los que con mayor frecuencia están detrás de la mayoría de los casos de meningitis viral; mientras que los neumococos y los meningococos son las causas más habituales de meningitis bacteriana”**; añade.

Afortunadamente, en nuestro país el número de casos detectados cada año no es preocupante. Pero es el hecho de que desde 2014 se observa una tendencia al alza, principalmente por un aumento de casos de meningitis meningocócica por los serogrupos W e Y.

Y aunque llevamos tres años de descenso drástico de casos gracias a las medidas de protección frente al COVID-19, el fin de la pandemia, de las mascarillas, de las distancias y de una menor atención a la higiene de manos, ha provocado un repunte de los casos registrados.

“La gran mayoría de los agentes que causan la meningitis se transmiten por vía respiratoria. Por eso, minimizar el contacto cercano entre personas, usar mascarillas, aumentar la higiene de manos, etc., son medidas que también redujeron los casos de meningitis”, dice la especialista.

- **“Una vez que nos hemos relajado en las medidas higiénicas adquiridas en la pandemia, estamos viendo de nuevo cómo crecen los casos de meningitis”**.
- **“En la última temporada epidémica se ha producido un aumento del 10% en los casos de meningitis bacteriana”**;

A pesar de estos datos, el doctor Guillan confía “en que la vacunación sistemática de los niños, y más aún con la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario de vacunación infantil de todas las comunidades autónomas, mitigará esta tendencia creciente”.

## La importancia de la vacunación

Actualmente, la mejor prevención contra la meningitis sigue siendo la vacunación. Por ello, la SEN quiere insistir en la importancia de seguir las recomendaciones del calendario vacunal común a lo largo de la vida.

Además, la SEN, junto a diferentes colegios médicos, está tratando de promover la consecución de un calendario único de vacunación en todas las comunidades para garantizar la equidad en la prevención de la enfermedad ya que, como comenta la Dra. Marta Guillán

- **“Estimamos que alrededor del 20% de la población puede portar algunas de las bacterias que causan la meningitis más grave. Y aunque la gran mayoría de estas personas no desarrollarán la enfermedad, pueden transmitirla a otras personas más vulnerables y/o predispuestas”.**
- **“Los colectivos de mayor riesgo son los niños menores de 5 años y los jóvenes de entre 15 y 24 años y también las personas que padecen alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunológico o que viven en entornos comunitarios o hacinados”.**

Pero este experto insiste en que “cualquier persona sana, y especialmente si no está vacunada, puede contraer meningitis”.

## Principales complicaciones de la meningitis

Aunque en el 90% de los casos la enfermedad es leve, en el porcentaje restante las complicaciones y secuelas de la meningitis pueden ser muy graves.



europapress / epturismo / hoteles

## Ilunion Hotels obtiene la certificación 'Espacios Cerebroprotegidos' de la Fundación Freno al Ictus



Europa Press Turismo



✉ Newsletter

En España, el ictus afecta a más de 120.000 personas y, en un momento dado, puede causar la muerte o una discapacidad grave

MADRID, 25 Abr. (EUROPA PRESS) - Ilunion Hotels, compañía por la que he trabajado, ha obtenido la certificación de Espacio Cerebroprotegido otorgada por la Fundación Freno al Ictus, según informó la hotelera este

Esta certificación para crear ambientes seguros ha capacitado a los hoteles a nivel nacional con una formación online especialmente diseñada para cumplir los estándares de accesibilidad que Ilunion Hotels exige en todas las

Te puede interesar



**Detenidos los 5 autores de un robo en un centro comercial de Murcia tras una...**

Leer ahora

Esta formación ha permitido a Ilunion Hotels convertirse en la primera compañía hotelera en obtener dicha certificación. La formación recibida permite la identificación, estabilización y actuación adecuada en caso de presentarse un episodio de ictus en los hoteles o en su entorno familiar y social, reforzando así el compromiso de la compañía con la salud cerebral de sus empleados y clientes.

El presidente de la Fundación Freno al Ictus, Julio Agredano, destacó la importancia de la iniciativa de certificar a las empresas como Espacios Cerebroprotegidos, ya que no solo implica la formación interna de los empleados, sino también la capacitación para identificar un ictus y saber cómo actuar en su entorno.

El 80% de las personas que son atendidas en las cuatro primeras horas no presentan secuelas o, de hacerlo, éstas serían moderadas. Por ello se considera fundamental que sectores de actividad que están en continuo contacto con el público, como son los hoteles, se sumen a iniciativas como estas para que estar más preparados en caso de que un ictus ocurra en su entorno.

Con esta iniciativa, la Fundación Freno al Ictus busca promover la conciencia y la capacitación en la detección temprana y la respuesta adecuada al ictus en el entorno laboral y social, con el objetivo de reducir su impacto y mejorar la atención a las personas afectadas.

Con esta certificación se resalta la importancia de la actuación rápida y adecuada ante la posible aparición de síntomas de un ictus en compañeros, clientes o familiares. El objetivo es salvar vidas y prevenir secuelas, lo cual se logra mediante la activación inmediata del protocolo 'Código Ictus' a través del servicio de emergencia 112.

El ictus es una enfermedad cerebrovascular que afecta a más de 100.000 personas al año en España. Es la primera causa de muerte en mujeres y la segunda principal causa de discapacidad en adultos. Sin embargo, la buena noticia es que el 90% de los casos de ictus son prevenibles.

## ESPACIO CEREBROPROTEGIDO

Esta es una certificación obtenida a través de una formación online desarrollado con la colaboración de la Sociedad Española de Neurología y de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV) y for 'People' el cuál cuenta con el aval social de la propia sociedad civil de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo y de Servicios de Prevención Laboral (AESPLA).

Espacio Cerebroprotegido pretende acelerar la cadena de supervivencia, siendo el primer eslabón de la cadena del 'código ictus', cualquier persona

### Te puede interesar



**Detenidos los 5 autores de un robo en un centro comercial de Murcia tras una...**

[Leer ahora](#)

ictus dando la voz de alarma.

Te puede interesar



**Detenidos los 5 autores de un robo en un centro comercial de Murcia tras una...**

Leer ahora

MUNDO

## Los casos de meningitis bacteriana aumentan 10% en el último año

By: Diana

abril 25, 2023

Durante los años de pandemia, debido a las medidas de protección contra el covid-19, la incidencia de la meningitis disminuyó drásticamente, pero han vuelto a repuntar los casos. En la última temporada epidémica se ha producido un incremento del 10% en los casos de meningitis bacteriana, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).

“Confiamos en que la vacunación sistemática de los niños, y más con la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil de todas las comunidades autónomas, mitigará esta tendencia creciente”, indicó la secretaria del Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología, Marta Guillán.

Con motivo del Día Mundial de la Meningitis que se celebra el 24 de abril, la SEN recordó que se trata de una enfermedad caracterizada por la inflamación de las membranas (meninges) que recubren el cerebro y la médula espinal y que, si se desarrolla de forma grave, puede provocar la muerte y ocasionar graves complicaciones y secuelas. Según datos de la SEN, cada año se declaran unos mil casos de meningitis en España, de los cuales, un 10% son muy graves.

“Aunque la gran mayoría de las meningitis están causadas por virus, las provocadas por bacterias y hongos suele ser las más graves”, explica Guillán. “En España, los virus digestivos (enterovirus) y los del herpes, son los que, con más frecuencia, están detrás de la mayoría de casos de meningitis vírica; mientras que neumococos y meningococos, son las causas más comunes de meningitis bacteriana”, añade la especialista.

Desde la SEN apuntan que en España el número de casos de meningitis no es especialmente alto, aunque desde el año 2014 se observa una tendencia ascendente, principalmente debido a un incremento de los casos de meningitis meningocócica por los serogrupos W e Y.

Los expertos aseguran que la mejor prevención contra la meningitis sigue siendo la vacunación. Por eso, desde la SEN insisten en la importancia de seguir las recomendaciones del calendario común de vacunación a lo largo de la vida. Además, la SEN, junto con distintas asociaciones médicas promueven la consecución de un calendario único de vacunaciones en todas las CC.AA. para asegurar la equidad en la prevención de la enfermedad.

“Estimamos que alrededor de un 20% de la población puede ser portadora de alguna de las bacterias que provocan las meningitis más graves. Y aunque la gran mayoría de estas personas no desarrollarán la enfermedad, si pueden transmitirla a otras personas más vulnerables y/o predispuestas”, comenta Guillán.

“Los grupos de mayor riesgo son los niños menores de cinco años y los jóvenes de entre 15 y 24 años y también personas que padezcan alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunitario o que vivan en entornos comunitarios o de hacinamiento. En todo caso, cualquier persona sana, y sobre todo si no está vacunada, puede contraer meningitis”, explica la experta.

#### Meningitis meningocócica, la más mortal

La meningitis es la primera causa de muerte por infección en niños y adolescentes, siendo la meningitis meningocócica la que mayor mortalidad provoca. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que un 10% de las personas que contraen este tipo de meningitis muere y que el 20% presenta complicaciones graves. Al tratarse de un problema mundial de salud pública, que afecta con mayor intensidad a los países de bajos ingresos, la OMS se ha propuesto objetivos como eliminar las epidemias de meningitis bacteriana, reducir el número de casos de meningitis bacteriana prevenible mediante vacunación en un 50% y las defunciones en un 70%, y por último reducir la discapacidad y mejorar la calidad de vida después de una meningitis.

“Dependiendo de la gravedad y extensión de la infección, el abanico

de complicaciones y secuelas que puede dejar la meningitis es muy amplio, aunque los más habituales son déficits motores e intelectuales, sordera y epilepsia. Y si además se produce sepsis, es decir, que la infección pasa al torrente sanguíneo, se pueden producir numerosos problemas vasculares, fallos orgánicos o gangrenas que llevarán a la necesidad de realizar intervenciones quirúrgicas”, detalla Guillán.

“Estamos, por lo tanto, ante una enfermedad muy grave y que puede dejar secuelas para toda la vida. Por lo tanto, se trata de una emergencia médica en la que su diagnóstico y tratamiento precoz es clave para evitar las secuelas y la mortalidad asociada”, ha finalizado.

#### INFORMACIÓN PROCESO



# FREELIBROS

(<https://www.freelibros.net/>)

[Home](https://www.freelibros.net/) (<https://www.freelibros.net/>) [Updates](https://www.freelibros.net/ultimas-actualizaciones) (<https://www.freelibros.net/ultimas-actualizaciones>)

[Administración](https://www.freelibros.net/category/administracion) (<https://www.freelibros.net/category/administracion>) [AudioLibros](https://www.freelibros.net/category/audiolibros) (<https://www.freelibros.net/category/audiolibros>)

[Ingeniería](https://www.freelibros.net/category/ingenieria) (<https://www.freelibros.net/category/ingenieria>) [Matemáticas](https://www.freelibros.net/category/matematicas) (<https://www.freelibros.net/category/matematicas>)

[Manualidades](https://www.freelibros.net/category/manualidades) (<https://www.freelibros.net/category/manualidades>) [Programación](https://www.freelibros.net/category/programacion) (<https://www.freelibros.net/category/programacion>)

[Rincón Literario](https://www.freelibros.net/category/libros/rincon-literario) (<https://www.freelibros.net/category/libros/rincon-literario>)

[Regístrate Gratis](https://www.freelibros.net/wp-login.php?action=register) (<https://www.freelibros.net/wp-login.php?action=register>) >

Accede a nuestras Descargas Privadas >

Busca tus libros favoritos...

Buscar

## [Comprender la migraña - Feliu Titus Albareda](https://www.freelibros.net/salud/comprender-la-migrana-feliu-titus-albareda) (<https://www.freelibros.net/salud/comprender-la-migrana-feliu-titus-albareda>)

chipollo (<https://www.freelibros.net/author/chipollo>) 25 abril, 2023

Medicina (<https://www.freelibros.net/category/medicina>), Salud (<https://www.freelibros.net/category/salud>)

**El médico en casa**

**Comprender la Migraña**

- ➔ Síntomas
- ➔ Factores desencadenantes
- ➔ Prevención y tratamiento
- ➔ Preguntas y respuestas

Dr. Feliu Titus  
Dra. Patricia Pozo Rosich

Amat editorial

✓ Posts Recientes



(<https://www.freelibros.net/informatica/ofimatica/conoce-y-trabaja-con-excel-2013-tomo-i-y-ii-poul-jim-estiwarth-paredes-bruno>)

**Conoce y trabaja con Excel 2013, Tomo I y II – Poul Jim Estiwarth Paredes Bruno**  
(<https://www.freelibros.net/informatica/ofimatica/conoce-y-trabaja-con-excel-2013-tomo-i-y-ii-poul-jim-estiwarth-paredes-bruno>)



(<https://www.freelibros.net/seguridad/computer-and-information-security-3rd-edition-john-r-vacca>)

**Computer and Information Security, 3rd Edition – John R. Vacca**  
(<https://www.freelibros.net/seguridad/computer-and-information-security-3rd-edition-john-r-vacca>)



(<https://www.freelibros.net/salud/comprender-la-migrana-feliu-titus-albareda>)

**Comprender la migraña – Feliu Titus Albareda** (<https://www.freelibros.net/salud/comprender-la-migrana-feliu-titus-albareda>)



(<https://www.freelibros.net/informatica/uso-de-las-tic-en-la-vida-diariorosario-pena-perez>)

(<https://i0.wp.com/blogger.googleusercontent.com/img/b/R29vZ2xl>

[/AVvXsEjnW3x\\_aFVDopdhrUbl3vxmZHDl6puXVSakWxHa2oMHvjhUPbyJpXFV\\_lpQsjPurMRZe\\_jQqoe2peOCCTxrN7ArxZZnJQkljdBgSDn4fdlCw2aA5d4RhGnqMOScFrG0YDKkqIk-Qm11wtFEp-35fRZ40ycTK0TSeTdopgHYok0YFMV7mYbqkvPDM9A/s1202/comprender-la-migraña-feliu-titus-albareda-freelibros.jpg?ssl=1](https://www.freelibros.net/salud/comprender-la-migraña-feliu-titus-albareda-freelibros.jpg?ssl=1)



(<https://www.freelibros.net/down?GTTFHG9H6GF0.rar>)

## El medico en casa comprender la migraña.

La cefalea representa el principal motivo de consulta para el neurólogo. Esto es así porque la frecuencia de este problema en la población general es muy alta. Podríamos calificar de verdaderamente afortunados a aquellos que presumen de no haber padecido nunca un dolor de cabeza.

Los conocimientos en esta área de la neurología no han dejado de crecer en los últimos años.

Cada día conocemos mejor cómo y por qué se producen los distintos tipos de cefalea. De forma paralela, nuestro arsenal terapéutico se ha incrementado sensiblemente, de tal forma que hoy en día estamos en condiciones de ofrecer respuestas eficaces a una gran mayoría de pacientes. Ambas circunstancias han contribuido, sin duda, a que un amplio colectivo de neurólogos haya mostrado un interés especial por estos problemas y se hayan puesto en marcha muchas consultas monográficas de cefalea a lo largo y ancho de nuestro país. Las múltiples actividades científicas realizadas al amparo de la Sociedad Española de Neurología y de su Grupo de Estudio de Cefalea avalan estas afirmaciones.

La información y formación a pacientes y público general es una faceta que, como neurólogos comprometidos, no sólo no debemos olvidar sino que es nuestra obligación potenciar. En este sentido son de agradecer obras como esta, de la colección «El médico en casa», en las que con un lenguaje claro y asequible, se hace un repaso general de las principales causas por las que una persona tiene dolor de cabeza. Si quien escribe la obra, como es el caso, es una persona curtida en esta patología, con una amplia experiencia tras el contacto directo con los pacientes y sus allegados, y con un reputado prestigio profesional entre sus colegas, mucho mejor. Es por ello para mí una satisfacción, tanto personal como institucional, prologar esta obra de los Doctores Feliu Titus y Patricia Pozo que, sin duda, dará respuesta a muchos de los interrogantes que pueden plantearse quienes padecen un dolor de cabeza de forma recurrente.

*La definición concreta del dolor es: una experiencia sensorial desagradable que se produce ante un daño del organismo, ya sea real, potencial, o simplemente vivido como tal.*

## Contenido:

Prólogo

1. Dolor de cabeza: síntoma o enfermedad
2. Migraña. Características generales
3. Migraña sin aura o migraña común
4. Migraña con aura o migraña clásica
5. Factores precipitantes del ataque de migraña
6. Aspectos singulares de la migraña en la mujer
7. Aspectos singulares de la migraña en el niño
8. Complicaciones de la migraña
9. Tratamiento de la migraña: Medidas y criterios generales
10. Tratamiento de la crisis con medicación
11. Tratamiento preventivo
12. Terapias alternativas o complementarias

**Uso de las TIC en la vida diaria – Rosario Peña Pérez** (<https://www.freelibros.net/informatica/uso-de-las-tic-en-la-vida-diaria-rosario-pena-perez>)



(<https://www.freelibros.net/libros/tu-y-yo-somos-cuatro-joan-elias>)  
**Tú y yo somos cuatro – Joan Elias**  
 (<https://www.freelibros.net/libros/tu-y-yo-somos-cuatro-joan-elias>)

### Buscador

### Categorías

**Administración**  
 (<https://www.freelibros.net/category/administracion>)

**Álgebra**  
 (<https://www.freelibros.net/category/algebra>)

**Análisis Matemático**  
 (<https://www.freelibros.net/category/analisis-matematico>)

**Anatomía**  
 (<https://www.freelibros.net/category/anatomia>)

**Arquitectura**  
 (<https://www.freelibros.net/category/arquitectura>)

**Arte**  
 (<https://www.freelibros.net/category/arte>)

**Astronomía**  
 (<https://www.freelibros.net/category/astronomia>)

**Atlas**  
 (<https://www.freelibros.net/category/atlas>)

**AudioBook**  
 (<https://www.freelibros.net/category/audiobook>)

**AudioLibros**  
 (<https://www.freelibros.net/category/audiolibros>)

**Automatización**  
 (<https://www.freelibros.net/category/automatizacion>)

**Base de Datos**  
 (<https://www.freelibros.net/category/base-de-datos>)

**Biblia**  
 (<https://www.freelibros.net/category/biblia>)

**Biología**  
 (<https://www.freelibros.net/category/biologia>)





# Los casos de meningitis bacteriana aumentan en España

En la última temporada epidémica se ha producido un incremento del 10% en los casos, según la Sociedad Española de Neurología.

EUROPA PRESS NOTICIA / ACTUALIZADA 24/4/2023 A LAS 18:09



Imagen de la vacuna de la meningitis. Francisco Jiménez.

Durante los años de pandemia, debido a las medidas de protección contra el covid-19, **la incidencia de la meningitis disminuyó drásticamente, pero han vuelto a repuntar los casos.** En la última temporada epidémica se ha producido un incremento del 10% en los casos de meningitis bacteriana, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).

"Confiamos en que la vacunación sistemática de los niños, y más con la **reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil** de todas las comunidades autónomas, mitigará esta tendencia creciente", ha indicado la secretaria del Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología, Marta Guillán.

Con motivo del Día Mundial de la Meningitis que se celebra el 24 de abril, la SEN ha recordado que **se trata de una enfermedad caracterizada por la inflamación de las membranas (meninges) que recubren el cerebro y la médula espinal** y que, si se desarrolla de forma grave, puede provocar la muerte y ocasionar graves complicaciones y secuelas. Según datos de la SEN, cada año se declaran unos 1.000 casos de meningitis en España, de los cuales, **un 10% son muy graves.**

## LO MÁS LEÍDO



Guillán. En España, los virus digestivos (enterovirus) y los del herpes, son los que, con más frecuencia, están detrás de la mayoría de casos de meningitis vírica; mientras que neumococos y meningococos, son las causas más comunes de meningitis bacteriana", añade la especialista.

#### TE PUEDE INTERESAR



La polución del aire causa 1.200 muertes prematuras de menores al año en Europa



Un Aragón cada vez más envejecido, más diverso y con mayor formación

Desde la SEN apuntan que en España el número de casos de meningitis no es especialmente alto, aunque desde el año 2014 se observa una tendencia ascendente, principalmente debido a un **incremento de los casos de meningitis meningocócica por los serogrupos W e Y.**

Los expertos aseguran que la mejor prevención contra la meningitis sigue siendo la vacunación. Por eso, desde la SEN insisten en la importancia de seguir las recomendaciones del calendario común de vacunación a lo largo de la vida. Además, la SEN, junto con distintas asociaciones médicas promueven la consecución de un **calendario único de vacunaciones en todas las CC. AA.** para asegurar la equidad en la prevención de la enfermedad.

"Estimamos que **alrededor de un 20% de la población puede ser portadora de alguna de las bacterias que provocan las meningitis más graves.** Y aunque la gran mayoría de estas personas no desarrollarán la enfermedad, si pueden transmitirla a otras personas más vulnerables y/o predispuestas", comenta Guillán. "Los grupos de mayor riesgo son los niños menores de 5 años y los jóvenes de entre 15 y 24 años y también personas que padezcan alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunitario o que vivan en entornos comunitarios o de hacinamiento. En todo caso, cualquier persona sana, y sobre todo si no está vacunada, puede contraer meningitis", explica la experta.

### Meningitis meningocócica, la más mortal

La meningitis es la **primera causa de muerte por infección en niños y adolescentes,** siendo la meningitis meningocócica la que mayor mortalidad provoca. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que un 10% de las personas que contraen este tipo de meningitis muere y que el 20 por ciento presenta complicaciones graves. Al tratarse de un problema mundial de salud pública, que afecta con mayor intensidad a los países de bajos ingresos, la OMS se ha propuesto objetivos como eliminar las epidemias de meningitis bacteriana, reducir el número de casos de meningitis bacteriana prevenible mediante vacunación en un 50% y las defunciones en un 70%, y por último reducir la discapacidad y mejorar la calidad de vida después de una meningitis.

"Dependiendo de la gravedad y extensión de la infección, **el abanico de complicaciones y secuelas que puede dejar la meningitis es muy amplio,** aunque los más habituales son déficits motores e intelectuales, sordera y epilepsia. Y si además se produce sepsis, es decir, que la infección pasa al torrente sanguíneo, se pueden producir numerosos problemas vasculares, fallos orgánicos o gangrenas que llevarán a la

E. R. A.

ECONOMÍA — CULTURA

PP y PSOE amplían su hegemonía y ambos tendrían opciones de gobernar con pactos

JORGE ALONSO

Programa del Día del Libro 2023 en Zaragoza: horarios de las firmas con los autores

E. R. A.

El PP y el PSOE conservarían sus feudos en Aragón, pero en la mayoría tendrían que pactar para gobernar

I. MUÑOZ

Renta 2022-23: multas de hasta 250 euros por no incluir estos datos en la declaración

T. M. V.

#### ETIQUETAS

Salud

España

Enfermedades

Vacunas

Sanidad

Menores



ARAGÓN

DEPORTES

REAL ZARAGOZA

NACIONAL

INTERNACIONAL

ECONOMÍA

CULTURA

Sergio Ramos denuncia con un tatuaje que 67 millones de niños se han quedado sin vacunar por la covid



Fernando Simón cree que la obligatoriedad de la mascarilla se eliminará "pronto" en las farmacias

"Estamos, por lo tanto, ante **una enfermedad muy grave y que puede dejar secuelas para toda la vida**. Por lo tanto, se trata de una emergencia médica en la que su diagnóstico y tratamiento precoz es clave para evitar las secuelas y la mortalidad asociada", ha finalizado.

Conforme a los criterios de **The Trust Project**

¿Por qué confiar en nosotros?

CONTENIDO PATROCINADO |

recomendado por Taboola

¿Ha nacido antes de 1959?

Experts In Money

Las camisas de hombre que están conquistando sus armarios

Sepiia

Compra ahora

Descubre el nuevo ID. Buzz 100% eléctrico

Volkswagen

Si tu eres mayor de 55 años, tienes que jugar. Sin instalación.

Elvenar

Juega ahora

Los mejores zapatos para caminar y estar de pie para hombre

MQQSO

Prueba ahora

Áticos, bajos, dúplex, chalets... Encuentra tu oportunidad

Solvía

Buscar Ahora

El Gobierno instalará paneles solares en tu tejado si vives en una de estas 11 provincias

Ayudas Solares 2023

Una verdadera bomba de pérdida de peso. Bébetelo antes de acostarte.

FatFix

Leer más

Una joven marca suiza replantea la relojería tradicional

CODE41

Leer más

## COMENTARIOS

Debes estar registrado para poder visualizar los comentarios

Regístrate gratis

Iniciar sesión

## Somos únicos

Personas  
que trabajan  
para personas

SÍGUENOS EN:



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

**Madrid, 25 Abril 2023**

**ILUNION Hotels, primera compañía hotelera que obtiene la certificación "Espacios Cerebroprotegido" de la Fundación Freno al Ictus**

**El ictus es la primera causa de muerte en mujeres y la segunda a nivel global, siendo también la principal causa de discapacidad en adultos**

**El 80% de las personas que son atendidas en las cuatro primeras horas no presentan secuelas o, de hacerlo, éstas serían moderadas**

**El 90% de los casos de ictus son prevenibles**

**COMPARTE**



[ILUNION Hotels](#), compañía perteneciente al Grupo Social ONCE y caracterizada por su firme compromiso con la accesibilidad y la inclusión, ha obtenido la certificación de *Espacio Cerebroprotegido* otorgada por la [Fundación Freno al Ictus](#). Esta certificación es un reconocimiento a los esfuerzos de Ilunion por crear ambientes seguros, capacitando a más de 300 trabajadores de sus 30 hoteles a nivel nacional con esta formación online y especialmente preparada para cumplir los estándares de accesibilidad que ILUNION

Hotels exige en todas las iniciativas que pone en marcha.

Esta formación convierte a ILUNION Hotels en la primera compañía hotelera en obtener dicha certificación. La formación recibida permite la identificación, estabilización y actuación adecuada en caso de presentarse un episodio de ictus en su centro de trabajo (los hoteles de ILUNION Hotels) o en su entorno familiar y social, reforzando así su compromiso con la salud cerebral de sus empleados y clientes.

Juan José Cestero, director de Personas de ILUNION Hotels, nos indica que "en ILUNION Hotels ponemos el esfuerzo en que nuestra plantilla se encuentre formada y, a su vez, concienciada y sensibilizada, sobre la prevención y actuación ante este tipo de situaciones. Es importante que nuestro personal esté capacitado ante estas situaciones, y apostamos por la salud de nuestros trabajadores, pero también de nuestros clientes. Esta certificación y formación sirve a nuestros trabajadores tanto para su vida profesional como para la personal, y contribuimos a tratar de construir un mundo mejor desde la salud".

La identificación inmediata de estos síntomas es crucial en la evolución del paciente, ya que se ha demostrado que en los pacientes tratados desde el primer momento se reduce la mortalidad y la discapacidad generada por las secuelas de la enfermedad.

El presidente de la Fundación Freno al Ictus, Julio Agredano, destaca la importancia de la iniciativa de certificar a las empresas como Espacios Cerebroprotegidos, ya que no solo implica la formación interna de los empleados, sino también la capacitación para identificar un ictus y saber cómo actuar en su entorno. Según Agredano, "El 80% de las personas que son atendidas en las cuatro primeras horas no presentan secuelas o, de hacerlo, éstas serían moderadas. Es fundamental que sectores de actividad que están en continuo contacto con el público, como son los hoteles de Ilunion Hotels, se sumen a la iniciativa y de esta forma tengamos una sociedad más preparada para actuar en caso de que un ictus ocurra en su entorno". Con esta iniciativa, la Fundación Freno al Ictus busca promover la conciencia y la capacitación en la detección temprana y la respuesta adecuada al ictus en el entorno laboral y social, con el objetivo de reducir su impacto y mejorar la atención a las personas afectadas.

Con esta certificación se resalta la importancia de la actuación rápida y adecuada ante la posible aparición de síntomas de un ictus en compañeros, clientes o familiares. El objetivo es salvar vidas y prevenir secuelas, lo cual se logra mediante la activación inmediata del protocolo "Código Ictus" a través del servicio de emergencia 112.

Es importante tener en cuenta que el ictus es una enfermedad cerebrovascular que afecta a más de 120.000 personas cada año en España. Es la primera causa de muerte en mujeres y la segunda a nivel global, siendo también la principal causa de discapacidad en adultos. Sin embargo, la buena noticia es que el 90% de los casos de ictus son prevenibles.

### Espacio Cerebroprotegido

Es una certificación obtenida a través de una formación online, el contenido formativo ha sido desarrollado con la colaboración de la Sociedad Española de Neurología (SEN) a través de su Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV) y forma parte del proyecto "*Brain Caring People*" el cuál cuenta con el aval social de la propia sociedad científica y cuenta también con el apoyo de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo (AEEMT) y la Asociación Española de Servicios de Prevención Laboral (AESPLA).

*Espacio Cerebroprotegido* pretende acelerar la cadena de supervivencia frente a un ictus, siendo el primer eslabón de la cadena del "código ictus", cualquier persona puede identificar y actuar frente a un ictus dando la voz de alarma.

## **SOBRE FRENO AL ICTUS**

Con el objetivo de reducir el impacto del ictus en España, promover acciones de concienciación para dar a conocer la enfermedad entre la ciudadanía y divulgar conocimiento sobre su detección, actuación y prevención del ictus, su dimensión y sus consecuencias, es creada la Fundación Freno al Ictus.

Además de sus acciones, proyectos, campañas y actividades que promueven un estilo de vida saludable, la mejora

de la calidad de vida de los afectados y sus familiares, la Fundación abarca otros campos de acción, como el ámbito de la investigación científica sobre el ictus y el daño cerebral adquirido, así como la inclusión social y laboral de los afectados por el ictus y sus allegados.

## **SOBRE ILUNION HOTELS**

[ILUNION Hotels](#) cuenta en la actualidad con 30 hoteles repartidos por los principales destinos urbanos y vacacionales de la geografía española.

Su modelo es pionero y referente en accesibilidad universal, diversidad e inclusión social y laboral de personas con discapacidad dentro del sector turístico y nace de la firme creencia en la igualdad real de oportunidades. Es la primera compañía hotelera con un Certificado Global en Accesibilidad Universal (UNE-170001-2) en todos sus establecimientos y el Sello EFQM + 500. ILUNION Hotels ofrece a sus clientes experiencias diferenciadoras con el valor añadido de contar con un equipo humano único formado por 1.700 profesionales de los cuales más del 700 tienen algún tipo de discapacidad o pertenecen a colectivos de difícil inclusión laboral, superando el 70% en el caso de sus 14 centros especiales de empleo.

El propósito de la compañía es construir un mundo mejor con todos incluidos. Con ello, quieren inspirar un movimiento de cambio que contribuya a hacer un mundo más inclusivo, más sostenible y humano. Trabajan para que sus hoteles sean escuelas de personas conscientes que impulsen la transformación de nuestras comunidades y nuestra sociedad. Y buscan que sus clientes, empleados, candidatos y proveedores, los elijan por su compromiso social y sostenible.

Puedes obtener más información, a través de nuestro departamento de comunicación [comunicacion@ilunion.com](mailto:comunicacion@ilunion.com) o visitando nuestras RRSS: [LinkedIn](#), [Instagram](#), [Twitter](#), [Facebook](#) o [Youtube](#).

## **INFORMACIÓN RELACIONADA**

Sin documentos relacionados

Sin enlaces relacionados

## **CONTACTO DE PRENSA**

Departamento de Comunicación

C/ Albacete 3  
28027 MADRID

Tel. (Teléfono) (34) 91 327 85 00  
[comunicacion@ilunion.com](mailto:comunicacion@ilunion.com)

[ILUNION](#) © 2023



Publimetro + Seguir

# Los casos de meningitis bacteriana aumentan un 10% en el último año

Historia de Europa Press • Ayer a las 11:53

MADRID, 24 (EUROPA PRESS)

"Confiamos en que la vacunación sistemática de los niños tras la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo en el calendario vacunal infantil de todas las comunidades autónomas mitigará esta tendencia creciente", ha indicado la secretaria de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología, Marta Guillán.

Condúcelo por 290€/mes y da el siguiente paso a la libertad

Patrocinado Nuevo Nissan Qashqai...



Con motivo del Día Mundial de la Meningitis que se celebra el 24 de abril, la SEN ha recordado que se trata de una enfermedad caracterizada por la inflamación de las membranas (meninges) que recubren el cerebro y la médula espinal y que, si se deja de tratar a tiempo, puede provocar la muerte y ocasionar graves consecuencias. Según datos de la SEN, cada año se declaran unos 100 casos de meningitis en España, de los cuales, un 10 por ciento son graves.

"Aunque la gran mayoría de las meningitis están causadas por virus, las provocadas por bacterias y hongos suele ser las más graves", explica Marta Guillán. "En España, los virus digestivos (enterovirus) y los del herpes, son los que, con más frecuencia, están detrás de la mayoría de casos de meningitis vírica; mientras que neumococos y meningococos, son las causas más comunes de meningitis bacteriana", añade la especialista.

Desde la SEN apuntan que en España el número de casos de meningitis bacteriana aumentó un 10 por ciento en el último año.

Continuar leyendo

### Contenido patrocinado



## Cases of bacterial meningitis are increasing in Spain

HEALTH

24/04/2023

 By World Nation News Desk



During the pandemic years, due to the protective measures against the covid-19, the incidence of meningitis has decreased dramatically, but the cases have increased again. In the last epidemic season there has been a 10% increase in cases of bacterial meningitis, according to the Spanish Society of Neurology (SEN).



“We are confident that the systematic vaccination of children, and even more so with the recent integration of the meningococcal B vaccine into the childhood vaccination schedule of all Autonomous Communities, will mitigate this growing trend,” indicated the Secretary of the Study Group of Critical and Intensive Neurology of the Spanish Society of Neurology, Marta Guillán.

On the occasion of World Meningitis Day which is celebrated on April 24, the SEN recalled that it is a disease characterized by inflammation of the membranes (meninges) that cover the brain and spinal cord and that, if it develops severely, it can cause death and cause serious complications and sequelae. According to data from the SEN, about 1,000 cases of meningitis are declared every year in Spain, 10% of which are very serious.

“Although the vast majority of meningitis is caused by viruses, those caused by bacteria and fungi are usually the most serious,” explains Guillán. “In Spain, digestive viruses (enteroviruses) and herpes viruses are the most common causes of most cases of viral meningitis, while pneumococci and meningococci are the most common causes of bacterial meningitis,” adds the specialist.

SEN underlines that in Spain the number of cases of meningitis is not particularly high, although an upward trend has been observed since 2014, mainly due to an increase in cases of meningococcal meningitis due to serogroups W and Y.

Experts say the best prevention against meningitis is still vaccination. For this reason, from BES they insist on the importance of following the recommendations of the common vaccination schedule throughout life. Furthermore, the BES, together with various medical associations, promote the achievement of a single vaccination schedule in all CCs. YY. ensure equity in disease prevention.

“We estimate that around 20% of the population may be carriers of some of the bacteria that cause the most severe meningitis. And while the vast majority of these people will not develop the disease, they can pass it on to other more vulnerable and/or predisposed people,” he says Guillan: “The groups at greatest risk are children under the age of 5 and young people between the ages of 15 and 24, as well as people who suffer from a disease that compromises their immune system or who live in overcrowded communities or environments. If anyone is healthy, and especially if they are not vaccinated, they can contract meningitis”, explains the expert.

## **Meningococcal meningitis, the most deadly**

Meningitis is the first cause of death from infection in children and adolescents, while meningococcal meningitis is the one that causes the highest mortality. The World Health Organization (WHO) estimates that 10% of people who get this type of meningitis die and 20% have serious complications. As a global public health issue, affecting low-income countries most intensely, WHO has set targets such as eliminating bacterial meningitis outbreaks, reducing the number of vaccine-preventable

bacterial meningitis cases by 50% and 70% of deaths, and finally reduce disability and improve quality of life after meningitis.

“Depending on the severity and extent of the infection, the range of complications and sequelae that meningitis can cause is very wide, although the most common are motor and intellectual deficits, deafness and epilepsy. And if you sepsis also occurs, that is, once the infection passes into the bloodstream, numerous vascular problems, organ failure or gangrene can occur that will lead to the need for surgical interventions,” explains Guillán.

“We are, therefore, facing a very serious disease that can leave sequelae for life. Therefore, it is a medical emergency in which early diagnosis and treatment are essential to avoid sequelae and associated mortality,” he concluded. .

## The incidence of meningitis has increased by 10% in the last year

WORLD

24/04/2023

 By Nation World News Desk



Today, April 24, is World Meningitis Day, a disease characterized by inflammation of the membranes (meninges) that cover the brain and spinal cord and which, if severely developed, can cause death and lead to serious complications and hangovers. According to data from the Spanish Society of Neurology (SEN), about 1,000 cases of meningitis are reported every year in Spain, 10% of which are very serious.

“Although the vast majority of meningitis is caused by viruses, those caused by bacteria and fungi are usually the most serious,” explains Dr Marta Guillán, secretary of the Spanish Society of Neurology Critical and Intensive Neurology Study Group. “In Spain, digestive viruses (enteroviruses) and herpes viruses are the ones that are most frequently responsible for most cases of viral meningitis; while pneumococci and meningococci are the most common causes of bacterial meningitis.

Although the number of meningitis cases in Spain is not particularly high, an upward trend has been observed since 2014, mainly due to an increase in cases of meningococcal meningitis due to serogroups W and Y. During the pandemic years, due to protective measures against COVID-19, the incidence of meningitis has decreased dramatically due to meningitis sharing infection pathways with COVID-19, but cases have increased again.

“The vast majority of agents that cause meningitis are transmitted by the respiratory route. Therefore, minimizing close contact between people, using masks, increasing hand hygiene, etc., are measures that have also reduced cases of meningitis. Once we have relaxed into the hygiene measures acquired during the pandemic, we are once again seeing cases of meningitis on the rise. In the last epidemic season there was a 10% increase in cases of bacterial meningitis. We are hopeful that the systematic vaccination of children, and even more so with the recent incorporation of the meningococcal B vaccine into the childhood immunization schedule of all autonomous communities (CCAA), will mitigate this growing trend,” says Dr Martha Guillan.

**Read Also:** [New study: These are the popular artificial sweeteners that damage memory](#)

Currently, the best prevention against meningitis is still vaccination. For this reason, the SEN wants to insist on the importance of following the recommendations of the common vaccination schedule throughout life. Furthermore, the SEN, together with several medical associations, is trying to promote the achievement of a single vaccination program in all the Autonomous Communities to ensure equity in the prevention of the disease.

“We estimate that about 20% of the population may be carrying some of the bacteria that cause the most severe meningitis. And although the vast majority of these people will not develop the disease, they can transmit it to other more vulnerable and/or predisposed people,” says Dr. Marta Guillán. “The groups at greatest risk are children under 5 and young people between 15 and 24, as well as people who have a disease that compromises their immune system or who live in crowded or community settings. In any case, any healthy person, and especially if not vaccinated, can contract meningitis”.

Meningitis is the leading cause of death from infection in children and adolescents, while meningococcal meningitis causes the highest mortality. The World Health Organization (WHO) estimates that 10% of people who get this type of meningitis die and 20% have serious complications. As a global public health problem, which affects low-income countries most intensely, WHO has set itself three objectives: to eliminate epidemics of bacterial meningitis; reduce the number of cases of vaccine-preventable bacterial meningitis by 50% and deaths by 70%; and reduce disability and improve quality of life after meningitis.

**Read Also:** [Kenya Lifts COVID-19 Restrictions](#)

“Depending on the severity and extent of the infection, the range of complications and sequelae that meningitis can cause is very wide, although the most common are motor and intellectual deficits, deafness and epilepsy. And if you sepsis also occurs, i.e. once the infection passes into the bloodstream, a number of vascular problems, organ failure or gangrene can occur which will lead to the need for surgery,” explains Dr. Therefore, this is a medical emergency in which early diagnosis and treatment are

critical to avoid sequelae and associated mortality.”

And it is that, the more time that passes without a person receiving a medical evaluation, the greater the risk of mortality or of suffering permanent neurological damage. In any case, meningitis is not always easy to identify because the first symptoms are similar to other less serious diseases: fever, headache, body aches, gastrointestinal or respiratory symptoms. But as the disease progresses, other more characteristic symptoms of the disease will appear, such as neck stiffness, vomiting, petechiae, excessive sensitivity to light, decreased level of consciousness, convulsions or other neurological signs, which should warn us that we are facing a medical emergency.



# News·ES *EURO*



🏠 News ES Euro > Coronavirus

## ✔️ Casos de meningitis subieron 10% en último año de Covid-19

CORONAVIRUS Laird ✔️ Mow 🕒 about 5 hours ago 🚫 REPORT



---

### Redacción

Durante los años de pandemia, debido a las medidas de protección contra el COVID-19 la incidencia de **meningitis** disminuyó drásticamente en España, pero la vuelta a la normalidad ha hecho que los casos repunten de nuevo. En el último año se ha producido un aumento del 10% en los casos de meningitis bacteriana, según datos de la

Sociedad Española de Neurología (SEN).

«Confiamos en que la vacunación sistemática de los niños, y más con la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil de todas las comunidades autónomas, mitigue esta tendencia creciente». indica el **Dra. Marta Guillán** secretario del grupo de estudio de neurología de cuidados críticos e intensivos de la Sociedad Española de Neurología.

Casos-de-meningitis-subieron-10-en-ultim

## ***Al compartir vías de contagio, la relajación de las medidas contra el Covid-19 ha provocado un repunte de casos de meningitis***

«Aunque la gran mayoría de las meningitis son causadas por virus, las causadas por bacterias y hongos suelen ser las más graves.», explica el Dr. Guillán. «En España, los virus digestivos (enterovirus) y los herpesvirus son los que con mayor frecuencia están detrás de la mayoría de los casos de meningitis viral; mientras que los neumococos y los meningococos son las causas más comunes de meningitis bacteriana», continúa.

Aunque en España el número de casos de meningitis no es especialmente elevado, desde 2014 se observa una tendencia al alza, principalmente por un aumento de casos de meningitis meningocócica por los serogrupos W e Y.

## ***La SEN confía en que la reciente incorporación de la vacuna contra el meningococo B en el calendario de vacunación infantil de todas las comunidades cambie la tendencia al alza***

“La gran mayoría de los agentes que causan la meningitis se transmiten por vía respiratoria. Minimizar el contacto cercano entre personas, usar mascarillas, aumentar la higiene de manos, etc., son medidas que también disminuyeron los casos de meningitis. Una vez que nos hemos relajado en las medidas higiénicas adquiridas en la pandemia, estamos viendo de nuevo cómo crecen los casos de meningitis”, dice la Dra. Marta Guillán.

Actualmente, la mejor prevención contra la meningitis sigue siendo la vacunación. Por ello, la SEN quiere insistir en la importancia de seguir las recomendaciones del calendario vacunal común a lo largo de la vida. Además, la sociedad, junto con diferentes colegios médicos, está tratando de promover la consecución de un calendario único de vacunación en todas las comunidades para garantizar la equidad en la prevención de la enfermedad.





### Juego de gemelas: Las 2 hermanas de 12 años más famosas del mundo

Brainberries



### ¿Quién es Lydia Lozano? Todos la conocen; nadie la comprende

Brainberries



### Caída de gloria: Así se esfumaron las riquezas de Teresa Campos

Brainberries



### ¿Quién conquistó el paladar del mundo? El mayor Master Chef

Brainberries

---  
 “Estimamos que alrededor del 20% de la población puede portar algunas de las bacterias que causan la meningitis más grave. Y aunque la gran mayoría de estas personas no desarrollarán la enfermedad, pueden transmitirla a otras personas más vulnerables y/o predispuestas.”, comenta la Dra. Marta Guillán. “Los grupos de mayor riesgo son los niños menores de cinco años y los jóvenes entre 15 y 24 años, así como las personas que tienen alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunológico o que viven en entornos hacinados o comunitarios. En cualquier caso, cualquier persona sana, y especialmente si no ha sido vacunada, puede contraer meningitis.”, Agregar.

La meningitis es la principal causa de muerte por infección en niños y adolescentes, y la variedad meningocócica causa la mayor mortalidad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que el 10% de las personas que contraen este tipo de meningitis mueren y que el 20% presentan complicaciones graves.

## ***Los grupos de mayor riesgo son los niños menores de 5 años y los jóvenes entre 15 y 24 años.***

Por tratarse de un problema de salud pública mundial, que afecta con mayor intensidad a los países de bajos ingresos, la OMS se ha fijado tres objetivos: eliminar las epidemias de meningitis bacteriana; reducir el número de casos de meningitis bacteriana prevenible por vacunación en un 50 % y las muertes en un 70 %; y reducir la discapacidad y mejorar la calidad de vida después de la meningitis.

“Estamos ante una enfermedad muy grave que puede dejar secuelas de por vida. Por tanto, se trata de una urgencia médica en la que el diagnóstico y tratamiento precoz es clave para evitar secuelas y mortalidad asociada.”, insiste el doctor Guillán.

Y es que, cuanto más tiempo pasa sin que una persona reciba evaluación médica, mayor es el riesgo de mortalidad o de sufrir un daño neurológico permanente.

## ***El 10% de las personas que contraen meningitis meningocócica fallece y el 20% dejará complicaciones graves***

En cualquier caso, la meningitis no siempre es fácil de identificar porque los primeros síntomas son similares a otras enfermedades menos graves: fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular, síntomas gastrointestinales o

respiratorios. Pero a medida que avanza la enfermedad, aparecerán otros síntomas más característicos, como rigidez de nuca, vómitos, petequias, sensibilidad excesiva a la luz, disminución del nivel de conciencia, convulsiones u otros signos neurológicos.

For Latest Updates Follow us on [Google News](#)

---

CONTENIDO PROMOCIONADO



**Jordi González rompe el silencio: ¿qué ha pasado?**

**BRAINBERRIES**



**Dos hermanas ya conquistaron el mundo de la moda con solo 12 años**

**BRAINBERRIES**



**6 hierbas que debes incorporar en tu vida para mejorar la salud**

**BRAINBERRIES**

**Penosa primogénita: La triste relación de Ubrique con su hija**

**BRAINBERRIES**







Salud Titulares Noticias 24 horas

## ¡Día Mundial de la Meningitis! La meningitis es la primera causa de muerte por infección en niños

24 abril, 2023 Noticias 24 horas

Cada año en España aparecen unos 1000 nuevos casos de **meningitis**, una enfermedad caracterizada por la inflamación de las membranas (meninges) que recubren el cerebro y la médula espinal.

Según los expertos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, normalmente, los casos de meningitis evolucionan sin problema, pero en el caso de desarrollar la enfermedad grave, puede provocar graves complicaciones y secuelas, incluso la muerte, tal como explican los neurólogos de esta entidad en el Día Mundial de la Meningitis (24 de abril).

«Aunque la gran mayoría de las meningitis están causadas por virus, las provocadas por bacterias y hongos suele ser las más graves», explica la **Dra. Marta Guillán**, Secretaria del Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la SEN.

«En España, los virus digestivos (enterovirus) y los del herpes, son los que, con más frecuencia, están detrás de la mayoría de casos de meningitis vírica; mientras que neumococos y meningococos, son las causas más comunes de meningitis bacteriana», explica la experta.

En la actualidad, y desde el año 2014 se está observando un aumento de casos en nuestro país -cuyo número de afectados sigue siendo bajo- debido principalmente «a un crecimiento de los casos de meningitis meningocócica por los serogrupos W e Y».

«Durante los años de pandemia, debido a las medidas de protección contra el COVID-19, la incidencia de la meningitis disminuyó drásticamente debido a la meningitis comparte con el COVID-19 las vías de contagio, pero han vuelto a repuntar los casos».

Y es que añade que «la gran mayoría de agentes que producen meningitis se transmite por vía respiratoria. Por lo tanto, minimizar el contacto cercano entre personas, utilizar mascarillas, aumentar la higiene de manos, etc., son medidas que también hicieron descender los casos de meningitis. Una vez que nos hemos relajado en las medidas higiénicas, estamos volviendo a ver cómo crecen los casos».

## La vacuna, la mejor prevención contra la meningitis

«En la última temporada epidémica se ha producido un incremento del 10% en los casos de meningitis bacteriana. Confiamos en que la vacunación sistemática de los niños, y más con la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil de todas las comunidades autónomas, mitigará esta tendencia creciente», añade la experta.

Según manifiestan desde la SEN, «la mejor prevención contra la meningitis sigue siendo la vacunación». Por eso, los profesionales de esta entidad quieren insistir en la importancia de seguir las recomendaciones del calendario común de vacunación.

Por ello, la SEN junto con otras asociaciones médicas están intentando promover la consecución de un calendario único de vacunaciones en todas las comunidades para asegurar la equidad en la prevención de la enfermedad.

«Estimamos que alrededor de un 20% de la población puede ser portadora de alguna de las bacterias que provocan las meningitis más graves. Y aunque la gran mayoría de estas personas no desarrollarán la enfermedad, si pueden transmitirla a otras personas más vulnerables y/o predispuestas», explica la doctora Guillán, enumerando cuáles son los grupos de mayor riesgo:

- Los niños menores de 5 años
- Jóvenes de entre 15 y 24 años
- Personas que padezcan alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunitario o que vivan en entornos comunitarios o de hacinamiento
- No obstante, cualquier persona sana, y sobre todo si no está vacunada, puede contraer meningitis

### Noticias



General Noticias 24 horas

#### Activan suministro de gas directo a familias del sector 3 de Trapichito en Miranda

24 marzo, 2023 Noticias 24 horas

El servicio de gas directo fue activado este jueves al sector 3 de Trapichito, municipio Plaza, luego que más de



Feria internacional de la cultura y la amistad llegará a Caracas

3 marzo, 2023



La RAE le devuelve el acento a la palabra sólo

3 marzo, 2023



Avistan a un grupo de orcas en La Guaira

27 febrero, 2023



Nacionales Titulares Noticias 24 horas

#### La Selección Nacional de Fútbol Sub-17 le envió la franela del equipo con sus firmas al presidente Maduro

24 abril, 2023 Noticias 24 horas

El presidente venezolano, Nicolás Maduro, expresó que el equipo de la Selección Nacional de Fútbol Sub-17 le hizo llegar la



Maduro a Blyde: No regresaremos al diálogo en México hasta que EEUU deposite 3.200 millones de dólares

24 abril, 2023



Una mujer intentó quitarse la vida en Puente Llaguno

24 abril, 2023



Conoce | Existe un inodoro doble que permite a los enamorados hacer sus necesidades al mismo tiempo

24 abril, 2023

### Entradas recientes

La Selección Nacional de Fútbol Sub-17 le envió la franela del equipo con sus firmas al presidente Maduro

Maduro a Blyde: No regresaremos al diálogo en México hasta que EEUU deposite 3.200 millones de dólares

Una mujer intentó quitarse la vida en Puente Llaguno

Conoce | Existe un inodoro doble que permite a los enamorados hacer sus necesidades al mismo tiempo

¡Único e irrepetible! Sin Bandera y Jorge Celedón se unirán en el Poliedro de Caracas

### Deportes

## Un 10% muere y el 20% presenta complicaciones grave

La meningitis es una enfermedad que consiste en la infección e inflamación del líquido y de las membranas que rodean el cerebro y la médula espinal. Y es la **primera causa de muerte por infección en niños y adolescentes**, siendo la meningitis meningocócica la que mayor mortalidad provoca.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que un 10% de las personas que contraen este tipo de meningitis muere y que el 20% **presenta complicaciones graves**.

Al tratarse de un problema mundial de salud pública, tal como comentan desde la SEN, y que afecta con mayor intensidad a los países de bajos ingresos, «la OMS se ha propuesto tres objetivos: *eliminar las epidemias de meningitis bacteriana; reducir el número de casos de meningitis bacteriana prevenible mediante vacunación en un 50% y las defunciones en un 70%; y reducir la discapacidad y mejorar la calidad de vida después de una meningitis*».

Como en la gran mayoría de enfermedades, puntualiza la doctora Guillán, «*dependiendo de la gravedad y extensión de la infección, el abanico de complicaciones y secuelas que puede dejar la meningitis es muy amplio, aunque los más habituales son déficits motores e intelectuales, sordera y epilepsia*».

Las complicaciones más habituales de una infección por meningitis son: **déficits motores e intelectuales, sordera y epilepsia**

«*Y si además se produce sepsis, es decir, que la infección pasa al torrente sanguíneo, se pueden producir numerosos problemas vasculares, fallos orgánicos o gangrenas que llevarán a la necesidad de realizar intervenciones quirúrgicas*», añade la experta. Por lo que se trata de una emergencia médica en la que el diagnóstico precoz es clave.

No obstante, la meningitis no es siempre fácil de identificar porque los primeros síntomas son parecidos a los otras enfermedades de menos gravedad. Así, los síntomas de la meningitis son:

- Fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular, cuadro gastrointestinal o respiratorio
- Pero según avance la enfermedad sí aparecerán otros síntomas más característicos de la enfermedad: rigidez en la nuca, vómitos, petequias, sensibilidad excesiva a la luz, disminución del nivel de conciencia, convulsiones, u otros signos neurológicos, que nos deben alertar de que estamos ante una urgencia médica.

Sí, se trata de «una **emergencia médica en la que su diagnóstico y tratamiento precoz es clave para evitar las secuelas y la mortalidad asociada**. Cuanto más tiempo pase sin que una persona reciba valoración médica, mayor será el riesgo de mortalidad o de sufrir **daños neurológicos permanentes**», concluye la doctora Guillán.

Con información de La Sexta

¿Qué opinas de esto?



Deportes Noticias 24 horas

### Dupla guayanesa ganó Paso a Nado de los ríos Orinoco y Caroní

🕒 24 abril, 2023 📌 Noticias 24 horas

Los nadadores bolivarenses, Marco Antonio Colicchia y Yatnelis Ramos, se alzaron como campeones absolutos de la XXXI edición del Paso a



Whinton Palma logró la victoria en la Carrera Por La Tierra

🕒 23 abril, 2023



Miguel Cabrera recibió homenaje de los Orioles de Baltimore

🕒 23 abril, 2023



«Los V Juegos Deportivos del Alba 2023 se desarrollan con mucha alegría, en unidad y con la energía de jóvenes y adultos»

🕒 23 abril, 2023

← ¡El fin de las canas! Científicos descubren por qué se producen y cómo evitarlas

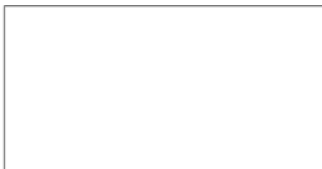
Diosdado Cabello tildó de cobarde a Guaidó tras su salida de Venezuela: «Su propio partido le quitó la candidatura y tuvo que huir del país» →

👍 También te puede gustar



Activan la línea 0800-FISCA-00 para recibir denuncias sobre tráfico de combustible

🕒 18 enero, 2022



Prepara esta fácil mascarilla para controlar el cutis graso

🕒 2 mayo, 2020



Venezuela y Portugal disponen apoyo para afectados en Las Tejerías

🕒 17 octubre, 2022

### Acerca de Noticias24

Somos un equipo de trabajo enfocado en llevar a nuestros usuarios información veraz del acontecer diario. Además ofrecemos publicidad para tu servicio, producto, marca o negocio. Contamos con servicios de entretenimiento, deportes, entrevistas, nacionales e internacionales.

### Enlaces

Visión  
Misión  
Publica con nosotros  
Política de Privacidad  
Términos y Condiciones

### Categorías

Nacionales  
Economía  
Sucesos  
Tecnología  
Comida  
Salud  
Internacionales  
Deportes  
Espectáculo  
Entretenimiento  
Regionales

Copyright © 2020 Noticias 24 horas. Todos los derechos reservados.

Desarrollado por



---

## Expertos alertan de que se ha incrementado un 10% los casos de meningitis en España

- ✓ Gusano pulmonar de la rata: ¿Qué es esta enfermedad que puede causar meningitis detectada en España?
- ✓ Niños, adolescentes y adultos jóvenes, son los más propensos a desarrollar meningitis





24 de abril: Día Mundial de la Meningitis

#### D. BUENOSVINOS

25/04/2023 06:40 ACTUALIZADO: 25/04/2023 06:40

✓ Fact Checked

Otro de los rastros que ha dejado tras de sí el coronavirus ha sido un fuerte aumento de virus y bacterias que han permanecido latentes tras el largo periodo de confinamiento. Una situación inusual para el ser humano que ha dejado datos alarmantes como el de un grupo de expertos que han apuntado que **la meningitis en España** ha aumentado un 10%. **La Sociedad Española de Neurología (SEN)**, pide la vacunación de los niños, los más vulnerables a esta bacteria. En todas las comunidades se posibilita la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil.

La **meningitis** es la **inflamación del tejido delgado que rodea el cerebro y la médula espinal**, llamada meninge. Existen varios tipos de meningitis. La más común es la meningitis viral, que ocurre cuando un virus penetra en su organismo a través de la nariz o la boca y se traslada al cerebro

Los expertos aseguran que la mejor prevención contra la **meningitis** sigue siendo la vacunación. Por eso, desde la SEN insisten en la importancia de seguir las recomendaciones del **calendario común de vacunación** a lo largo de la vida. Además, la SEN, junto con distintas asociaciones médicas, promueven la consecución de un calendario único de vacunaciones en todas las CCAA para asegurar la equidad en la prevención de la enfermedad.

# Página3



## Coralia, el testimonio de una paciente con ataxia tipo 1

**24 Abril, 2023**

«¿Te imaginas, de caminar perfecto a empezar a caminar y hablar como borrachito?». Es la pregunta que hace Coralia, una mujer de 43 años de edad que desde hace ocho, aproximadamente, padece de ataxia tipo 1.

Coralia Reyes Cam cursó sus estudios de primaria y secundaria en los colegios María Auxiliadora y Ciencias de Huánuco y migró a Lima para cursar estudios superiores. Ahí laboró como agente inmobiliaria y visitadora médica; se enamoró y casó y es también orgullosa madre de una joven.

Esa vida empezó a transformarse conforme empezaron a aparecer los síntomas de la ataxia espinocerebelosa.

Pero ¿qué es la ataxia espinocerebelosa? «Es un conjunto de enfermedades neurológicas en las que hay degeneración de las células del cerebelo. Principalmente hay alteración en la



coordinación del equilibrio y la marcha», precisa el portal [revistasanitariadeinvestigacion.com](https://revistasanitariadeinvestigacion.com).

**La palabra ataxia viene de la palabra griega, táxis, que significa «sin orden o falta de coordinación», y se utiliza para nombrar un grupo de síntomas y trastornos que afectan a las personas. Las personas con ataxia muestran dificultad en el control muscular de los brazos y de las piernas lo cual ocasiona una pérdida de equilibrio o coordinación o una alteración en el modo de caminar. Esto se debe a que la parte del sistema nervioso que controla el movimiento y el equilibrio, el cerebelo, se ve afectado. En ocasiones también se ve afectada la médula espinal. La ataxia puede afectar los dedos, las manos, los brazos, las piernas, los movimientos del cuerpo, el habla y la vista. (especialidades.sld.cu)**

Los médicos confirmaron a Coralia que tenía la ataxia tipo 1, enfermedad que la heredó de su mamá.

«Es una enfermedad que duele porque vas perdiendo todo», dice Coralia. Y cuando dice «todo» no solo se refiere a sus capacidades motrices, habla..., sino también a la pareja, amigos, familia...

Coralia cuenta que en su caso tiene a su lado a su esposo, su hija, padre, hermanos y amigos de colegio que han sido y son



«En la calle encuentro más empatía de la gente», afirma.

su soporte en esta nueva etapa de su vida. Eso, sumado a su carácter corajudo y resiliente la han llevado a afrontar la enfermedad de distinta manera a otras personas e incluso a formar la Asociación Perú Ataxia y a fundar grupos de ayuda virtual Amigos con Ataxia.

Por ello Coralia sabe que a varias personas con la enfermedad sus parejas las han dejado, sus hijas las han culpado por padecerla.

«Mucha gente que no acepta la enfermedad pierde su vida, se esconde en casa porque les da vergüenza; y es que caminamos como borrachitos, agarrándonos de la pared o algo para no caer», relata.

Y entonces aparecen también los actos discriminatorios velados.

«Yo, por eso entiendo a la gente con la enfermedad que se esconde», añade Coralia.

«Yo no le tengo vergüenza a mi enfermedad porque he asumido que es mi realidad. Pero, entiendo perfectamente a quien no la entiende», insiste quien en su adolescencia y juventud fue modelo, reina de belleza y ayudaba por aquellos años en Huánuco a entrenar a chicas que iban a modelar.

Esa reina de belleza, modelo, agente inmobiliario y visitadora médica, ahora usa una silla de ruedas para desplazarse y tiene dificultades para hablar. El aire parece faltarle cada vez que pronuncia una palabra; pero aún así ella quiere hacerse escuchar, que las personas conozcan su historia y algunas situaciones que califica de discriminación velada que —dice— tiene que enfrentar en el edificio en el que vive en una zona acomodada de Lima. Ahí donde la paz y la tranquilidad deberían acompañarla, la agresión la asalta.

Según relata, las tres personas que administran el edificio le prohibieron subir al ascensor, a su hija con el perro y a su trabajadora del hogar con la bolsa de desechos; además que cada vez que la ven le hacen gestos desagradables para ella.

A eso se suma —siempre según el relato de Coralia— que la administradora y algunos propietarios de departamentos se oponen a que instale una rampa móvil en el ingreso del edificio para subir con su silla de rueda.

Un incidente mayor ocurrió el 13 de abril y que ella ha denunciado en la Comisaría de Monterrico. Según su denuncia, la administradora del edificio, Patricia Naranjo, ingresó de forma violenta a su departamento para, en medio de gritos y grabándola con su celular, obligarla a firmar un papel que afirma no saber qué era y solo salió del departamento cuando Coralia llamó por teléfono a su papá.

Desde que aparecieron los síntomas de su enfermedad, Coralia dice haber tenido que lidiar con situaciones incómodas. Así, dice, cuando realizaba la constitución de su asociación en una notaría tuvo que llevar como testigo a su suegro —porque había cambiado su rúbrica por huella digital en su DNI—, el empleado de la notaría la hizo a un lado, no la dejó hablar e inconsultamente quería designar al suegro de ella como su representante legal.

Cuando acude a un centro comercial o cuando toma un taxi, nunca se dirigen a ella sino a la persona que la acompaña no obstante que es ella quien está comprando o hizo parar el taxi

«Cuando recién empezaba la discapacidad yo les decía: Señor, quien le está contratando soy yo, cualquier cosa converse



conmigo. Igual decía en la tienda al principio. Pero ahora mi discapacidad ha avanzado y entiendo a las personas. No todos tienen paciencia», agrega.

«A veces no es maldad; sino, falta de conocimiento», sostiene para referir la importancia de que las personas conozcan más de esta enfermedad rara y a quienes la padecen.

Precisamente desde el 2012 el 25 de setiembre se conmemora el Día Internacional de la Ataxia para «crear conciencia acerca de esta afección».

«Soy una persona más con condición discapacitante de las muchas que deben haber en diferentes sitios» con ataxia, agrega Coralia y reitera que ha sentido la discriminación velada en su edificio de las tres mujeres que la administran.

«Lo que me están haciendo me duele en la dignidad, porque estoy segura de que esas personas no actuarían así si yo no estuviera mal. Si no me vieran en silla de ruedas no serían tan abusivas conmigo», apunta.

En la calle, en cambio, dice haber encontrado más empatía y amabilidad de las personas.

Coralia afirma conocer casos de ataxia en Huánuco y saber que otros en Cajamarca, Arequipa, Lima y otras ciudades del país y del mundo.

Tan solo en España existen más de 13.000 afectados por algún tipo de ataxia cerebelosa, según estimaciones de la Sociedad Española de Neurología (SEN).



(/)

## MENINGITIS

# Los casos de meningitis bacteriana aumentan 10% en el último año


**"Aunque la gran mayoría de las meningitis están causadas por virus, las provocadas por bacterias y hongos suelen ser las más graves", explica la secretaria del Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología, Marta Guillán.**

(whatsapp://send?text=Los+casos+de+meningitis+bacteriana+aumentan+10%25+en+el+  
%C3%BAltimo+a  
%C3%B1o

-  
://https:  
//www.proceso.com.mx  
/ciencia-  
tecnologia  
/salud  
/2023/4  
/24/los-  
casos-  
de-  
meningitis-  
bacteriana-  
aumentan-  
10-  
en-  
el-  
ultimo-  
ano-305873.html)



(Dolor meningitis. Foto: PORNPAK KHUNATORN/ISTOCK  
(/u/fotografias/fotosnoticias/2023/4/24/172627.jpg)

 Por Europa Press (/autor/europa-press.html)

**CIENCIA Y TECNOLOGÍA** (/)

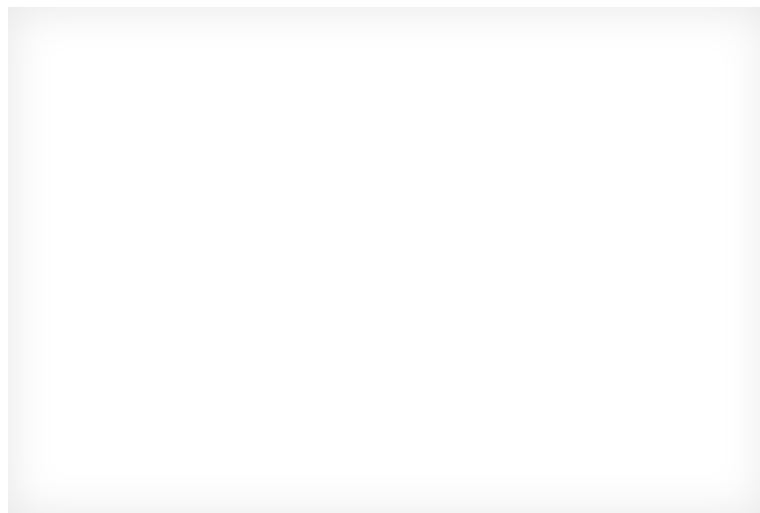
lunes, 24 de abril de 2023

MADRID (EUROPA PRESS). – Durante los años de pandemia, debido a las medidas de protección contra el covid-19, la incidencia de la meningitis disminuyó drásticamente, pero han vuelto a repuntar los casos. En la última temporada epidémica se ha producido un incremento del 10% en los casos de meningitis bacteriana, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).

"Confiamos en que la vacunación sistemática de los niños, y más con la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil de todas las comunidades autónomas, mitigará esta tendencia creciente", indicó la secretaria del

Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología, Marta Guillán.

PUBLICIDAD



#### NOTICIAS RELACIONADAS



**Capturan a cuatro dueños y administradores de hospitales por brote de meningitis en Durango**

**(/nacional/estados/2023/3/9/capturan-cuatro-duenos-administradores-de-hospitales-por-brote-de-meningitis-en-durango-303391.html)**



**El legendario guitarrista Jeff Beck murió por meningitis**

**(/cultura/2023/1/12/el-legendario-guitarrista-jeff-beck-murio-por-meningitis-300209.html)**



**Justicia, reclaman familiares de las víctimas de meningitis**

**(/reportajes/2022/12/20/justicia-reclaman-familiares-de-las-victimas-de-meningitis-298991.html)**

Con motivo del Día Mundial de la Meningitis que se celebra el 24 de abril, la SEN recordó que se trata de una enfermedad caracterizada por la inflamación de las membranas (meninges) que recubren el cerebro y la médula espinal y que, si se desarrolla de forma grave, puede provocar la muerte y ocasionar graves complicaciones y secuelas. Según datos de la SEN, cada año se declaran unos mil casos de meningitis en España, de los cuales, un 10% son muy graves.

"Aunque la gran mayoría de las meningitis están causadas por virus, las provocadas por bacterias y hongos suele ser las más graves", explica Guillán. "En España, los virus digestivos (enterovirus) y los del herpes, son los que, con más frecuencia, están detrás de la mayoría de casos de meningitis vírica; mientras que neumococos y meningococos, son las causas más comunes de meningitis bacteriana", añade la especialista.

Desde la SEN apuntan que en España el número de casos de meningitis no es especialmente alto, aunque desde el año 2014 se observa una tendencia ascendente, principalmente debido a un incremento de los casos de meningitis meningocócica por los serogrupos W e Y.

Los expertos aseguran que la mejor prevención contra la meningitis sigue siendo la vacunación. Por eso, desde la SEN insisten en la importancia de seguir las recomendaciones del calendario común de vacunación a lo largo de la vida. Además, la SEN, junto con distintas asociaciones médicas promueven la consecución de un calendario único de vacunaciones en todas las CC.AA. para asegurar la equidad en la prevención de la enfermedad.

"Estimamos que alrededor de un 20% de la población puede ser portadora de alguna de las bacterias que provocan las meningitis más graves. Y aunque la gran mayoría de estas personas no desarrollarán la enfermedad, si pueden transmitirla a otras personas más vulnerables y/o predisuestas", comenta Guillán.

"Los grupos de mayor riesgo son los niños menores de cinco años y los jóvenes de entre 15 y 24 años y también personas que padezcan alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunitario o que vivan en entornos comunitarios o de hacinamiento.



En todo caso, cualquier persona sana, y sobre todo si no está vacunada, puede contraer meningitis", explica la experta.

## Meningitis meningocócica, la más mortal

La meningitis es la primera causa de muerte por infección en niños y adolescentes, siendo la meningitis meningocócica la que mayor mortalidad provoca. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que un 10% de las personas que contraen este tipo de meningitis muere y que el 20% presenta complicaciones graves. Al tratarse de un problema mundial de salud pública, que afecta con mayor intensidad a los países de bajos ingresos, la OMS se ha propuesto objetivos como eliminar las epidemias de meningitis bacteriana, reducir el número de casos de meningitis bacteriana prevenible mediante vacunación en un 50% y las defunciones en un 70%, y por último reducir la discapacidad y mejorar la calidad de vida después de una meningitis.

"Dependiendo de la gravedad y extensión de la infección, el abanico de complicaciones y secuelas que puede dejar la meningitis es muy amplio, aunque los más habituales son déficits motores e intelectuales, sordera y epilepsia. Y si además se produce sepsis, es decir, que la infección pasa al torrente sanguíneo, se pueden producir numerosos problemas vasculares, fallos orgánicos o gangrenas que llevarán a la necesidad de realizar intervenciones quirúrgicas", detalla Guillán.

"Estamos, por lo tanto, ante una enfermedad muy grave y que puede dejar secuelas para toda la vida. Por lo tanto, se trata de una emergencia médica en la que su diagnóstico y tratamiento precoz es clave para evitar las secuelas y la mortalidad asociada", ha finalizado.

MÁS DE

[MENINGITIS \(/TEMAS/MENINGITIS-9203.HTML\)](#)

[AUMENTO \(/TEMAS/AUMENTO-7567.HTML\)](#)

[SALUD \(/TEMAS/SALUD-68.HTML\)](#)

### COMENTARIOS MÁS LEÍDAS



NACIONAL  
**Estudiante que practica Jiu-Jitsu da golpiza a un compañero de secundaria en Chiapas (video)**

(/nacional/estados/2023/4/24/estudiante-que-practica-jiu-jitsu-da-golpiza-un-companero-de-secundaria-en-chiapas-video-305909.html)



CULTURA  
**Ricardo O'Farrill arremete contra Daniel Sosa, Mau Nieto y Sofía Niño de Rivera (Video)**

(/cultura/2023/4/24/ricardo-ofarrill-arremete-contra-daniel-sosa-mau-nieto-sofia-nino-de-rivera-video-305888.html)



NACIONAL  
**Abuelito salva a sus nietos... de él mismo**

(/nacional/2023/4/24/abuelito-salva-sus-nietos-de-el-mismo-305899.html)



NACIONAL  
**Captan asalto masivo en la autopista Puebla-Orizaba (video)**

(/nacional/estados/2023/4/24/captan-asalto-masivo-en-la-autopista-puebla-orizaba-video-305870.html)



NACIONAL  
**Guardia Nacional resguarda inmediaciones de la SCJN ante plantón "escudo AMLO"**

(/nacional/2023/4/24/guardia-nacional-resguarda-inmediaciones-de-la-scn-ante-planton-escudo-amlo-305892.html)



[Portada](#) > [Secciones](#) > NEUROLOGÍA

## Los casos de meningitis crecen un 10% en España en el último año

La SEN confía en que la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil



Los menores de 1 año constituyen el grupo más vulnerable ante el meningococo B.



24 abr 2023. 19.15H

SE LEE EN 4 MINUTOS

POR [REDACCIÓN MÉDICA](#)

TAGS > [VACUNAS](#) [MENINGITIS](#)

Este lunes 24 de abril es el **Día Mundial de la Meningitis**, una enfermedad caracterizada por la inflamación de las membranas (**meninges**) que recubren el cerebro y la médula espinal y que, si se desarrolla de forma grave, puede provocar la muerte y ocasionar graves complicaciones y secuelas. Según datos de la Sociedad Española de Neurología (**SEN**), cada año se declaran unos **1.000 casos de meningitis en España**, de los cuales, un 10 por ciento son muy graves.

“Aunque la gran mayoría de las meningitis están causadas por virus, las provocadas por bacterias y hongos suele ser las más graves”, explica **Marta Guillán**, secretaria del Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología. “En España, los **virus digestivos** (enterovirus) y los del **herpes**, son los que, con más frecuencia, están detrás de la mayoría de casos de meningitis vírica; mientras que neumococos y meningococos, son las causas más comunes de meningitis bacteriana”.

Aunque [el número de casos de meningitis en España](#) no sea especialmente alto, desde el año 2014 se estaba observando una **tendencia ascendente**, principalmente debido a un incremento de los casos de meningitis meningocócica por los serogrupos W e Y. Durante los años de pandemia, debido a las **medidas de protección contra el Covid-19**, la incidencia de la meningitis disminuyó drásticamente debido a la meningitis comparte con el Covid-19 las vías de contagio, pero han vuelto a repuntar los casos.

“La gran mayoría de agentes que producen meningitis se transmiten por vía respiratoria. Por lo tanto, minimizar el **contacto cercano entre personas**, utilizar mascarillas, aumentar la higiene de manos, etc., son medidas que también hicieron descender los casos de meningitis. Una vez que nos hemos relajado en las medidas higiénicas adquiridas en la pandemia estamos volviendo a ver cómo crecen los casos de meningitis. En la última temporada epidémica se ha producido un incremento del 10 por ciento en los casos de meningitis bacteriana. Confiamos en que la vacunación sistemática de los niños, y más con la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil de todas las Comunidades Autónomas mitigará esta tendencia creciente”, señala Guillán.

## La vacunación, la mejor arma contra la meningitis

Actualmente, la **mejor prevención contra la meningitis** sigue siendo la **vacunación**. Por eso, desde la SEN se quiere insistir en la importancia de **seguir las recomendaciones del calendario** común de vacunación a lo largo de la vida. Además, la SEN, junto con distintas asociaciones médicas está intentando promover la consecución de un calendario único de vacunaciones en todas comunidades para asegurar la equidad en la prevención de la enfermedad.

“Estimamos que alrededor de **un 20 por ciento de la población** puede ser portadora de alguna de las bacterias que provocan las meningitis más graves. Y aunque la gran mayoría de estas personas no desarrollarán la enfermedad, si pueden transmitirla a otras personas más vulnerables y/o predispuestas”, comenta Guillán. “Los grupos de mayor riesgo son los **niños menores de 5 años** y los **jóvenes de entre 15 y 24 años** y también personas que padezcan alguna enfermedad que comprometa su sistema inmunitario o que vivan en entornos comunitarios o de hacinamiento. En todo caso, cualquier persona sana, y sobre todo si no está vacunada, puede contraer meningitis”.

La meningitis es la **primera causa de muerte por infección en niños y adolescentes**, siendo la meningitis meningocócica la que mayor mortalidad provoca. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que un 10 por ciento de las personas que contraen este tipo de meningitis muere y que el 20 por ciento presenta complicaciones graves. Al tratarse de un problema mundial de salud pública, que afecta con mayor intensidad a los países de bajos ingresos, la OMS se ha propuesto tres objetivos: eliminar las epidemias de meningitis bacteriana; reducir el número de casos de meningitis bacteriana prevenible mediante vacunación en un 50 por ciento y las defunciones en un 70 por ciento; y reducir la discapacidad y mejorar la calidad de vida después de una meningitis.

Las informaciones publicadas en Redacción Médica contienen afirmaciones, datos y declaraciones procedentes de instituciones oficiales y profesionales sanitarios. No obstante, ante cualquier duda relacionada con su salud, consulte con su especialista sanitario correspondiente.

### Hotels VIVA al mejor precio

Planea tu próxima escapada a Mallorca y vive la experiencia Hotels VIVA al completo

VIVA HOTELS | Patrocinado

Reservar Ahora

### El Gobierno instalará paneles solares en tu tejado si vives en una de estas 11 provincias

Ayudas Solares 2023 | Patrocinado

### Esta crema acelera la eliminación de las grasas acumuladas

Fórmula compuesta por un 96% de ingredientes de origen natural

Clarins | Patrocinado

Compra ahora

[sabervivirtv.com](https://www.sabervivirtv.com)

# ¿El dolor de cabeza que tienes puede ser peligroso?

*Eva Mimbrero*

7-8 minutos

---

Si el dolor de cabeza se presenta cada día puede ser indicativo de alguna enfermedad.

- [Te duele la cabeza casi cada día](#)
- [El dolor se presenta por la noche](#)
- [El dolor es peor tras un esfuerzo físico](#)
- [El dolor aparece de repente y es muy intenso](#)
- [Te duele mucho tras un golpe](#)
- [Situaciones que merecen especial atención](#)

El [dolor de cabeza](#) es algo tan común que, ante su presencia, muchas veces **ni se nos ocurre ir al médico** porque lo primero que solemos pensar es ya se me pasará. Sin embargo, en ocasiones, las cefaleas son el **primer síntoma de trastornos importantes**.

Pero, ¿cómo diferenciar un dolor de cabeza sin mayor importancia de otro potencialmente grave? Saber **identificar las posibles alteraciones que lo acompañan** y que, tal vez, indican algo serio es, sin duda, una de las maneras que más puede ayudarte en este sentido.

“La presencia de **fiebre** asociada a cefalea siempre obliga a considerar una **posible infección** del sistema nervioso central como, por ejemplo, una meningitis”, nos explica el [doctor Rogelio Leira](#), coordinador de la Unidad de Cefaleas del [Hospital Clínico Universitario de Santiago](#).

“También hay que estar atentos a **posibles alteraciones neurológicas**, como asimetrías de la pupila o alteraciones visuales, de la sensibilidad, de la fuerza, del equilibrio y de la coordinación”, añade el especialista.

A esto hay que sumar las pistas que pueden darte tanto el [tipo de dolor](#) como cuándo se origina. Acude al médico en las siguientes situaciones.

0 of 30 seconds Volume 0%

Este anuncio terminará en 21

00:08

00:21

00:30

## Te duele la cabeza casi cada día

Un **5%** de la población sufre cefaleas más de **15 días al mes**, según la [Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#). Si te ocurre es algo que, aunque ya estés diagnosticado de trastornos como la migraña, se merece la valoración de un especialista.

**Tomar analgésicos con frecuencia** puede hacer que el dolor se cronifique. De hecho, según un estudio español publicado en la revista científica [Cephalalgia](#), **el 40% de los pacientes** tratados en las Unidades de Cefalea tienen este tipo de dolor de cabeza.

**Pero hay más fármacos** que favorecen las cefaleas frecuentes. El doctor Leira nos explica que **ciertos antihipertensivos** y algunos medicamentos para tratar **problemas cardiacos** (como el nifedipino, la digoxina, la amiodarona o los parches de nitroglicerina) también las propician. A esta lista se suman **un tipo de antibióticos** (las tetraciclinas), y pastillas que actúan a nivel hormonal (corticoides, fármacos que regulan la glándula tiroides...).

En ocasiones es **consecuencia de otros trastornos, algunos de ellos graves**, como la presencia de un tumor en el cerebro (que no tiene por qué ser maligno), un [ictus](#) o una [meningitis](#). En todos estos casos, **el dolor de cabeza viene siempre acompañado de otros síntomas**, como los que ya hemos indicado.

## El dolor se presenta por la noche

*“El reposo suele asociarse a una mejora de la cefalea. Por eso, si aparece durante el sueño, suele ser inquietante tanto para el paciente como para el médico”,* nos explica el neurólogo. Y, aunque la cefalea nocturna no siempre ocurre por un trastorno grave, en ocasiones puede deberse a:

**Un aumento de presión dentro del cerebro.** Es posible que provoque dolores de cabeza nocturnos, y no es una molestia que deba tomarse a la ligera: que la presión en el cerebro crezca suele ir ligado a **hemorragias** cerebrales, presencia de **coágulos**, hematomas, tumores o infecciones como la encefalitis o también la meningitis.

**El origen puede estar en otros órganos, como la nariz o los ojos.** A veces se debe a una [sinusitis](#) (sus síntomas suelen agravarse por la noche sobre todo si duermes en una

habitación con un ambiente muy seco) o a problemas de visión (el sobreesfuerzo constante al intentar enfocar bien los objetos hace que, de noche, la cabeza duela).

## El dolor es peor tras un esfuerzo físico

*“La cefalea que **empeora con la tos** y otros esfuerzos físicos siempre se considera como potencialmente alarmante”,* afirma el doctor Leira.

**A veces, una lesión cerebral está detrás.** Puede ser tanto tumoral como debida a un trastorno circulatorio. Para salir de dudas son muy útiles el [TAC](#) y la [resonancia magnética](#), pruebas de imagen que permiten ver, de forma detallada, el cerebro por dentro.

**Aunque también es algo que ocurre si tienes migraña.** *“Este tipo de cefalea suele empeorar con el traqueteo de la cabeza”,* puntualiza el experto consultado. De hecho, que duela más tras un esfuerzo físico es una de las características que valoran los neurólogos para diferenciar la migraña de la [cefalea tensional](#).

## El dolor aparece de repente y es muy intenso

Es lo que se conoce como **“cefalea de tipo trueno”**, y provoca un dolor tan agudo que muchos de los que lo han sufrido lo equiparan a un martillazo en la cabeza.

**Acude a Urgencias cuanto antes,** porque este dolor es uno de los síntomas característicos de trastornos graves como hemorragias, infecciones o presencia de coágulos. Tal vez creas que el hecho de que sea un dolor de cabeza tan escandaloso facilita el diagnóstico, pero esto no ocurre siempre.

Por ejemplo, según un [estudio llevado a cabo en el Hospital del Mar](#), **1 de cada 4 casos de aneurisma cerebral** (que ocurre



cuando el dolor se debe a una hemorragia en un vaso sanguíneo del cerebro) **se diagnostica mal**. Y es que muchas veces, al tomar medicación para reducir el dolor de cabeza, lo acabamos enmascarando. Por eso, a la hora de realizar el diagnóstico, es tan importante saber cómo era al iniciarse.

**A veces el dolor dura pocos segundos y se va completamente**. Es lo que ocurre ante una especie de “mini-ictus”, conocido como **ataque isquémico transitorio**. *“Esto hace que **pueda confundirse con una migraña con aura**”*, nos explica el doctor Leira.

Para diferenciar entre estas dos posibilidades, hay que fijarse en otras cosas: *“**Si ocurre en pacientes jóvenes, el dolor se acompaña más de alteraciones visuales que de trastornos sensitivos o del lenguaje y la recuperación es más gradual, es más probable que se deba a un aura migrañosa**”*, aclara el neurólogo.

## Te duele mucho tras un golpe

Aunque en la mayoría de casos es una situación que no reviste gravedad, **acude al médico si, tras el traumatismo, el dolor de cabeza es intenso** y no afecta únicamente a la zona en la que te has dado el golpe.

Hazlo también **si te has desmayado, te notas mareado**, sientes ganas de vomitar, no ves bien o, de repente, tienes mucho sueño.

## Situaciones que merecen especial atención

- **Tienes más de 40 años**. *“La mayoría de los dolores de cabeza primarios y benignos, como la migraña y la cefalea tensional, suelen aparecer antes de los 20 años. Por eso, cuando una*

*persona comienza a tener cefaleas a partir de los 40-50 años, es obligatorio descartar causas no habituales y que, ocasionalmente, pueden ser graves”, afirma el Dr. Rogelio Leira.*

- **Estás embarazada.** Durante este periodo aumenta el riesgo de hemorragias cerebrales y de que se formen coágulos en las venas (que pueden viajar hasta el cerebro). La [preeclampsia](#), una subida de tensión que puede tener consecuencias graves tanto para la madre como para el bebé, también hace que la cabeza duela.
- [Dolor de cabeza](#)
- [Analgésicos](#)



Sigue a Discamedia en:



El periódico sobre discapacidad de [servimedia](#)

noticias | **economía** | **sociedad** | **salud** | **discapacidad**

## SALUD

# ILUNION Hotels, primera compañía hotelera que obtiene la certificación 'Espacios Cerebroprotegido' de la Fundación Freno al Ictus

- 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



Imagen de la entrega de la certificación | Foto de ILUNION

25 ABR 2023 | 13:58H | MADRID

**SERVIMEDIA**

**ILUNION Hotels, compañía perteneciente al Grupo Social ONCE y caracterizada por su firme compromiso con la accesibilidad y la inclusión, ha obtenido la certificación de 'Espacio Cerebroprotegido' otorgada por la Fundación Freno al Ictus.**

Esta certificación es un reconocimiento a los esfuerzos de Ilunion por crear ambientes seguros, capacitando a más de 300 trabajadores de sus 30 hoteles a nivel nacional con esta formación online y especialmente preparada para cumplir los estándares de accesibilidad que ILUNION Hotels exige en todas las iniciativas que pone en marcha.

Esta formación convierte a ILUNION Hotels en la primera compañía hotelera en obtener dicha certificación. La formación recibida permite la identificación, estabilización y actuación adecuada en caso de presentarse un episodio de ictus en su centro de trabajo (los hoteles de ILUNION Hotels) o en su entorno familiar y social, reforzando así su compromiso con la salud cerebral de sus empleados y clientes.

Juan José Cestero, director de Personas de ILUNION Hotels, indicó que “en ILUNION Hotels ponemos el esfuerzo en que nuestra plantilla se encuentre formada y, a su vez, concienciada y sensibilizada, sobre la prevención y actuación ante este tipo de situaciones. Es importante que nuestro personal esté capacitado ante estas situaciones, y apostamos por la salud de nuestros trabajadores, pero también de nuestros clientes. Esta certificación y formación sirve a nuestros trabajadores tanto para su vida profesional como para la personal, y contribuimos a tratar de construir un mundo mejor desde la salud”.

La identificación inmediata de estos síntomas es crucial en la evolución del paciente, ya que se ha demostrado que en los pacientes tratados desde el primer momento se reduce la mortalidad y la discapacidad generada por las secuelas de la enfermedad.

El presidente de la Fundación Freno al Ictus, Julio Agredano, destacó la importancia de la iniciativa de certificar a las empresas como Espacios Cerebroprotegidos, ya que no solo implica la formación interna de los empleados, sino también la capacitación para identificar un ictus y saber cómo actuar en su entorno. Según Agredano, "el 80% de las personas que son atendidas en las cuatro primeras horas no presentan secuelas o, de hacerlo, éstas serían moderadas. Es fundamental que sectores de actividad que están en continuo contacto con el público, como son los hoteles de Ilunion Hotels, se sumen a la iniciativa y de esta forma tengamos una sociedad más preparada para actuar en caso de que un ictus ocurra en su entorno".

Con esta iniciativa, la Fundación Freno al Ictus busca promover la conciencia y la capacitación en la detección temprana y la respuesta adecuada al ictus en el entorno laboral y social, con el objetivo de reducir su impacto y mejorar la atención a las personas afectadas.

Con esta certificación se resalta la importancia de la actuación rápida y adecuada ante la posible aparición de síntomas de un ictus en compañeros, clientes o familiares. El objetivo es salvar vidas y prevenir secuelas, lo cual se logra mediante la activación inmediata del protocolo 'Código Ictus' a través del servicio de emergencia 112.

Es importante tener en cuenta que el ictus es una enfermedad cerebrovascular que afecta a más de 120.000 personas cada año en España. Es la primera causa de muerte en mujeres y la segunda a nivel global, siendo también la principal causa de discapacidad en adultos. Sin embargo, la buena noticia es que el 90% de los casos de ictus son prevenibles.

## ESPACIO CEREBROPROTEGIDO

Es una certificación obtenida a través de una formación online, el contenido formativo ha sido desarrollado con la colaboración de la Sociedad Española de Neurología (SEN) a través de su Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV) y forma parte del proyecto 'Brain Caring People' el cuál cuenta con el aval social de la propia sociedad científica y cuenta también

con el apoyo de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo (AEEMT) y la Asociación Española de Servicios de Prevención Laboral (AESPLA).

Espacio Cerebroprotegido pretende acelerar la cadena de supervivencia frente a un ictus, siendo el primer eslabón de la cadena del “código ictus”, cualquier persona puede identificar y actuar frente a un ictus dando la voz de alarma.

(SERVIMEDIA)

25 ABR 2023

s/gja



Psicología

Tecnología

Economía

## ILUNION Hotels, primera compañía hotelera que obtiene la certificación 'Espacios Cerebroprotegido' de la Fundación Freno al Ictus

Agencias

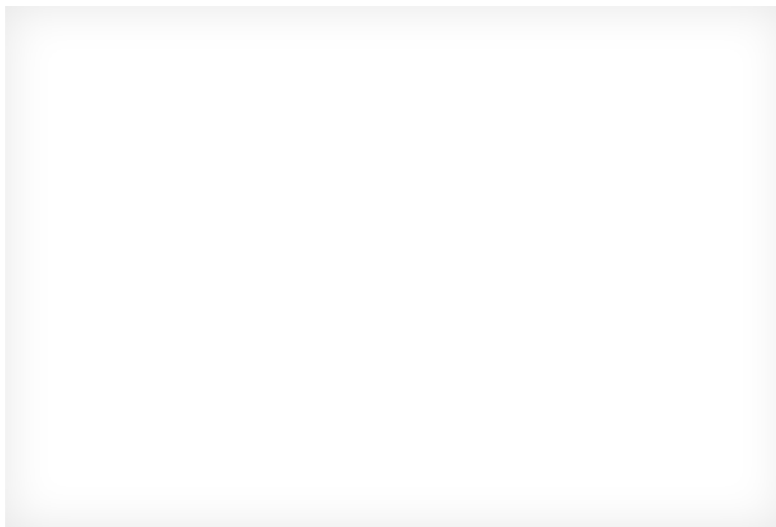
Martes, 25 de abril de 2023, 13:58 h (CET)

@DiarioSigloXXI 

MADRID, 25 (SERVIMEDIA)

ILUNION Hotels, compañía perteneciente al Grupo Social ONCE y caracterizada por su firme compromiso con la accesibilidad y la inclusión, ha obtenido la certificación de 'Espacio Cerebroprotegido' otorgada por la Fundación Freno al Ictus.

PUBLICIDAD



Esta certificación es un reconocimiento a los esfuerzos de Ilunion por crear ambientes seguros, capacitando a más de 300 trabajadores de sus 30 hoteles a



### Red Talleres Órbita Cepsa

Descubre lo que nuestra red de talleres dice de nosotros aquí

#### Noticias relacionadas

La firma de hipotecas vuelve a caer y disminuye en febrero un 2%

Iberdrola disparó un 40% su beneficio del primer trimestre, hasta los 1.485,4 millones

Iberdrola vende a GIC el 50% de su negocio de redes en Brasil por 215 millones de euros

El Congreso aprobará mañana la Ley de Vivienda y la remitirá al Senado

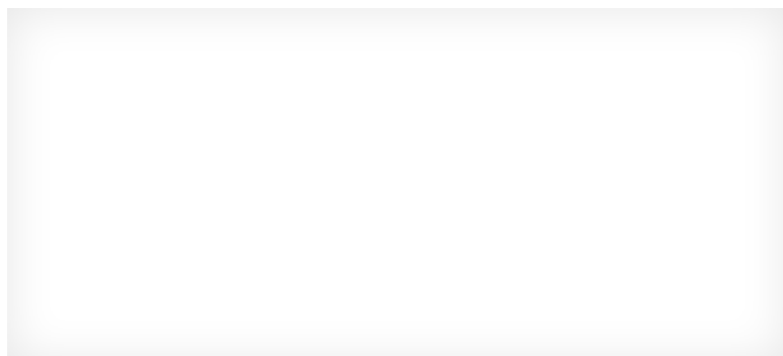
Iberdrola disparó un 40% su beneficio del primer trimestre, hasta los 1.485,4 millones



en su centro de trabajo (los hoteles de ILUNION Hotels) o en su entorno familiar y social, reforzando así su compromiso con la salud cerebral de sus empleados y clientes.

Juan José Cestero, director de Personas de ILUNION Hotels, indicó que "en ILUNION Hotels ponemos el esfuerzo en que nuestra plantilla se encuentre formada y, a su vez, concienciada y sensibilizada, sobre la prevención y actuación ante este tipo de situaciones. Es importante que nuestro personal esté capacitado ante estas situaciones, y apostamos por la salud de nuestros trabajadores, pero también de nuestros clientes. Esta certificación y formación sirve a nuestros trabajadores tanto para su vida profesional como para la personal, y contribuimos a tratar de construir un mundo mejor desde la salud".

PUBLICIDAD



La identificación inmediata de estos síntomas es crucial en la evolución del paciente, ya que se ha demostrado que en los pacientes tratados desde el primer momento se reduce la mortalidad y la discapacidad generada por las secuelas de la enfermedad.

El presidente de la Fundación Freno al Ictus, Julio Agredano, destacó la importancia de la iniciativa de certificar a las empresas como Espacios Cerebroprotegidos, ya que no solo implica la formación interna de los empleados, sino también la capacitación para identificar un ictus y saber cómo actuar en su entorno. Según Agredano, "el 80% de las personas que son atendidas en las cuatro primeras horas no presentan secuelas o, de hacerlo, éstas serían moderadas. Es fundamental que sectores de actividad que están en continuo contacto con el público, como son los hoteles de Ilunion Hotels, se sumen a la iniciativa y de esta forma tengamos una sociedad más preparada para actuar en caso de que un ictus ocurra en su entorno".

Con esta iniciativa, la Fundación Freno al Ictus busca promover la conciencia y la capacitación en la detección temprana y la respuesta adecuada al ictus en el entorno laboral y social, con el objetivo de reducir su impacto y mejorar la atención a las personas afectadas.



## Red Talleres Órbita Cepsa









Descubre lo que nuestra red de talleres dice de nosotros aquí

que afecta a más de 120.000 personas cada año en España. Es la primera causa de muerte en mujeres y la segunda a nivel global, siendo también la principal causa de discapacidad en adultos. Sin embargo, la buena noticia es que el 90% de los casos de ictus son prevenibles.

#### ESPACIO CEREBROPROTEGIDO

Es una certificación obtenida a través de una formación online, el contenido formativo ha sido desarrollado con la colaboración de la Sociedad Española de Neurología (SEN) a través de su Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV) y forma parte del proyecto 'Brain Caring People' el cuál cuenta con el aval social de la propia sociedad científica y cuenta también con el apoyo de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo (AEEMT) y la Asociación Española de Servicios de Prevención Laboral (AESPLA).

Espacio Cerebroprotegido pretende acelerar la cadena de supervivencia frente a un ictus, siendo el primer eslabón de la cadena del "código ictus", cualquier persona puede identificar y actuar frente a un ictus dando la voz de alarma.

[Quiénes somos](#) | [Sobre nosotros](#) | [Contacto](#) | [Aviso legal](#) |  |  |  |  |  | 

© Diario Siglo XXI. Periódico digital independiente, plural y abierto | Director: Guillermo Peris Peris



## Red Talleres Órbita Cepsa



Descubre lo que nuestra red de talleres dice de nosotros aquí

## Cada año se declaran unos 1.000 casos de meningitis en España



24 Abr, 2023  
por Tweet Salud

Imprimir este artículo  
Tamaño de fuente - 16 +

### La incidencia ha aumentado un 10% en el último año.

Hoy, 24 de abril, es el **Día Mundial de la Meningitis**, una enfermedad caracterizada por la inflamación de las membranas (meninges) que recubren el cerebro y la médula espinal y que, si se desarrolla de forma grave, puede provocar la muerte y ocasionar graves complicaciones y secuelas. Según datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, cada año se declaran unos 1.000 casos de meningitis en España, de los cuales, un 10% son muy graves.

*“Aunque la gran mayoría de las meningitis están causadas por virus, las provocadas por bacterias y hongos suele ser las más graves. En España, los virus digestivos (enterovirus) y los del herpes, son los que, con más frecuencia, están detrás de la mayoría de casos de meningitis vírica; mientras que neumococos y meningococos, son las causas más comunes de meningitis bacteriana”, explica la Dra. Marta Guillán, Secretaria del Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la SEN.*

Aunque en España el número de casos de meningitis no sea especialmente alto, **desde el año 2014 se estaba observando una tendencia ascendente**, principalmente debido a un incremento de los casos de meningitis meningocócica por los serogrupos W e Y. Durante los años de pandemia, debido a las medidas de **protección contra el COVID-19**, la incidencia de la meningitis disminuyó drásticamente debido a la meningitis comparte con el COVID-19 las vías de contagio, pero han vuelto a repuntar los casos.

*“La gran mayoría de agentes que producen meningitis se transmiten por vía respiratoria. Por lo tanto, minimizar el contacto cercano entre personas, utilizar mascarillas, aumentar la higiene de manos, etc., son medidas que también hicieron descender los casos de meningitis. Una vez que nos hemos relajado en las medidas higiénicas adquiridas en la pandemia estamos volviendo a ver cómo crecen los casos de meningitis. En la última temporada epidémica se ha producido un incremento del 10% en los casos de meningitis bacteriana. Confiamos en que la vacunación sistemática de los niños, y más con la reciente incorporación de la vacuna frente al meningococo B en el calendario vacunal infantil de todas las Comunidades Autónomas (CC.AA.), mitigará esta tendencia creciente”, señala la Dra. Marta Guillán.*

Fuente: SEN 24-04-2023

Comparte:

f Facebook 0 | t Twitter 0 | g+ Google+ 0 | in LinkedIn 0

Etiquetas asignadas al artículo:

Meningitis SEN

Artículos relacionados

Noticias

5 años

Cirugía

2 semanas

Noticias

10 meses

Boletín



buscar aquí

Buscar

Síguenos

Twitter

Facebook

Noticias

abril 2023

L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

« Mar

Últimas Tweetnews

Ver más



Los farmacéuticos ofrecen a Miñones «todo el activo de la profesión para aumentar la capacidad asistencial del SNS»


Se han repasado los principales temas de

leer más abril 25



# ¿Conoces los efectos del ruido en la salud?

[Inicio](#) » [Vida Saludable](#) » **¿Conoces los efectos del ruido en la salud?**

 "Escucha este artículo"

El 26 de abril es el día internacional de concienciación sobre el ruido. Los datos de la [Organización Mundial de la Salud](#) (OMS) estiman que unos 95 millones de personas en todo el mundo sufren exposición a niveles nocivos de ruido causados por el tráfico. Las previsiones son que, en 2050, 3 de cada 4 habitantes en grandes ciudades tendrá algún tipo de pérdida de audición. Además, 700 millones de personas necesitarán cuidados en sus oídos a causa de la exposición al ruido.

“El **ruido** es un elemento que afecta de forma sustancial a la calidad de vida de las personas. Sin llegar a los límites que se consideran perjudiciales, el ruido ya supone un elemento perturbador, que genera malestar y aumenta la agresividad de los individuos”, explica el doctor Javier Gavilán Bouzas, jefe de servicio de Otorrinolaringología del Hospital Universitario La Paz de Madrid.

Los dos factores determinantes del efecto del ruido sobre la audición son:

- la intensidad del mismo
- el tiempo de exposición.

“La acción de ambas puede ser conjunta o independiente. Es decir, un sonido extremadamente intenso pero muy breve –como puede ser una explosión próxima a una persona–, o una exposición larga a un sonido



El ámbito laboral es especialmente importante, así como las personas jóvenes. En Estados Unidos, **se calcula** que 22 millones de trabajadores están expuestos cada año a niveles de ruido suficientemente altos que pueden dañar su audición.

En cuanto a los jóvenes, “hoy en día casi el 50% de la población entre 12 y 35 años corre el riesgo de **dañar su audición de forma permanente**. Esto se debe, en gran medida, a la falta de concienciación acerca de los peligros asociados a la exposición constante a sonidos o ruidos de alta intensidad durante largos periodos de tiempo, especialmente cuando se escucha música a través de auriculares, teléfonos inteligentes y otros dispositivos”, señala Julio Rodrigo Dacosta, director general de MED-EL España y Portugal.

El ruido puede tener un grave impacto en diferentes campos de nuestra salud:

- Pérdida de audición por daños en las estructuras del oído
- Dolor
- Acúfenos (pitidos en el oído)
- Trastornos del sueño
- Problemas del sistema cardiocirculatorio y sistema nervioso
- Reducción del rendimiento, mayor fatiga
- Menor capacidad de memorización
- Estrés, a causa de ruido crónico
- Agresividad
- Aumento de hospitalizaciones por ansiedad o depresión

“Además, el ruido puede causar una liberación de cortisol y otras hormonas relacionadas con el estrés, afectando a algunas áreas del cerebro, como el hipocampo. Hay estudios que demuestran una relación entre contaminación atmosférica y el ruido con un mayor riesgo de



- 1.- **Limitar el volumen:** reducir el volumen al 60% en los dispositivos reproductores de sonido y teléfonos móviles.
  - 2.- **No sobreexponer los oídos a música alta:** poner el límite en 80 decibelios ponderados (dBA) -en el caso de los adultos- y en 75 dBA -en el caso de los niños- durante no más de 40 horas a la semana.
  - 3.- **Proteger los oídos de los sonidos fuertes:** usar tapones para proteger los oídos de sonidos fuertes en lugares con música alta.
  - 4.- **Tomar descansos:** cuando se esté en ambientes ruidosos, tomar descansos en áreas tranquilas. Limitar el uso diario de dispositivos de audio personales.
  - 5.- **Reducir los ruidos de fondo:** usar auriculares con cancelación de ruido bien equipados y apagar la radio, la televisión o cualquier otra fuente de distracción de sonido.
  - 6.- **Mantener distancia de las fuentes de sonido fuertes:** alejarse de los altavoces para proteger los oídos.
  - 7.- **Elegir dispositivos que regulen los volúmenes automáticamente:** pruebe aplicaciones y otras tecnologías con funciones integradas de escucha segura.
- José Luis Blanco, jefe de audiología de Oticon, añade:
- 8.- **Revisar la audición de forma periódica:** es recomendable hacerse una revisión de la audición al menos una vez al año, sobre todo aquellas personas que se exponen a diario a ruidos fuertes por sus profesiones o que puedan ser más vulnerables a sufrir una pérdida auditiva.
  - 9.- **Evitar la producción de ruido:** cada persona produce a diario gran



imprescindible

- emplear electrodomésticos silenciosos
- limitar el ruido en las horas de descanso
- hablar sin gritar
- educar a los niños
- controlar las mascotas
- no usar petardos ni fuegos artificiales
- avisar a nuestros vecinos si vamos a hacer ruido y durante cuánto tiempo

*Por Javier Granda Revilla*

*© 2023 Hispanic Information and Telecommunications Network, Inc (HITN).*

*All rights reserved.*

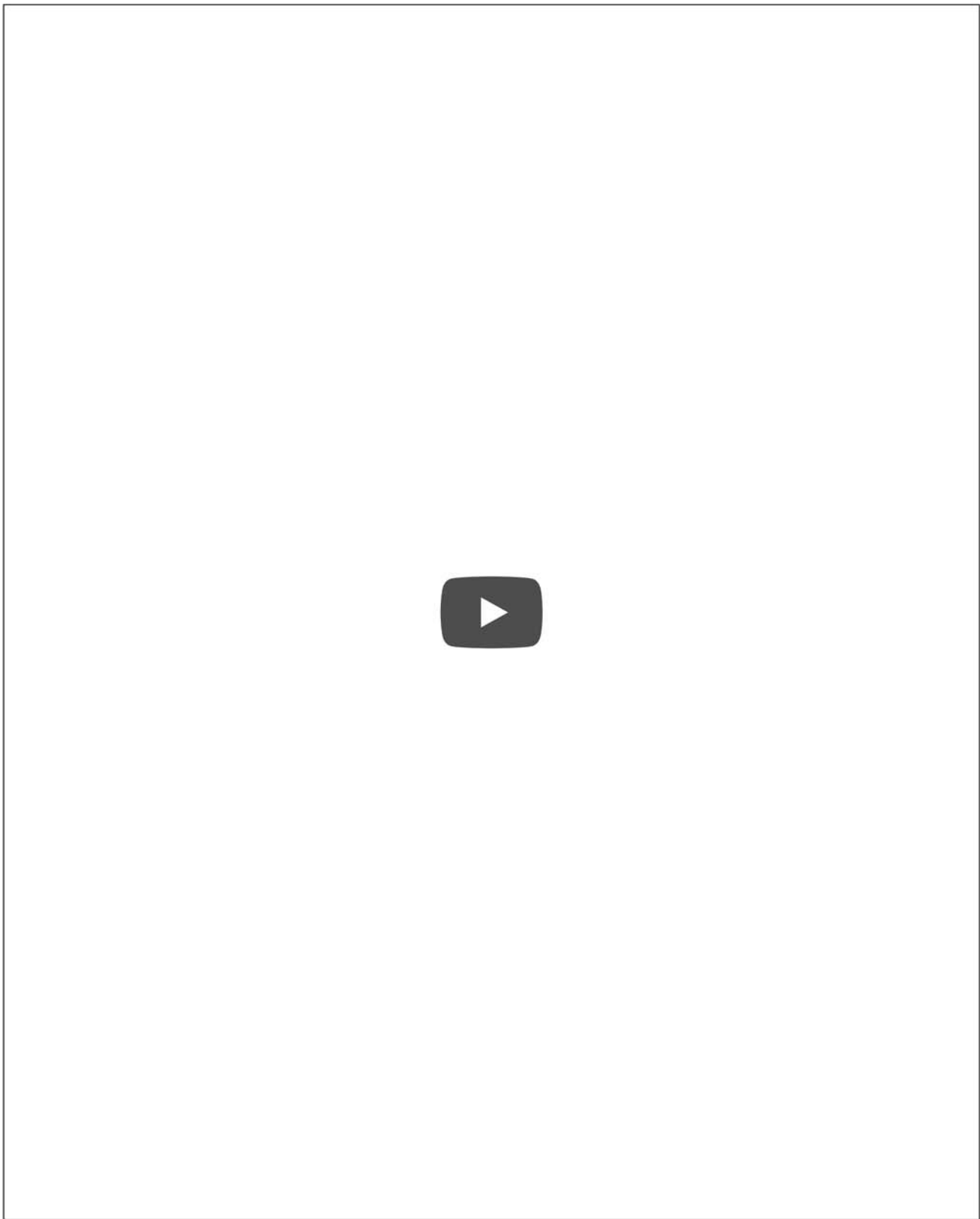
*Imagen: ©Shutterstock / Josep Suria*

## Comentarios de nuestra comunidad





Buscar



## 24 de Abril Dia Mundial Meningitis



**CerebroEsterSinH**  
15 suscriptores

Suscribirme



3



Compartir



7 visualizaciones hace 15 horas