

(<https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/>)



# Canarias Te Quiero

## TU CANAL DE COMUNICACIÓN

(<https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/>)

Home (<https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/>) /

Sociedad (<https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/sociedad/>) /

Rakel, enferma de ELA: "Es más económico facilitar la



### Los traumatólogos lo ocultan....

([https://www.addoor.net/r/?trigger\\_id=6135&channel\\_id=2555&item\\_id=46030&syndication\\_id=4628&pos=0&uid=jpdWUofA1Za&sid=BHQeN2TekNbr&event\\_id=Jc4MIRV&query\\_id=syndication-4628-es-1&r=https%253A%252F%252Fwww.addoor.net/r/bHJd5ISZKv-ZjNH4EDYxR%253Futm\\_source%253D639](https://www.addoor.net/r/?trigger_id=6135&channel_id=2555&item_id=46030&syndication_id=4628&pos=0&uid=jpdWUofA1Za&sid=BHQeN2TekNbr&event_id=Jc4MIRV&query_id=syndication-4628-es-1&r=https%253A%252F%252Fwww.addoor.net/r/bHJd5ISZKv-ZjNH4EDYxR%253Futm_source%253D639))

## Rakel, enferma de ELA: "Es más económico facilitar la muerte que una vida digna»

El 11 agosto, 2023 (<https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/2023/08/rakel-estuniga-enferma-de-ela-es-mas-economico-facilitar-la-muerte-que-una-vida-digna/>) by Canarias Te Quiero (<https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/author/salvador/>)

(<https://www.facebook.com/sharer/sharer.%2Fdiariodeavisos.elespanol.com%2Fcanariastequero/2023/08/rakel-estuniga-enferma-de-ela-es-mas-economico-facilitar-la-muerte-que-una-vida-digna%2F>)



Saber Vivir

Seguir

## Cómo hay que tratar la migraña crónica

Historia de Dra. Patricia Pozo Rosich, Soledad López • 11mo



Qué es la migraña crónica y cómo tratarla de forma eficaz  
© iStock by Getty Images

- Tipos de migraña
- Cómo es un ataque de migraña
- ¿La migraña es hereditaria?
- Qué factores aumentan el riesgo de sufrir migraña crónica
- Cómo controlar un cerebro migrañoso
- Qué hábitos ayudan a prevenir ataques de migraña
- Qué medicamentos y tratamientos funcionan para la migraña

La **migraña** afecta a alrededor del 14% de la población europea, principalmente a mujeres (80% de los casos, aproximadamente) de mediana edad (20–50 años), según datos de la Sociedad Española de Neurología.

Este truco para mejorar su audición está de moda en España

Publicidad | hearclear



La **migraña crónica** es la **complicación más frecuente** de la migraña. Se define por la presencia de **cefalea 15 o más días al mes**, de los que al menos 8 deben cumplir criterios de migraña sin aura durante al menos tres meses. Esta es, exactamente, la definición técnica de migraña crónica según la **clasificación internacional**. Sin embargo, se trata de un término que crea confusión porque *"la migraña como enfermedad es crónica, una persona nace y muere siendo migrañosa"*, explica a Saber Vivir la [Dra. Patricia Pozo Rosich](#),

¡Oferta por tiempo limitado! Suscríbete por 1€/mes durante 3 meses

Quiero la oferta

PUBLICIDAD

VIGO

## Muere un bebé de seis meses por meningitis en Vigo

LA VOZ  
VIGO



Xoán Carlos Gil

## El niño, que estaba vacunado, ingresó muy grave el lunes en las urgencias del Álvaro Cunqueiro

19 ago 2023 . Actualizado a las 00:58 h.



Comentar · 5

**U**n bebé de seis meses de edad ha fallecido en el **Hospital Álvaro Cunqueiro de Vigo** debido a una sepsis fulminante. El niño ingresó por Urgencias el pasado lunes. Su estado era tan grave que fue inmediatamente derivado a la unidad de cuidados intensivos. Sin embargo, el tratamiento aplicado por los sanitarios de la uci infantil no pudo impedir el fallecimiento del bebé.

La infección estuvo causada por la meningitis bacteriana meningocócica, una **enfermedad endémica en Galicia**. Según fuentes sanitarias, el niño tenía todas las vacunas correspondientes a su edad. En la actualidad, el calendario de vacunaciones de Galicia incluye la vacuna frente a la enfermedad meningocócica debida al serogrupo C, mientras la vacunación frente el serogrupo B se reserva para ciertas situaciones que se pueden consultar en el enlace Protocolo de vigilancia y control en Galicia. Sin embargo, la vacuna no presenta una efectividad absoluta.

Como el niño no estaba escolarizado ni iba a una guardería, el **protocolo del Sergas** señala que se aplicará quimioprofilaxis a sus contactos íntimos, en este caso, a sus familiares más cercanos. La quimioprofilaxis es el uso de medicamentos, solos o combinados entre sí, para prevenir la infección y cortar



una posible transmisión de la bacteriana meningocócica a otras personas.

## Detección de la meningitis

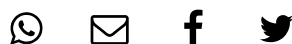
En España, casi el 90 % de los casos de meningitis que se producen cada año son **debidos a infecciones** causadas por agentes víricos o bacterianos, según datos de la SEN. Los niños menores de 5 años y jóvenes entre los 15 y 24 años son los grupos poblacionales que con más frecuencia se ven afectados por esta enfermedad.

**Por qué la meningitis mata a uno de cada 10 pacientes: «El diagnóstico debe ser lo más rápido posible»**

LAURA MIYARA



Para detectar una meningitis se tienen en cuenta, en primer lugar, los síntomas que el paciente manifiesta en urgencias o en consulta. «Hay una serie de síntomas que orientan la presencia de una meningitis. Son síntomas generales, como la fiebre y dolor de cabeza, rigidez de nuca, que es una dificultad para mover el cuello, y luego pueden tener náuseas y vómitos acompañando al dolor de cabeza. Para diagnosticar la meningitis lo que habría que hacer es una punción lumbar, que es una prueba que consiste en extraer un líquido que tenemos en el cerebro y que discurre a través de la columna. Se extrae ese líquido a nivel lumbar y se estudia. Con esto se puede detectar el germen responsable de la meningitis», detalla Pablo Irimia, neurólogo Coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN).



Comentar · 5

También en La Voz

**El joven de 17 años que salvó una vida en el mar de Valdoviño: «Le prometí que no se iba a morir, que volvería a ver a sus hijos»**

PATRICIA HERMIDA





AdChoices

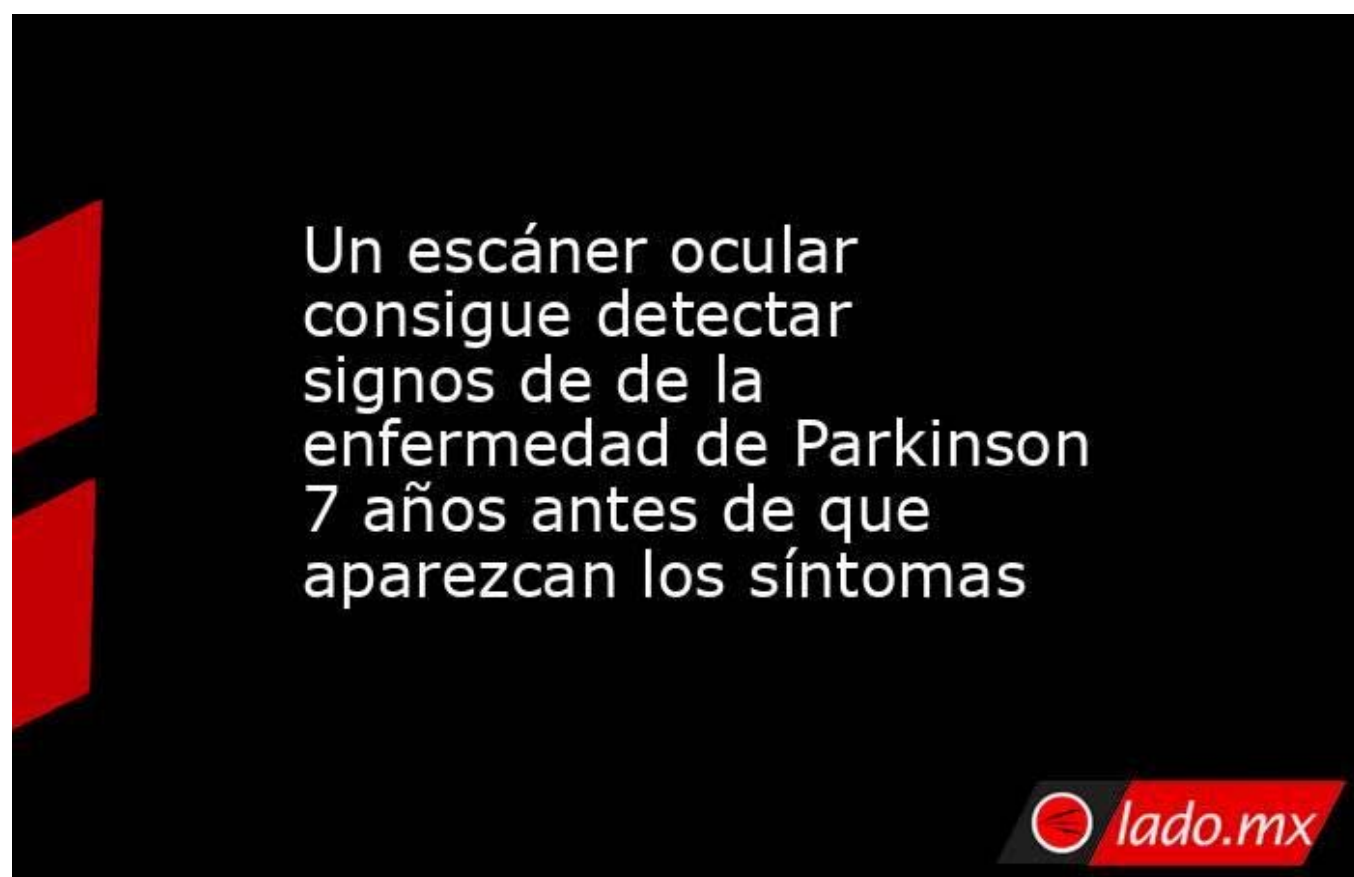
Compartir

1 de 3 fotos en la galería  
©Pornpak Khunatorn

Algunas de las causas más comunes que puede originar hormigueo en las manos son la compresión de los nervios de esta región, problemas circulatorios, procesos inflamatorios.

México (trending.php?id=1051) / Morena (trending.php?id=302) / Santiago Creel (trending.php?id=5750)  
/ Bertha Xóchitl Gálvez Ruiz (trending.php?id=10301) / 2023 (trending.php?id=9806) / Argentina (trending.php?id=769)  
/ Beatriz Paredes Rangel (trending.php?id=9539) / Colombia (trending.php?id=399) / Chile (trending.php?id=652)  
/ Coahuila de Zaragoza (trending.php?id=1106)

## Un escáner ocular consigue detectar signos de de la enfermedad de Parkinson 7 años antes de que aparezcan los síntomas Infobae



03:50

Califica esta nota

☆☆☆☆☆



Una oftalmóloga examinando a un paciente. (Getty)

Un equipo de investigación identifica los marcadores que indican la presencia de Parkinson siete años antes de los primeros síntomas clínicos gracias al estudio de las imágenes de la retina. Estos marcadores de la enfermedad se pudieron identificar gracias a las exploraciones oculares con la ayuda de la inteligencia artificial (IA).

El estudio, realizado por un equipo de investigación de la University College de Londres (UCL) y del Hospital Oftalmológico Moorfields, en Reino Unido, supone un gran avance en la lucha contra el Parkinson, ya que **es la primera vez que se consiguen mostrar estos hallazgos varios años antes del diagnóstico.**

El uso de estos dos grandes y potentes conjuntos de datos ha permitido al equipo identificar estos marcadores sutiles, a pesar de que la enfermedad de Parkinson tiene una prevalencia relativamente baja (0,1-0,2% de la población). La generación del conjunto de datos **AlzEye** fue posible gracias a **INSIGHT, la mayor base de datos del mundo de imágenes retinianas y datos clínicos asociados.** Además, publican en 'Neurology', la revista médica de la Academia Estadounidense de Neurología, su análisis del conjunto de datos AlzEye se repitió utilizando la base de datos más amplia del Biobanco del Reino Unido (voluntarios sanos), que replicó los descubrimientos.

*Te puede interesar: El reto de los fármacos contra el Alzheimer: "La enfermedad empieza antes de que aparezcan los síntomas y la neurodegeneración está bastante avanzada"* (<https://www.infobae.com/espana/2023/08/18/el-reto-de-los-farmacos-contra-el-alzheimer-la-enfermedad-empieza-antes-de-que-aparezcan-los-primeros-sintomas-y-cuando-llegan-la-neurodegeneracion-esta-bastante-avanzada/>)

Aún no se puede predecir el Parkinson



“Todavía no estamos preparados para predecir si un individuo desarrollará Parkinson, **esperamos que este método pueda convertirse pronto en una herramienta de preselección** para las personas con riesgo de padecer la enfermedad”, explica el doctor Siegfried Wagner, del Instituto de Oftalmología de la UCL y Hospital Oftalmológico Moorfields e investigador principal de otros estudios sobre el AlzEye.

El doctor añade que “descubrir signos de una serie de enfermedades antes de que aparezcan los síntomas significa que, en el futuro, las personas podrían tener tiempo de hacer cambios en su estilo de vida para prevenir la aparición de algunas afecciones, y **los médicos podrían retrasar la aparición y el impacto de trastornos neurodegenerativos** que cambian la vida”.

Qué muestra el estudio de retina

El examen post mortem de pacientes con enfermedad de Parkinson ha encontrado diferencias en la INL (capa nuclear interna) de la retina. Este estudio ha confirmado informes anteriores sobre un grosor significativamente menor en esta capa de la retina, aunque los investigadores aún necesitan estudios futuros para determinar si este tipo de atrofia en la retina está impulsada por los cambios cerebrales en la enfermedad de Parkinson.

Explorar este hecho podría ayudar a explicar el mecanismo y determinar si las imágenes retinianas podrían apoyar el diagnóstico, pronóstico y manejo complejo de los pacientes afectados por la enfermedad de Parkinson.



Close-up woman's eye with using a 3D blue technology circle. (Yuichiro Chino/)

El ojo, una ventana al interior

Los médicos saben desde hace tiempo que el ojo puede actuar como una “ventana” al resto del cuerpo, lo que permite conocer directamente muchos aspectos de nuestra salud. En la actualidad, las imágenes de alta resolución de la retina forman parte de la rutina oftalmológica, en particular un tipo de escáner 3D conocido como “tomografía de coherencia óptica”, muy utilizado en clínicas oftalmológicas y ópticas.

En menos de un minuto, este escáner del interior del ojo muestra un corte transversal de la retina con un nivel de detalle de hasta una milésima de milímetro. **Estas imágenes son muy útiles para vigilar la salud ocular, pero su valor va mucho más allá**, ya que la exploración de la retina es la única forma no intrusiva de ver las capas de células que se encuentran bajo la superficie de la piel.

La fusión de este escáner retiniano con el banco de datos de otras retinas, a partir a un tipo de inteligencia artificial conocida como “aprendizaje automático”, permite descubrir información oculta sobre todo el cuerpo a partir de estas imágenes, mediante la oculómica.

El uso de estos datos procedentes de exploraciones oculares **ha revelado anteriormente signos de otras enfermedades neurodegenerativas, como el Alzheimer**, la esclerosis múltiple y, más recientemente, la esquizofrenia.

10.000 casos de Parkinson al año en España

En todo el mundo, más de 7 millones de personas padecen Parkinson y, en España, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), más de 150.000 personas están afectadas por esta enfermedad neurológica. Actualmente, **cada año se diagnostican en nuestro país unos 10.000 casos nuevos**.

*\*Con información de Europa Press*

Seguir leyendo:



*"El principal vehículo de transmisión de la hepatitis C en España es el 'chemsex'"* (<https://www.infobae.com/espana/2023/08/12/el-principal-vehiculo-de-transmision-de-la-hepatitis-c-en-espana-es-el-chemsex/>)

*Un medicamento para la epilepsia aumenta el riesgo de alteraciones del neurodesarrollo en niños si los padres lo han consumido* (<https://www.infobae.com/espana/2023/08/10/un-medicamento-para-la-epilepsia-aumenta-el-riesgo-de-alteraciones-del-neurodesarrollo-en-ninos-si-los-padres-lo-han-consumido/>)

*La historia del mito de que es necesario andar 10.000 pasos al día: la culpa la tienen los Juegos Olímpicos y unos podómetros* (<https://www.infobae.com/espana/2023/08/10/la-historia-del-mito-de-que-es-necesario-andar-10000-pasos-al-dia-la-culpa-la-tienen-los-juegos-olimpicos-y-unos-podometros/>)

Compartir en:  (<https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D13996357>)  ([https://twitter.com/intent/tweet?original\\_referer=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D13996357&related=lado\\_mx&text=Un+esc%C3%A1ner+ocular+consigue+detectar+signos+de+de+la+enfermedad+de+Parkinson+7+a%C3%B1os+antes+de+que+aparezcan+los+s%C3%ADntomas&tw\\_p=tweetbutton&url=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D13996357](https://twitter.com/intent/tweet?original_referer=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D13996357&related=lado_mx&text=Un+esc%C3%A1ner+ocular+consigue+detectar+signos+de+de+la+enfermedad+de+Parkinson+7+a%C3%B1os+antes+de+que+aparezcan+los+s%C3%ADntomas&tw_p=tweetbutton&url=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D13996357))  (<https://wa.me/?text=Un+esc%C3%A1ner+ocular+consigue+detectar+signos+de+de+la+enfermedad+de+Parkinson+7+a%C3%B1os+antes+de+que+aparezcan+los+s%C3%ADntomas%20https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D13996357>)

[Leer noticia completa](https://www.infobae.com/espana/2023/08/22/un-escaner-ocular-consigue-detectar-signos-de-de-la-enfermedad-de-parkinson-7-anos-antes-de-que-aparezcan-los-sintomas/) (<https://www.infobae.com/espana/2023/08/22/un-escaner-ocular-consigue-detectar-signos-de-de-la-enfermedad-de-parkinson-7-anos-antes-de-que-aparezcan-los-sintomas/>)

Encuentran la forma de adelantarse al párkinson siete años antes

Salud

## Encuentran la forma de adelantarse al párkinson siete años antes

Mediante análisis 3D de los ojos



Pixabay

SMM

22/08/2023 - 21:02 CEST

**A**lgunas de las enfermedades con las que más convivimos y las que afrontamos al final de sus batallas son el **Alzhéimer** o el **Parkinson**. Esta última se trata del

trastorno del movimiento, y nace cuando nuestras células nerviosas no producen dopamina en el cerebro. Los síntomas los solemos captar tarde, pero ha habido un último avance con **3D**, podrían ayudar a captar de forma más rápida esta enfermedad.

**Relacionados**

Salud. [Esto es lo que dicen de ti los granos en la cara](#)

## Encuentran la forma de adelantarse al párkinson siete años antes

una simple taza o trabajar con el ordenador. No todo es físico, esta enfermedad también afecta al estado mental, pues algunas de las consecuencias son la ansiedad y la depresión.

Ad  SunMedia

De acuerdo con la **Sociedad Española de Neurología**, son **150.000 las personas** españolas que se ven afectadas por esta enfermedad, lo que supone **20.000 al año**, que en los próximos **20, se convertirán en 50.000**. La enfermedad se asocia a personas mayores y a los temblores a la hora de realizar acciones, pero el 10% de los afectados son menores de 50 años.

### En qué consiste el nuevo método

La nueva **herramienta 3D** con la que se podrán prever los síntomas y adelantar ese retraso de **dos años y medio** que tiene la enfermedad consiste en escanear los ojos mediante tres dimensiones. De acuerdo con los efectos de una investigación de la revista **Nuroology**, este utensilio podría adelantarse a los hechos **siete años antes**.



## Encuentran la forma de adelantarse al párkinson siete años antes

## MÁS EN MARCA

[El sur de Madrid se queda sin pólvora](#)

Marca

[Carmen Electra desnuda en Instagram: ¿Cómo logró la actriz de...](#)

Marca

Además del párkinson, también ayudaría en las enfermedades anteriormente mencionadas como Alzheimer, **esquizofrenia** o **esclerosis múltiple**. El análisis de escáneres oculares podrían fijarse en los cambios que sufren nuestros ojos, lo que supone un porqué, como los cambios de sangre, el color del ojo, que puede volverse más amarillento. Además, la principal diferencia entre personas que la padecen y las que no, se encuentra en el **grosor de la capa celular interna que posee la retina de nuestros ojos**.

El tipo de escáner se llama **tomografía de coherencia óptica** y se basa en enviar ondas de luz para conseguir análisis de la retina, que es la que está conectada con nuestro cerebro.

[salud](#) [Tiramillas](#)

**Salud.** [El riñón de un cerdo ha estado funcionando durante un mes en una persona en muerte cerebral](#)

**Salud.** [La Universidad de Cambridge encuentra cinco pruebas para detectar antes el Alzheimer](#)

**Actualidad.** [Un hombre escala la Torre Eiffel y se lanza en paracaídas desde la cima](#)

**Ver enlaces de interés** 

|

# La higiene bucodental en pacientes con ELA, vital para evitar complicaciones

Los dentistas dan pautas para una correcta higiene bucodental



Limpieza dental con cepillo manual (Fuente: Freepik)



REDACCIÓN  
22 AGOSTO 2023 | 15:00 H



Archivado en:  
HIGIENE BUCODENTAL



Los pacientes con **Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA)** deben prestar **especial atención** a su **higiene bucodental** para prevenir posibles complicaciones y **patologías orales**. Igual de importante es realizar **visitas periódicas** al dentista para recibir los cuidados pertinentes de forma personalizada.

La **ELA** es una **enfermedad neurodegenerativa** que afecta a las **neuronas motoras** del cerebro y de la médula espinal, ocasionando **debilitamiento muscular** e incapacidad de movimiento. Se desconoce su origen, aunque se estima que entre el 5% y el 10% es debido a causas genéticas.

## ***Aún cuando el enfermo de ELA está en una fase avanzada y no come por la boca el cepillado e higiene oral es fundamental***

Según avanza la enfermedad, el **cepillado dental** se hace cada vez **más difícil**, por lo que estos pacientes necesitarán ayuda para poder seguir la **rutina de higiene diaria**. Si el enfermo de ELA está en una fase avanzada puede que ya no coma por la boca, aun así, el cepillado e **higiene oral** es **fundamental**.

Los **cepillos eléctricos** son la **mejor opción** para personas que tengan alguna enfermedad, discapacidad, problemas o limitaciones a la hora de mantener su higiene personal. Del mismo modo, para sus familiares o cuidadores será mucho más práctico y eficaz utilizar un cepillo eléctrico que uno manual.

El cepillo eléctrico **reduce la placa bacteriana un 20%** más que otros sistemas. Además, estos aparatos tienen un mecanismo de control de la presión que evita que se produzca una abrasión en la superficie de los dientes, respetando así el **esmalte dental** y el cuidado de las encías en este tipo de pacientes.

Desde el **Consejo General de Dentistas** recomiendan seguir una serie de pautas para realizar una correcta higiene bucodental:

- **Cepillarse**, al menos, dos veces al día durante dos minutos con pasta **dentífrica** fluorada.
- Seguir un **orden específico** del cepillado para no olvidar ninguna zona. Por lo general, se recomienda dividir la boca en cuatro cuadrantes (dos para la parte de arriba y otros dos para abajo). En cada cuadrante, se deben cepillar todos los dientes y todas las superficies, al menos, 30 segundos.
- **Cepillar** también la **lengua**. Se recomienda realizar su limpieza al finalizar el último cepillado nocturno, con el cepillo, aunque existen raspadores especiales que son muy eficaces. En determinados casos, esta higiene puede acompañarse del uso de un enjuague específico, previamente prescrito por el dentista.
- Una vez al día, usar seda dental o **cepillos interdentales**, preferiblemente después del cepillado nocturno, bien con hilo de seda o con cepillos interproximales para llegar a las zonas donde el cepillo no llega. En aquellos espacios en los que cabe, es preferible usar el cepillo interproximal.
- Si se usa un cepillo manual, mejor elegir uno de **cerdas de dureza media**, con un cabezal no demasiado grande para permitirle llegar a las zonas más internas de la boca, y no hay que olvidar cambiarlo cada 3-4 meses o antes si hemos tenido una infección respiratoria o una amigdalitis.

La Sociedad Española de Neurología (SEN) estima que en **España** se diagnostican al año de **1 a 2 nuevos casos de ELA por cada 100.000 habitantes**, siendo la **tercera enfermedad neurodegenerativa más común** después del Alzheimer y el Parkinson.

Los contenidos de ConSalud están elaborados por periodistas especializados en salud y avalados por un comité de expertos de primer nivel. No obstante, recomendamos al lector que cualquier duda relacionada con la salud sea consultada con un profesional del ámbito sanitario.

### **Te puede gustar**

Enlaces Promovidos por Taboola

#### **El primer SUV VW eléctrico**

Volkswagen

[Haz clic aquí](#)

#### **¡Todavía estás a tiempo! Oferta de último minuto**

Riu Hotels & Resorts

[Reservar Ahora](#)

#### **Tienes 100 MINI para pensarlo.**

Mini

[Haz clic aquí](#)

#### **No te quedes sin tu Champagne favorito**

Bodeboca

[Ver oferta](#)

**Oficial:** El gobierno te instala paneles solares si eres propietario en estas provincias

## Cuáles son las primeras señales de Alzheimer

El Alzheimer es un tipo de demencia que causa el deterioro neurológico y progresivo de las células del cerebro. Las causas siguen siendo desconocidas, pero hay señales que pueden alertar sobre su posible aparición.

22 de agosto 2023, 16:07hs



El Día Mundial del Alzheimer, para tomar conciencia de la enfermedad. (Foto: Adobe Stock)



Como en la vida real, el personaje matriarcal de la multipremiada serie de televisión *This Is Us*, Rebecca Pearson (Mandee Moore), evidencia como **lentamente comienza a olvidar cosas** de la vida cotidiana enfrentándose a un **temprano diagnóstico** de una de las enfermedades más tristes que podría pasar una persona y su familia, el **Alzheimer**. Además, pone en evidencia el doloroso camino de **acompañamiento de la familia**, difícil de ver para cualquier espectador.

PUBLICIDAD



La enfermedad de **Alzheimer** es la causa de **demencia** más común en el mundo y se trata de un trastorno neurológico en el que se observa un **progresivo deterioro de las neuronas cerebrales** que menoscaba lentamente la memoria, los recuerdos y el pensamiento. Su **diagnóstico temprano**, como muestra la serie, es muy importante ya que permite y alienta a las familias a discutir planes de cuidado para parientes.



Rebecca Pearson (Mandee Moore) This Is Us.

La clave de los cuidados, una vez diagnosticada debidamente la enfermedad, va desde cuestiones cotidianas como **mantener rutinas** y estrategias de **seguridad en el hogar** hasta brindar instrucciones para actividades de **relacionamiento social** y atención a los **cambios** que se pueden manifestar en las habilidades de la persona. Así, el acompañamiento profesional se hace indispensable, pero ¿qué síntomas son los más frecuentes en una persona con Alzheimer? ¿cuáles son las primeras señales de la enfermedad?

**Leer también:** [Científicos vincularon el alzheimer con cambios en células inmunitarias del cerebro](#)

**¿Qué olvida una persona con Alzheimer?**

La **Fundación del Cerebro**, organización española sin fines de lucro, indica que las señales más comunes en la etapa temprana del **Alzheimer** tienen relación con el trastorno de la memoria y son síntomas asociados con el olvido de **eventos recientes** o de **información recién aprendida**.

Esta enfermedad que, según la organización afecta a más de **115,4 millones de personas**, en sus inicios es casi imperceptiblemente, por lo que es difícil identificar su inicio preciso. La organización también alerta sobre la duración típica del avance de la enfermedad que estipula en aproximadamente **ocho a doce años** y la divide en tres etapas básicas: temprana, intermedia y tardía.

Hay indicadores típicos muy tempranos de deterioro mental que distingue la fundación, entre los que se encuentra la **amnesia**. Es decir, una persona que desarrolla demencia puede tener problemas para recordar **detalles** como una ocasión puntual, una **conversación** de ese mismo día, o no puede **recordar periódicamente** (día, semana, mes o año), por eso la contención familiar se vuelve clave en el proceso.

**Leer también:** [Las actividades simples y cotidianas que podrían reducir el riesgo de padecer demencia, según la ciencia](#)

## Más indicadores

La **Alzheimer's Association**, organización de salud dedicada a la atención de investigación de la enfermedad, creó una serie de indicadores que sirven como advertencia. Sumado a factores de riesgo como la edad, los antecedentes familiares y la herencia, advierte que podría haber otros factores de los cuales la asociación nombra:

- **Planificar o resolver problemas:** pueden notar alteraciones en su capacidad para planificar o llevar a cabo tareas numéricas y enfrentar dificultades para gestionar asuntos financieros.
- **Desempeñar tareas cotidianas:** olvidos para llegar a un lugar conocido o recordar las instrucciones de un juego habitual.
- **Desorientación:** olvido de fechas y paso del tiempo.
- **Dificultad en la comprensión de imágenes visuales:** sufren alteraciones en su visión encontrándose para estimar distancias y percibir colores o contrastes.
- **Olvido de palabras al hablar o escribir:** pueden presentar dificultades para leer, seguir o participar de una conversación fluida hasta pueden repetir mucho lo que dicen y perder el hilo.
- **Cambios en el humor o la personalidad:** pueden experimentar confusiones, desconfianza,

depresión, miedo o ansiedad. Pueden manifestar irritabilidad con facilidad, ya sea en su hogar, entorno laboral, con amigos o en lugares donde no se sienten familiarizados.

### ¿Qué hacer si se observan estas señales?

El **diagnóstico temprano** de la enfermedad de **Alzheimer** puede llevarse a cabo mediante diversos métodos que incluyen exámenes médicos completos para evaluar los signos y síntomas que se presentan. Este paso inicial es fundamental para acceder a la atención médica adecuada, considerar tratamientos que podrían mitigar los síntomas y contribuir a mantener un grado de autonomía durante más tiempo, la educación familiar y la planificación apropiada para el futuro.

#### Temas de la nota

---

Alzheimer

Participá de la comunidad de TN 

Los comentarios publicados en TN.com.ar podrán ser reproducidos parcial o totalmente en la pantalla de Todo Noticias, como así también las imágenes de los autores.



© 1996 - 2023, Artear

**Secciones**

---

**Sitios amigos**

---



# EL HERALDO

## D E M É X I C O

[Nacional](#) [Mundo](#) [Economi-  
a](#) [Deportes](#) [Espectáculos](#) [Tendencias](#) [Estilo  
de  
Vida](#) [Opinión](#) [Tecnológi-  
a](#) [Radio](#) [TV](#) [Podcast](#) [Edición  
Impresa](#)

SEÑALES DE DEMENCIA

## ¿Cuáles son los primeros síntomas de una persona con Alzheimer?

Los primeros signos de este padecimiento ocurren lentamente y son casi imperceptibles

REDACCIÓN EL HERALDO DIGITAL  
ESTILO DE VIDA · 22/8/2023 · 11:11 HS

*Comparta este artículo*



Ad

*Es difícil identificar el momento preciso en el que empieza Créditos: Pexels*

Uno de los temores más grandes es salir de casa y no saber cómo regresar, como si todo fuera una pesadilla; desconocer qué día es y en el peor de los casos, **olvidar nuestro nombre**, signos de **demencia**; de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (**OMS**), ésta es un término general para varias enfermedades que generalmente son de naturaleza crónica y progresiva, que resultan en deterioros cognitivos e interfieren con el capacidad para realizar las **actividades cotidianas**.

Mayo Clinc -entidad sin ánimo de lucro dedicada a la práctica clínica, la educación y la investigación- define que la demencia es producto de una enfermedad cerebral, el **Alzheimer** es la más frecuente, un trastorno del cerebro que empeora con el tiempo, caracterizado por cambios en el cerebro que hacen que éste se encoja y que las **neuronas cerebrales mueran** conforme pasa el tiempo.

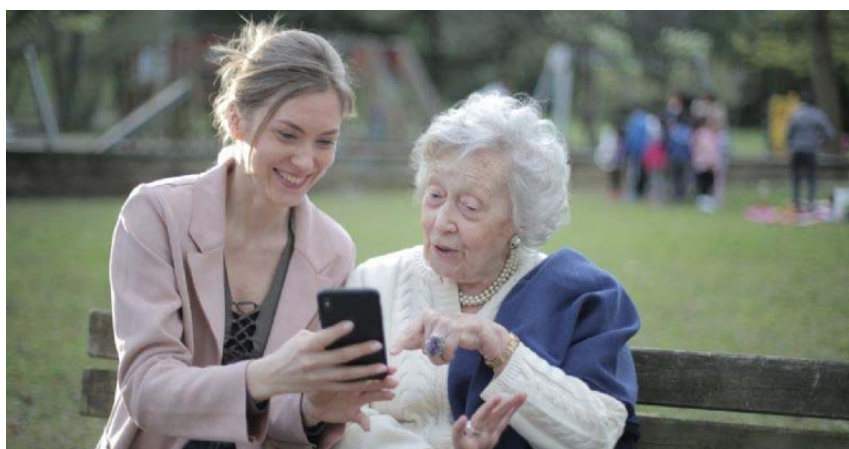


Los signos empeoran con el tiempo. Foto: Pexels

## ¿Qué es lo primero que olvida una persona con Alzheimer?

De acuerdo con la **Fundación del Cerebro**, organización española sin fines de lucro y dedicada a la divulgación científica sobre enfermedades neurológicas, los primeros signos ocurren lentamente y son casi imperceptibles, motivo por el que es difícil identificar su comienzo preciso. No obstante, hay que prestar especial atención a la **pérdida de memoria**

**inmediata**, por ejemplo, estar alerta si no se recuerda lo que se comió unas horas antes o los nombres de personas cercanas. Además de la **pérdida de memoria corta**, hay otras señales de demencia; Alzheimer's Association creó un listado de señales que pueden experimentarse, como errores al sumar o restar, no encontrar la palabra exacta; asimismo, las siguientes:



Poner atención especial en la pérdida de memoria corta. Foto: Pexels

- **Resolver problemas:** dificultad para manejar cuentas mensuales o problemas para concentrarse.
- **Desempeñar actividades cotidianas:** en casa, en el trabajo o en cualquier otro lugar, desde presentar dificultad para llegar a un lugar conocido, hasta recordar instrucciones para realizar alguna tarea.
- **Desorientación de tiempo y ubicación:** no recordar fechas, estaciones del año, u olvidar dónde cómo se llegó hasta ese lugar.
- **El uso de palabras:** dificultad para seguir o participar de una conversación, recordar palabras al momento de hablar o escribir.

## ¿Qué tan común es el Alzheimer en México?

De acuerdo con el Gobierno de México, en **2021**, la OMS estimó una cifra aproximada de 60 millones de personas a nivel global que viven con Alzheimer, de las cuales 8.1 por ciento son mujeres y 5.4 por ciento, hombres mayores de 65 años. En particular, en México, se calcula aproximadamente **un millón 300 mil personas** padecen la enfermedad de Alzheimer, cifra que representa entre 60 y 70 por ciento de los diagnósticos de demencia y afecta con mayor frecuencia a las personas mayores de 65 años.

### SIGUE LEYENDO

[Día Mundial del Alzheimer: las 6 claves que revelan la enfermedad](#)

[debate.com.mx](https://www.debate.com.mx)

# Esto es lo primero que puede olvidar una persona con Alzheimer

*Juan Leyva*

~3 minutos

- 
- [Los signos que indican que vas a tener Alzheimer en el futuro](#)
  - [Mutación Jalisco de Alzheimer, ocasionaría que la enfermedad aparezca desde los 30 años](#)
  - [¿Cómo funciona el Leqembi, fármaco aprobado en USA contra el Alzheimer?](#)
  - [Da clic y únete al grupo de salud en WhatsApp](#)

En una sociedad donde la familia, el amor y la conexión emocional conforman la escala de prioridades, la película argentina "El hijo de la novia", dirigida por Juan José Campanella, resaltó la importancia de la reconciliación con el pasado. Sin embargo, hace más de dos décadas, también visibilizó una [enfermedad](#) que desafía la esencia de estos lazos: el **Alzheimer**.

**El Alzheimer, una enfermedad progresiva y degenerativa de los nervios centrales que afecta la memoria y el pensamiento, es la forma más común de demencia.** Según la Clínica Mayo, el diagnóstico temprano es fundamental. Una vez detectada la enfermedad, se requiere apoyo médico y la implementación de estrategias para enfrentar los desafíos que se presentarán.

**¿Pero qué es lo primero que olvida una persona con Alzheimer?** En la etapa inicial, señala la Fundación del Cerebro, organización española sin fines de lucro, los primeros signos son sutiles y difíciles de identificar. El trastorno de la memoria es un síntoma clave, especialmente en relación con eventos recientes. La persona podría olvidar detalles de conversaciones recientes, experiencias vividas recientemente o incluso mostrarse confundida sobre la fecha actual.

La pérdida de memoria reciente es solo uno de los muchos indicios que podrían sugerir la presencia del Alzheimer. La Alzheimer's Association, una organización dedicada a la investigación y atención de esta enfermedad, destaca que factores de riesgo como la edad y la genética juegan un papel importante. De hecho, una de cada nueve personas mayores de 65 años podría padecerla.

Además de la pérdida de memoria, hay otras señales a las que debemos estar atentos. Problemas en la resolución de problemas, dificultades en tareas habituales, desorientación temporal y espacial, problemas con imágenes visuales y dificultades con el lenguaje son algunas de las **alertas tempranas identificadas por la Alzheimer's Association.**

- ¿Ya te diste la vuelta por Amazon? [Da clic en este enlace](#) y mira las mejores ofertas

Con más de 115,4 millones de personas afectadas en todo el mundo según la Fundación del Cerebro, es crucial reconocer estos signos tempranos. La identificación temprana permite a las familias y profesionales de la salud tomar medidas para brindar apoyo adecuado y mejorar la calidad de vida de quienes padecen la enfermedad.



# El X Congreso Nacional de Alzheimer se celebrará en Gijón del 8 al 11 de noviembre

**B. CORBEIRAS**

GIJÓN.

Jueves, 24 de agosto 2023, 00:13

 Comenta



La Confederación Española de Alzheimer organizará en Gijón, durante los días 8, 9, 10 y 11 de noviembre, una nueva edición sobre innovación, donde se abordarán diversas temáticas en torno al alzhéimer y su evolución. En las sesiones plenarias, la Sociedad Española de Neurología explicará los nuevos fármacos frente a esta enfermedad y Mariló Almagro, presidenta de Confederación Española de Asociaciones de Familiares de Personas con Alzheimer (Ceafa), expondrá el derecho a la normalización de la demencia.

Las principales innovaciones girarán en torno al diagnóstico de demencias. Destacan las referidas al tratamiento, gestión de cuidados y aplicación y gestión tecnológica en la atención a personas con alzhéimer. Varios profesionales de la atención sociosanitaria del ámbito privado y otros de la administración pública autonómica y estatal serán los encargados de impartir las más de 90 ponencias las cuatro jornadas del congreso. Además, habrá talleres formativos y expondrán 50 pósters donde los propios autores tendrán cinco minutos para defender su trabajo con una exposición oral.

Para esta décima edición se han designado cuatro temáticas: Campañas de sensibilización y concienciación, Relación con otros agentes que intervienen en el abordaje y tratamiento de personas con demencia, Derechos de las personas con demencia e Investigación y generación de conocimiento.

 Comenta

 Reporta un error



SALUD, BIENESTAR Y VIDA

# Las 5 señales que te ayudan a detectar el Alzheimer: esto tienes que hacer

HOY ARAGÓN | 24 agosto, 2023 | 06:00

Según la Sociedad Española de Neurología (SEN), aproximadamente una de cada tres personas mayores de 85 años la padece.



El alzhéimer es una enfermedad común y letal a nivel mundial. En España, según la Sociedad Española de Neurología (SEN), **alrededor de 1 millón de personas mayores de 85 años la padece**. Aunque **no tiene cura**, la detección temprana es crucial para un tratamiento efectivo. Ante esta importancia, la Universidad de Cambridge (Reino Unido) ha publicado un estudio en la revista «Alzheimer's & Dementia: The Journal of the Alzheimer's Association,» aportando nuevas perspectivas y mejoras en el diagnóstico y tratamiento.



El foco de los científicos se ha centrado en la **detección temprana de la enfermedad**, ya que el diagnóstico suele ocurrir en etapas avanzadas. La detección tardía imposibilita revertir el daño neurológico y restaurar funciones cognitivas.

La investigación se basó en el Biobanco, que contiene registros genéticos, de salud y hábitos de vida de medio millón de voluntarios de entre 40 y 69 años. Los datos recopilados abarcaron pruebas de resolución de problemas, memoria, tiempo de reacción, cambios en el peso, caídas y fuerza de agarre. Así, los científicos analizaron si había indicios de la enfermedad en mediciones realizadas entre cinco y nueve años antes del diagnóstico.

Según Tim Rittman, científico de la Universidad de Cambridge, **es importante no preocuparse por problemas ocasionales de memoria**, pero sí consultar al médico si se observan dificultades en la vida cotidiana. De esta manera, se contribuye a un diagnóstico temprano y a un tratamiento más efectivo.

ALZHEIMER ([HTTPS://HOYARAGON.ES/TAG/ALZHEIMER/](https://hoyaragon.es/tag/alzheimer/)), SALUD ([HTTPS://HOYARAGON.ES/TAG/SALUD/](https://hoyaragon.es/tag/salud/))



## OTRAS NOTICIAS

**Los 4 consejos para cuidar tu piel durante el verano: si te quemas habitualmente te interesa** (<https://hoyaragon.es/salud-bienestar-vida/los-4-consejos-para-cuidar-tu-piel-durante-el-verano-si-te-quemas-habitualmente-te-interesa/>)

HOY ARAGÓN

**La superficie de los océanos alcanza un récord de 20°C y el mar Mediterráneo ya roza los 30°C** (<https://hoyaragon.es/salud-bienestar-vida/la-superficie-de-los-oceanos-alcanza-un-record-de-20oc-y-el-mar-mediterraneo-ya-roza-los-30oc/>)

HOY ARAGÓN



SUSCRÍBETE

**EN DIRECTO** Muerte de Prigozhin | El Grupo Wagner señala al Kremlin: "Habrá consecuencias catastróficas"



Una pupila medio dilatada. istock

## Las señales en los ojos que anuncian que tienes párkinson 7 años antes de los primeros síntomas

El grupo de investigadores ha sido capaz de identificar por primera vez esta enfermedad neurodegenerativa a través de un escáner de la retina.

24 agosto, 2023 - 03:15

GUARDAR

EN: [ENFERMEDADES DEGENERATIVAS](#) [ENFERMEDADES MENTALES](#) [ESPAÑA](#) [PÁRKINSON](#)

Pablo García Santos

PORTADA

CIENCIA

SIGUIENTE >



y **cada año se diagnostican unos 10.000 nuevos casos**. Ante estas cifras, no hay duda de que **cualquier hallazgo** que sirva para detectar de una manera rápida la enfermedad es una buena noticia.

Desde la SEN aseguran que los pacientes con párkinson tardan una media de entre uno y tres años en obtener un diagnóstico correcto. Ahora, un estudio publicado en **la revista *Neurology*** ha sido capaz de **identificar síntomas con siete años de antelación**. Por primera vez se ha comprobado que el grosor reducido de la capa plexiforme interna de células ganglionares (GCIPL, por sus siglas en inglés) y la capa nuclear interna (INL) de la retina se asocia con un mayor riesgo de desarrollar la enfermedad de Parkinson.

Los resultados han sido posibles debido al **mayor estudio realizado hasta la fecha sobre imágenes retinianas en la enfermedad** de Parkinson. Así es, el equipo de investigadores de la University College London (UCL) y del Moorfields Eye Hospital han identificado marcadores de esta enfermedad en las exploraciones oculares que han realizado utilizando inteligencia artificial (IA).

*[Golpe al párkinson desde España: la nueva técnica que abre la puerta a terapias*





## Vida de lujo para personas mayores en Tarancon (el precio...

Vivienda para personas mayores | An...

## [Fotos] La pareja de Eduardo Casanova podría resultarte...

La pareja de Eduardo Casanova podría resultarte familiar por...  
Miss Penny Stocks

## "1 de cada 3 casos de Alzheimer se podría prevenir con hábitos...

Descarga la Guía gratis  
Fundación Pasqual Maragall

Para ello, los autores analizaron en primer lugar los datos de AlzEye (la mayor base de datos de imágenes retinianas del mundo). El análisis se repitió con los registros del Biobanco del Reino Unido, del que se obtuvo el mismo resultado. El uso de estas bases de datos ha permitido al equipo **identificar estos marcadores sutiles, pese a que el párkinson tiene una prevalencia relativamente baja.**

## Adelantarse a los síntomas

"Me sigue sorprendiendo lo que podemos descubrir a través de los escáneres oculares", reconoce el autor principal del citado trabajo, el doctor Siegfried Wagner. "Aunque todavía no estamos preparados para predecir si un individuo desarrollará párkinson, **esperamos que este método pueda convertirse pronto en una herramienta de preselección** para las personas con riesgo de padecer la enfermedad".

Wagner considera que el hecho de descubrir signos de esta enfermedad antes de que aparezcan los síntomas supone que en el futuro las personas puedan tener tiempo para hacer cambio en su estilo de vida para prevenir la aparición de algunas afecciones. "Los médicos también podrían **retrasar la aparición** y el impacto de este trastorno neurodegenerativo".

Por su parte, el oftalmólogo de Hospital Universitario de Birmingham y otro de los autores, el doctor Alistair Denniston, ha valorado este trabajo como una muestra del potencial de los datos oculares: "Aprovechados por la tecnología, **es posible captar signos y cambios demasiado sutiles para el ojo humano**". Y no sólo eso, sino que



La directora médica del Moorfields Eye Hospital, Louisa Wickham, ha señalado que el aumento de la obtención de imágenes en una población más amplia tendría un enorme impacto. "Con el tiempo, dará lugar a análisis predictivos", vaticina la oftalmóloga, que no ha participado en el estudio. Los propios autores, de hecho, han indicado que **se necesitan más estudios** para determinar si las imágenes de la retina podrían apoyar el diagnóstico, pronóstico y manejo complejo de los pacientes afectados por la enfermedad de Parkinson.

## Potencial del escáner ocular

Es la primera vez que a través de un escáner ocular se consigue una detección temprana para el párkinson. Sin embargo, **esta técnica ya ha revelado síntomas de otras enfermedades neurodegenerativas**, como el alzhéimer, la esclerosis múltiple y la esquizofrenia. También ha permitido hallar la predisposición a la hipertensión arterial, las enfermedades cardiovasculares —incluidos los accidentes cerebrovasculares— y la diabetes.

*[Así está revolucionando la IA la medicina: ya supera a los humanos analizando los ojos o el corazón]*

Los médicos saben desde hace tiempo que **el ojo puede actuar como si se tratara de una 'ventana' al resto del cuerpo**. En la actualidad, las imágenes de alta resolución de la retina forman parte de la rutina oftalmológica; en concreto, un tipo de escáner 3D que se conoce como tomografía de coherencia óptica (OCT, por sus siglas en inglés). Esta herramienta, muy utilizada en las clínicas oftalmológicas, muestra un corte transversal de la retina en menos de un minuto y con un nivel de detalle increíble: hasta una milésima de milímetro.

Estas imágenes también son muy útiles para vigilar la salud ocular. Aunque su valor va mucho más allá, puesto que **la exploración de la retina es la única forma no intrusiva de ver las capas de células** que se encuentran bajo la superficie de la piel. En los últimos años, los investigadores han comenzado a utilizar las nuevas tecnologías para analizar con precisión un gran número de OCT y otras imágenes oculares, en una fracción del tiempo que tardaría un ser humano.

SIGUE LOS TEMAS QUE TE INTERESAN

LA TARDE

## Noticias

# El error que cometes intentando recuperar las horas de sueño perdidas a causa del calor

Un doctor ha explicado en 'La Tarde' los síntomas que podemos padecer si no descansamos lo suficiente y ha detallado también cómo debemos regular nuestro sueño para dormir bien

AUDIO



El error que cometes intentando recuperar las horas de sueño perdidas a causa del calor

0:00 / 9:04

Arturo Ayestarán Cubo

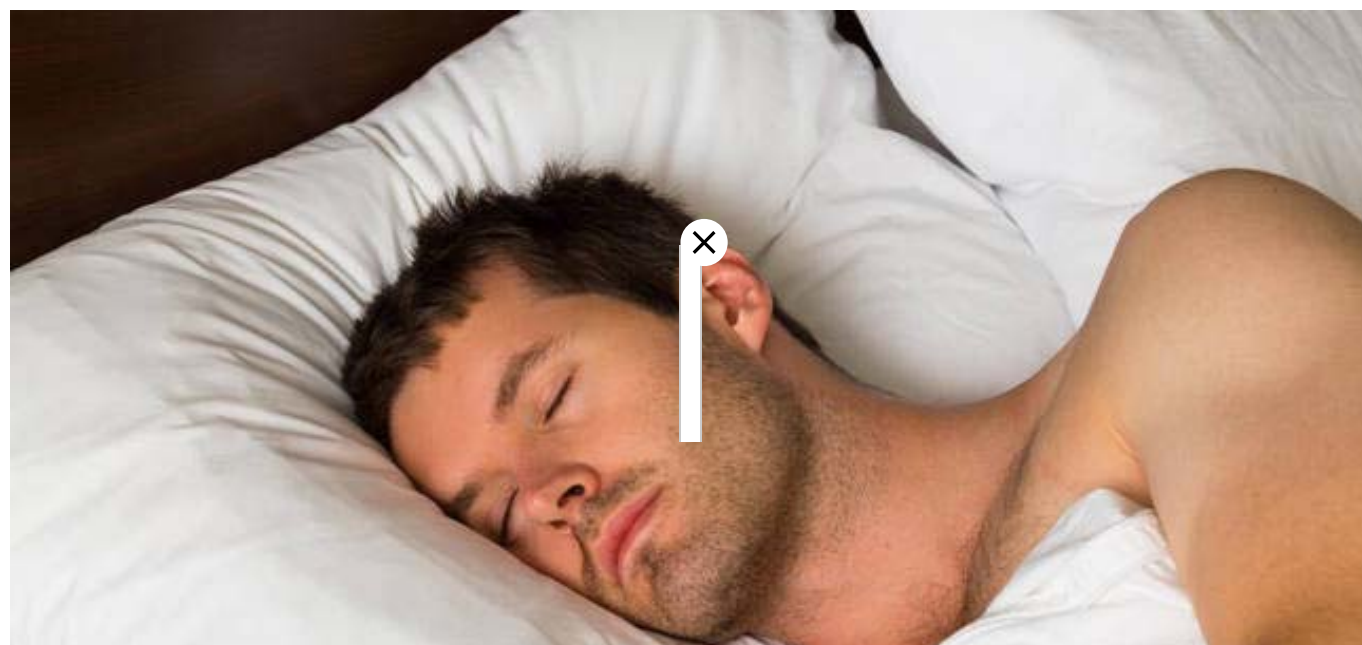
Tiempo de lectura: 2' 23 ago 2023 - 18:49

| Actualizado 19:49

Con las altas temperaturas que está dejando la ola de calor, **conciliar el sueño es una tarea realmente complicada**. Durante la pasada madrugada, en ninguna capital de provincia se ha bajado de los veinte grados. Por ejemplo, en Valladolid la temperatura solo ha descendido hasta los 23,3 grados, es decir, **la tercera noche más calurosa de la historia de la ciudad**, a solo dos décimas del récord absoluto. En Madrid, en muchas zonas de la ciudad a las 12:30 de la noche los termómetros seguían marcando 34 grados.

Con este tipo de temperaturas es muy difícil descansar, por lo que es fácil encadenar varias noches en las que no se descansa lo suficiente. Es un pensamiento muy extendido en la sociedad el de **creer que estas horas de sueño que perdemos se pueden recuperar en un día** en el que encontremos las condiciones adecuadas como que no haya necesidad de madrugar o que las temperaturas hayan bajado, pero, según ha explicado en 'La Tarde' el doctor Jesús Porta-Etessam, jefe de Neurología del Hospital Clínico San Carlos y vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología, **“estas horas no se recuperan”**.

El doctor ha asegurado que **el calor “nos afecta muchísimo al sueño**, y además la calidad del sueño también es peor”, por lo que aunque durmamos las horas suficientes al día siguiente nos levantamos con la sensación de no haber dormido bien. La falta de sueño, unida al calor, puede producir algunos **síntomas como mal humor o dolores de cabeza**, aunque el doctor avisa de que “esta falta de sueño puede incluso aumentar el riesgo de tener un accidente de tráfico a causa de la falta de atención o de padecer cuadros de depresión”.





## "No es bueno pegarse atracones de sueño"

Publicidad

Además, el doctor ha contado que en el caso de las personas que tienen enfermedades, los peligros son todavía mayores: "En el caso de la migraña, que la padece el 12% de la población, **una de las causas más frecuentes de padecerla son la falta de sueño**, por lo que en esta época de calor muchos de los enfermos de migraña pueden empeorar", y ha señalado también que "las personas con enfermedades neurodegenerativas como demencias o Parkinson también pueden empeorar si se reduce el sueño".

Las medidas que el doctor ha ofrecido para intentar mejorar la calidad de sueño



pasan desde las más conocidas, como **no acostarse con pantallas** como las de los móviles o las tablets o no beber alcohol antes de dormir hasta tratar de crear corrientes en casa o bajar las persianas durante el día para evitar que la luz del sol incida directamente en el interior del domicilio.

Además, el doctor Porta-Etessam ha avisado de que **pegarse atracones de sueño para intentar recuperar esas horas perdidas no es una buena idea**, ya que, según ha comentado, “los seres humanos necesitamos hábitos, y cuando rompemos nuestros hábitos de sueño estamos rompiendo ciclos, unos ciclos que genera nuestro cerebro y que tarda en adaptarse a los sueños”, por lo que recomienda “tener un hábito de sueño normal, **dormir un poco más de lo normal viene bien, pero hay que hacerlo con moderación**”.

Publicidad

X

---

ETIQUETAS

SUEÑO

SALUD

OLA DE CALOR

Sabías Que

## Di adiós a las migrañas para siempre con este truco. Es una nueva forma que nadie conocía

Neto • hace 4 días 📖 2 minutos de lectura



Según datos ofrecidos por la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, la migraña afecta a aproximadamente el 14% de la población europea, especialmente a mujeres (80% de los casos) de entre 20 y 50 años. En España, la sufren 5 millones de personas, de las cuales 1,5 millones la padecen de manera crónica, es decir, tienen dolor de cabeza más de 15 días al mes.

A pesar de los numerosos estudios realizados, las **causas de la migraña** todavía no están del todo claras. Sin embargo, los científicos han logrado establecer una relación entre la genética y la existencia de una alteración neurológica en el procesamiento de los

estímulos dolorosos de los pacientes. Hasta la fecha, se han identificado 40 marcadores genéticos relacionados con la migraña.

Se han descrito multitud de **situaciones que pueden actuar como «precipitantes de crisis de migraña»**, siendo las más comunes las variaciones hormonales (75%), el estrés (71%) y las alteraciones en el patrón de sueño (68%).

«La migraña es ya la primera causa de discapacidad en adultos menores de 50 años en España: más del 50% de las personas que padecen migraña presentan un grado de discapacidad grave o muy grave. Pero mientras que el porcentaje de personas con migraña episódica con discapacidad muy grave es del 19%, asciende hasta el 70% en el caso de la migraña crónica», explica el doctor **Pablo Irimia, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la SEN**, según recoge 'Pharma Market'.

## **El mejor truco para decir adiós a las migrañas**

En los últimos días, se ha hecho **viral en TikTok** un vídeo de Elam Dávila en el que muestra cómo acabar con las migrañas de una vez por todas. Eso sí, vas a necesitar la ayuda de otra persona para llevarlo a cabo.

Es muy fácil de hacer, ya que consiste simplemente en **coger un mechón de pelo, enrollarlo alrededor del dedo y dar un tirón. ¡Así de simple!**

@elam\_davila

Medellin  #elamdavila #quiromasajista #cervicalgia  
#dorsalgia #medellin  #medellincolombia  
#adiósdolordecabeza

🎵 sonido original – Elam Dávila

Además de este truco, existen varios **remedios caseros para aliviar los síntomas propios de la migraña** que resulten muy útiles. Nada más comenzar el dolor de cabeza, puedes probar a tomarte una infusión de jengibre. El jengibre tiene un compuesto activo llamado gingerol que actúa como analgésico y antiinflamatorio.

Pon a hervir un vaso de agua hasta que alcance su punto de ebullición. Una vez rompa a hervir, **añade una cucharadita de jengibre rallado y reduce el fuego a mínimo**. Espera dos o tres minutos, apaga el fuego y deja reposar diez minutos. Una vez transcurrido el tiempo, cuela la bebida y tómala.

## Más artículos relacionados con Curiosidades

Lo último en Curiosidades

Últimas noticias

[Source link](#)

# ASÍ ES COMO EL SUEÑO AFECTA NUESTRAS EMOCIONES.

admin 7 días ago Guías 4 Views

Dormir es algo muy difícil, pero dormir bien es fundamental. **Pasamos *más o menos* Pasamos un tercio de nuestra vida durmiendo.** Así que es algo que debemos hacer tanto como podamos. Sin embargo, la realidad es muy diferente y, sobre todo, tozuda. Al menos hasta España.

Lo cierto es que dormimos una media de 6,8 horas al día; Aparte de las siete a nueve horas recomendadas por la Organización Mundial de la Salud. No sólo eso, sino que no es que los españoles seamos buenos para dormir. Estimaciones de la Sociedad Española de Neurología. **El 48% de los españoles no duerme bien..** No es solo el porcentaje lo que nos da noches de insomnio.

La misma fuente estima que entre un 25% y un 35% de los españoles sufre o padece algún tipo de insomnio. Afortunadamente, el porcentaje que disminuye cuando existe una falta crónica de sueño entre ellos **El 10% y el 15% de los españoles la padecen.**

Los datos no son halagüeños, porque **Somos uno de los peores países dormidos de Europa.** Como te contamos en la misión, somos líderes en insomnio crónico. Por eso es bueno saber que dormir bien por la noche también puede ser una cuestión de actitud. O, al menos, creer que realmente dormimos bien. Lo confirmó un estudio pionero realizado por una universidad británica. En él, mediante el análisis de cien pacientes, estudia cómo la percepción del buen o mal descanso afecta al estado de ánimo y al bienestar general.

## Contenido



1. Dormir bien: una cuestión de percepción
2. Dormir mejor y algo de psicología positiva
  - 2.1. Espero dormir mejor

## Dormir bien: una cuestión de percepción





La forma en que interpretamos nuestro descanso anterior afecta el bienestar de la mañana siguiente.

Freepik

No se trata solo de dormir bien y descansar bien, lo creas o no. No creas que dormimos mal. Sin embargo, entiendo que **El sueño es más que fisiología**. Como explica una investigación de la Universidad de Warwick, también hay patrones que se centran en la psicología y la emoción.

Aunque el estudio se realizó con 100 estudiantes universitarios de entre 18 y 22 años, no puede tomarse como una verdad universal. **Se utiliza para indicar ciertos problemas..** Lo que está claro es que después de registrar los patrones de sueño de cada participante (a qué hora se acuesta, cuánto tarda en conciliar el sueño, con qué frecuencia se duerme o se despierta), van más allá al comprobar su estado de ánimo. A la mañana siguiente.

Analizado emocionalmente, el estudio **Al día siguiente, verifique qué tan satisfechos están** Y sus sentimientos eran principalmente negativos o positivos. De hecho, con la comparación de las percepciones y los resultados de una noche de descanso, las personas que consiguieron un descanso constante y constante mostraron más emociones positivas que las que no.

Así que la investigación apoya eso. **No se trata solo de cómo dormimos.** Pero 'creemos' que hemos tenido una buena noche de sueño. La evidencia es que hay investigadores que no durmieron bien, pero, su percepción del sueño fue positiva y por lo tanto estaban de mejor humor al día siguiente. De cualquier manera, este estudio pionero confirma los vínculos entre el amor, el bienestar psicológico y el bienestar.

## Dormir mejor y algo de psicología positiva

**Los 'fallos' del estudio para el ranking** Son evidentes: una muestra pequeña (apenas 100 personas) con características de edad muy concretas y similares (entre 18 y 22 años). De cualquier manera, creer que realmente dormimos bien o que nuestro sueño fue reparador es un buen trampolín para ver si nos ayuda ^

a la mañana siguiente.

Una actitud pesimista hacia el sueño refuerza el pensamiento negativo durante el mal descanso. Freepik

De hecho, existen muchos métodos de análisis de los sueños, que se ejecutan *traqueos* Teléfonos móviles y dispositivos electrónicos **Nos alertan de cómo, cuánto y cuándo dormimos**. Sin embargo, el consejo de este ejemplo va más allá para ser interpretado con algo de psicología positiva. Por tanto, serán personas que duermen bien pero no les apetece.

Asimismo, es clave entender que estos registros son solo de carácter técnico y cuantitativo, pero no cualitativo. Por eso también buscan, por ejemplo, una interpretación que se justifique a través de la experiencia, las emociones o las actitudes de gran conformismo. Le indicamos la necesidad: **Para este tipo de seguimiento no es demasiado importante**; Especialmente si está devolviendo datos negativos.

Espero dormir mejor

Este es el consejo en tal situación. **Míralo desde una perspectiva más optimista**.. Por ejemplo, enfatizar las experiencias positivas de unas vacaciones, como su conveniencia o duración. Del mismo modo, será conveniente deshacerse de los pensamientos negativos que se piensa que 'estropean' ese buen sueño. Además, vale la pena investigar cómo el sueño va más allá en condiciones fisiológicas relacionadas con la fatiga.



Hay un elemento subjetivo en nuestra evaluación de si estamos teniendo un sueño reparador o no.

Freepik

Considere si es cierto o no que siempre dormimos mal cuando no dormimos lo suficiente. **Nos convierte en un precedente negativo.** Una cosa con la que los insomnes y los que sufren de apnea del sueño están muy familiarizados, según este estudio, es el desajuste subjetivo-objetivo en la percepción del sueño.

(TagsToTranslate) Estar bien

News ES Euro

## “La veré de todos modos, aunque tenga un brote” – .

Thursday 17th August 2023 06:52 AM



---

Tres fotos de Laura, diagnosticada de esclerosis múltiple en julio.

Como decía Les Luthiers, “no te tomes la vida tan en serio. Después de todo, no saldrás vivo de esto.” Para cualquiera, el diagnóstico reciente de una enfermedad degenerativa estaría en el centro de la preocupación. No parece ser el caso de Laura, que encuentra en la música y el humor un escudo contra las inclemencias de la rutina. En una charla de apenas veinte minutos, saca a relucir más su fanatismo por **Taylor Swift** Que tu **esclerosis múltiple**. “Puede parecer una tontería, pero conseguir boletos me ha causado mucho estrés”, dice. Finalmente, con entradas para Zúrich y Edimburgo, su novio será su acompañante en estos mastodónticos espectáculos a los que, se promete, asistirá debido a los muchos brotes que le depara la enfermedad. Como diría Michael Scott en *La oficina*, “Estoy huyendo de mis responsabilidades. Y se siente bien.

Laura fue diagnosticada con esclerosis múltiple el 5 de julio, día del cumpleaños de su madre. Cuando salió de la consulta con el diagnóstico confirmado, tras rumiar durante los meses anteriores la posibilidad de la enfermedad, era precisamente ella quien esperaba expectante en la sala de espera para descubrir la causa del malestar de su hija. “Ni me acordaba que era su cumpleaños, no la había felicitado”, recuerda esta publicista de 28 años radicada en **Barcelona**. Un pequeño dolor en el ojo derecho apareció de repente en octubre, con la consiguiente pérdida de visión y varios días de migraña ininterrumpida. La joven se recuerda incapaz de cargar cajas durante la mudanza que en ese momento estaba realizando para independizarse con su pareja, con intensos y desagradables dolores de cabeza. “Ahora tengo un 60% de pérdida de visión en mi ojo derecho”, cuenta por videollamada a *infobae española*. De momento no sabe qué tipo de esclerosis tiene y su único ejercicio antes de que le

receten medicación es contener la ansiedad que le provoca bucear en Internet cuando le diagnostican una enfermedad: “Google es mi peor enemigo”, afirma. chistes

Los síntomas comenzaron en octubre de 2022, cuando Laura amaneció inesperadamente un lunes con los ojos algo borrosos. Los oftalmólogos no encontraron nada y fue entonces cuando los problemas neurológicos salieron a la luz. **“La mancha del ojo se convirtió en dolor, era como tener llagas en el ojo”**. Tras varias consultas médicas en las que le aseguraron que ella sola sufría de migraña, Laura insistió y tras acudir a varios médicos, una prueba confirmó la aparición de esclerosis múltiple. “He tenido mucha suerte de tener conocidos en el mundo de la salud, no sé si hubiera tenido este diagnóstico si no tuviera este círculo”, dice la joven. La Atención Primaria en España, muy abandonada en muchas comunidades autónomas, no es capaz de prevenir enfermedades por la falta de financiación que sufre, incapaz de ofrecer una correcta atención a los pacientes que acuden. La esclerosis múltiple es una de esas enfermedades que no tiene cura. En España **unas 47.000 personas la padecen**, según la Sociedad Española de Neurología (SEN), el dato asciende a 2,5 millones de personas en todo el mundo. Aun así, cada vez son más los tratamientos que consiguen remitir los síntomas, prevenir su propagación o limitar su impacto en la vida de estas personas, que de media viven siete años menos que quienes no la padecen.

*Te puede interesar:* Los quirófanos del hospital Gregorio Marañón de Madrid superaron las temperaturas permitidas durante la última ola de calor

“La gente se imagina a un enfermo de esclerosis múltiple como una persona en silla de ruedas”, argumenta Laura, que está lejos de ser un paciente agobiado por la enfermedad. “Al día siguiente del diagnóstico fui al Festival BBK con mis amigos — cuenta —, aunque claro, no falté como si no supiera de mi enfermedad”, cuenta entre risas. A los pocos días consiguió entradas para la gira europea de Taylor Swift y ha cambiado de trabajo con la intención de reducir su estrés, que agrava los dolores de la enfermedad.

El 70% de los nuevos casos de esclerosis múltiple diagnosticados corresponden a personas de entre 20 y 40 años, y cada año se diagnostican en España 1.800 nuevos casos. Por increíble que parezca, todavía **El origen de esta enfermedad es desconocido**. aunque “las últimas investigaciones han identificado ciertos factores ambientales que podrían condicionar la enfermedad” además de que se ha identificado “una mayor susceptibilidad de las mujeres”, según la SEN.



**Piratas del Caribe: 10 modelos cubanas que se robaran tu corazón**

Brainberries



**Andrés tiene graves problemas de salud: tal vez sea su último año**

Brainberries



**Polémica reacción de la sociedad. El internado: ¿lujo o torturas?**

Brainberries



**10 Celebrities que causaron estragos durante la alfombra roja**

Brainberries

---

Uno de esos 47.000 españoles con esclerosis múltiple, casualmente, es una de las personas más famosas del país. es el caso de **María pombo**, un personaje público que ha brindado a Laura un apoyo inesperado. “Ella no es un referente en absoluto y estamos totalmente en contra, pero ha hecho un



gran trabajo para visibilizar la enfermedad. Y es verdad, transmite su vida y me gusta porque tiene esclerosis, pero **lleva una vida normal**Ha sido madre y es un ejemplo de cómo se vive con la enfermedad”, dice la joven de 28 años.

A pesar de su optimismo y buen humor, Laura reconoce que “lloró mucho” los primeros días. “No tuve tiempo de asimilarlo y creo que todavía no lo he asimilado”, admite. Además, confiesa que tiene miedo a posibles rebrotes: “Ojalá tuviera una bola de cristal para saber cuándo van a ser, pero me niego a verme enferma”.

Aunque ante la mala noticia, Laura saca de humor al bromista. Un recurso que cubre las verdades y sus horrores, pero que a veces parece la única herramienta que hace potable la noticia dramática. “Soy una persona que usa el humor para camuflar lo malo y me aterra morir, **tengo fobia a la muerte**, pero si pienso que me voy a morir de esto, voy a sufrir más”, dice sobre su enfermedad. Tiene claro que nada le impedirá ver en directo a Taylor Swift. “¿Y si tengo un brote ese día? Se pregunta, aunque también responde tajante: “No voy a dejar de ir a verla, la veré pase lo que pase. No sé si perderé movilidad, si tendré hormiguo en las manos... pero no quiero dejar de vivir”.

*Sigue leyendo:*

Alerta para celíacos: Sanidad advierte de la presencia de gluten en una marca de guisantes que no avisa en la etiqueta

La llegada de inmigrantes a España en pequeñas embarcaciones aumenta un 10%, pero la cifra sigue siendo baja

Las desgarradoras imágenes de un toro maltratado durante una fiesta en Castellón: “Esto es insoportable”

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

---

## Emicrania e altre cefalee: raccomandazioni della Società Spagnola di Neurologia per la terapia in gravidanza e allattamento

CONDIVIDI SU


**24/08/2023**

Prof.ssa Alessandra Graziottin  
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica  
H. San Raffaele Resnati, Milano

*Commento a:*

González-García N, Díaz de Terán D, López-Veloso AC, Mas-Sala N, Mínguez-Olaondo A, Ruiz-Piñero M, Gago-Veiga AB, Santos-Lasaosa S, Viguera-Romero J, Pozo-Rosich P.

**Headache: pregnancy and breastfeeding. Recommendations of the Spanish Society of Neurology's Headache Study Group**

 rologia (Engl Ed). 2022 Jan-Feb;37(1):1-12. doi: 10.1016/j.nrleng.2018.12.023. Epub 2021  
Sep 14

## Link

Abstract su PubMed

Full text su clinicalkey.com

Illustrare gli algoritmi diagnostici e terapeutici raccomandati per la gestione della cefalea in gravidanza e allattamento: è questo l'obiettivo del documento di consenso messo a punto dal «Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología» (GECSEN). La guida, pensata per il clinico pratico, è stata scritta da alcuni giovani neurologi con specifica esperienza nella cura del mal di testa, in collaborazione con il Comitato Esecutivo del GEC.

In termini generali, il testo si propone di illustrare:

- le opzioni farmacologiche più sicure per la cura e la prevenzione delle più frequenti forme di **cefalea primaria**;
- i quadri clinici che possono far pensare a una forma di **cefalea secondaria**, e i test più idonei per confermare o meno il sospetto diagnostico.

La prima parte documento si focalizza innanzitutto sulla cura e la prevenzione dell'emigrania, distinguendo fra:

- **tipologia degli attacchi**: da lievi a moderati, da moderati a severi, stati emigranici (durata superiore a 72 ore);
- **misure preventive**: farmacologiche (di prima e seconda scelta), non farmacologiche;
- **rischio teratogenico, effetti collaterali ed eventi avversi** dei farmaci in gravidanza e in allattamento.

Il rischio teratogenico in gravidanza, in particolare, segue la classificazione introdotta nel 1979 dalla **Food and Drug Administration** statunitense, che prevede cinque categorie caratterizzata da un crescente tasso di rischio (A, B, C, D, X).

La seconda parte prende in considerazione **altre cinque forme di cefalea primaria**:

- cefalea tensiva;
- cefalea a grappolo;
- emigrania cronica parossistica ed emigrania continua;
- cefalea neuralgiforme unilaterale di breve durata con iniezione congiuntivale e lacrimazione (*short-lasting unilateral neuralgiform headache with conjunctival injection and tearing*: SUNCT);
- cefalea provocata dalla manovra di Valsalva.

Nella terza parte, il documento tratta **l'ampio tema delle cefalee secondarie** a:

- trombosi venosa cerebrale;
- ictus ischemico;
- preeclampsia ed eclampsia;
- ipertensione intracranica idiopatica;
- emorragia subaracnoidea;

Emorragia cerebrale;

- apoplezia ipofisaria;
- meningite e meningoencefalite;
- cefalea post puntura durale (PDPH), complicanza dell'anestesia epidurale o conseguenza della puntura della dura madre eseguita a scopo diagnostico o terapeutico;
- sindrome da vasocostrizione cerebrale reversibile (RCVS), malattia cerebrovascolare rara caratterizzata da una reversibile vasocostrizione segmentale e multifocale delle arterie cerebrali.

Il testo si chiude con una breve analisi dei **test consigliati** per l'accertamento dei quadri clinici alla base della cefalea, in cui spicca la raccomandazione di evitare il più possibile l'uso di **mezzi di contrasto iodati**. Se tali mezzi vengono somministrati durante la gravidanza, deve essere condotto uno studio sulla funzionalità tiroidea del neonato nella prima settimana di vita (non ci sono invece controindicazioni durante l'allattamento).

[Torna a Flash dalla ricerca medica internazionale 2023](#)



#### PAROLE CHIAVE DI QUESTO ARTICOLO

**ALLATTAMENTO AL SENO**

**CEFALEA E CEFALIA CATAMENIALE**

**DIAGNOSI DIFFERENZIALE**

**EMICRANIA**

**FARMACI - CONTROINDICAZIONI**

**FARMACI - EFFETTI COLLATERALI ED EVENTI AVVERSI**

**GRAVIDANZA**

**LINEE GUIDA CLINICHE**

**PUERPERIO**

**RISCHIO OSTETRICO E FETALE**

**TERAPIA FARMACOLOGICA**

## SULLO STESSO ARGOMENTO **PER PROFESSIONISTI**

MEDICAL CHANNEL

**Valorizzare l'allattamento in un puerperio senza dolore**

Va



SULLO STESSO ARGOMENTO **PER PAZIENTI**

VIDEO STREAM



Inicio / Especiales / Vida Saludable

Vida Saludable

## Desarrollan pantalones que ayudan a caminar a personas con parálisis

Redacción • 17 de agosto, 2023 2 minutos de lectura



Se llaman «NeuroSkin», desarrollados por la firma tecnológica Kurage. Están a prueba en pacientes en rehabilitación de Gran Bretaña y Francia.





Julie Lloyd, víctima de un accidente cerebrovascular, es de las primeras personas en probar unos pantalones impulsados por inteligencia artificial. El invento corre por cuenta de la firma tecnológica **Kurage**, que ya ha transformado la recuperación de Julie y otros pacientes más en Reino Unido y Francia.



Julie, una empresaria de 63 años acostumbrada a correr maratones, sufrió un derrame cerebral en enero de este año. Esto le provocó una **parálisis parcial en un brazo y la pierna izquierda**. Su rehabilitación ha sido lenta y agotadora. En las últimas semanas, ha caminado gracias a un bastón. Cuando finalmente pudo dar unos 3.000 pasos al día, su fisioterapeuta le recomendó que participara en el experimento.

Los pantalones con inteligencia artificial se llaman «*NeuroSkin*». Estimulan su pierna paralizada a través de electrodos controlados por inteligencia artificial. «**Se siente como si mi pierna estuviera siendo guiada**», contó Julie a la BBC.

La primera vez que usó el dispositivo sintió una rara sensación de hormigueo. Sin embargo, unos minutos después, **ya estaba caminando sin ayuda de su bastón. Por primera vez, en seis meses**. «Mi pierna se levantó del piso de repente y me hizo sentir segura al caminar... Es algo que, honestamente, no he sentido en absoluto con toda la fisioterapia que he tenido», contó al medio británico.

¿Cómo funcionan los pantalones con inteligencia artificial?

La electroestimulación muscular ha utilizado en la rehabilitación de personas con parálisis desde hace años. Estos pantalones con inteligencia artificial brindan ahora mayor exactitud en el tipo de



en su [web](#).

Los pantalones de NeuroSkin cuentan con **unos zapatos y cables con electrodos sobre los seis grupos musculares principales de cada pierna**. Los electrodos, colocados directamente en la superficie de la piel, envían impulsos eléctricos de baja intensidad que, al estimular los nervios motores, desencadenan contracciones musculares. «De esta forma, usando diferentes grupos musculares según una secuencia precisa de selectividad muscular, podemos recrear un movimiento funcional de forma controlada y segura», señala la compañía.

El sistema puede definir secuencias de contracción muscular personalizadas. Puede **reproducir movimientos específicos, como el de pedalear, remar, agarrar o caminar**.

En el caso de Julie, los pantalones de inteligencia artificial recopilan con cada paso la información sobre los impulsos que el cerebro envía a la pierna sana. Luego, devuelve un estímulo espejo a la pierna afectada para recrear su paso natural. «La prenda inteligente es como una segunda piel», dijo Rudi Gombauld, director ejecutivo de Kurage, a la *BBC*.

Una esperanza para millones de pacientes

La Asociación de Accidentes Cerebrovasculares en Gran Bretaña estima que hay **1,3 millones de supervivientes de accidentes cerebrovasculares** en el país que podrían beneficiarse de tecnologías como esta. **En España, al menos 110 mil personas sufren un accidente cerebrovascular** cada año. De acuerdo con la Sociedad Española de Neurología, se estimaba que en 2022 había 330.000 españoles con alguna limitación en su capacidad funcional consecuencia de este tipo de accidente.

La inteligencia artificial, que ha revolucionado la industria tecnológica este año, también logró que **una persona paralítica volviera a caminar**, gracias a otro dispositivo con implantes cerebrales y de columna.

Gert-Jan Oskam, un holandés de 40 años, tuvo un grave accidente en motocicleta que lastimó su médula espinal. Pero un grupo de investigadores de Escuela Politécnica Federal de Lausana desarrolló un «puente digital» que conecta su cerebro con la médula, saltándose las secciones dañadas. Volvió a caminar luego de 12 años.

Con información de [Hipertextual](#)

[IMSS: Nueva área de Rehabilitación y Fisioterapia de](#)



[Hombre con parálisis logra caminar gracias a](#)



[IMSS Yucatán brinda a paciente medicina física y rehabilitación](#)





Tecnología

# Los pantalones con inteligencia artificial para personas con parálisis

1



Una mujer en Reino Unido está aprendiendo a caminar de nuevo gracias a una nueva tecnología. Julie Lloyd, víctima de un accidente cerebrovascular, es de las primeras personas en probar unos pantalones impulsados por inteligencia artificial. El invento corre por cuenta de la firma tecnológica **Kurage**, que ya ha transformado la recuperación de Julie y otros pacientes más en Reino Unido y Francia.

Julie, una empresaria de 63 años acostumbrada a correr maratones, sufrió un derrame cerebral en enero de este año. Esto le provocó una **parálisis parcial en un brazo y la pierna izquierda**. Su

rehabilitación ha sido lenta y agotadora. En las últimas semanas, ha caminado gracias a un bastón. Cuando finalmente pudo dar unos 3.000 pasos al día, su fisioterapeuta le recomendó que participara en el experimento.

Los pantalones con inteligencia artificial se llaman «*NeuroSkin*». Estimulan su pierna paralizada a través de electrodos controlados por inteligencia artificial. «**Se siente como si mi pierna estuviera siendo guiada**», contó Julie a la BBC.

La primera vez que usó el dispositivo sintió una rara sensación de hormigueo. Sin embargo, unos minutos después, **ya estaba caminando sin ayuda de su bastón. Por primera vez, en seis meses.** «Mi pierna se levantó del piso de repente y me hizo sentir segura al caminar... Es algo que, honestamente, no he sentido en absoluto con toda la fisioterapia que he tenido», contó al medio británico.



Julie Lloyd, en una prueba de los pantalones con inteligencia artificial. Credit: Clínica Morello.

## ¿Cómo funcionan los pantalones con inteligencia artificial?

La electroestimulación muscular ha utilizado en la rehabilitación de personas con parálisis desde hace años. Estos pantalones con inteligencia

artificial brindan ahora mayor exactitud en el tipo de estímulo que necesita el paciente para recuperar el funcionamiento de sus músculos, explica Kurage en su [web](#).

Los pantalones de NeuroSkin cuentan con **unos zapatos y cables con electrodos sobre los seis grupos musculares principales de cada pierna**. Los electrodos, colocados directamente en la superficie de la piel, envían impulsos eléctricos de baja intensidad que, al estimular los nervios motores, desencadenan contracciones musculares. «De esta forma, usando diferentes grupos musculares según una secuencia precisa de selectividad muscular, podemos recrear un movimiento funcional de forma controlada y segura», señala la compañía.

El sistema puede definir secuencias de contracción muscular personalizadas. Puede **reproducir movimientos específicos, como el de pedalear, remar, agarrar o caminar**.

En el caso de Julie, los pantalones de inteligencia artificial recopilan con cada paso la información sobre los impulsos que el cerebro envía a la pierna sana. Luego, devuelve un estímulo espejo a la pierna afectada para recrear su paso natural. «La prenda inteligente es como una segunda piel», dijo Rudi Gombauld, director ejecutivo de



Kurage, a la *BBC*.

## Una esperanza para millones de pacientes

La Asociación de Accidentes Cerebrovasculares en Gran Bretaña estima que hay **1,3 millones de supervivientes de accidentes cerebrovasculares** en el país que podrían beneficiarse de tecnologías como esta. **En España, al menos 110 mil personas sufren un accidente cerebrovascular** cada año. De acuerdo con la Sociedad Española de Neurología, se estimaba que en 2022 había 330.000 españoles con alguna limitación en su capacidad funcional consecuencia de este tipo de accidente.

La inteligencia artificial, que ha revolucionado la industria tecnológica este año, también logró que **una persona paralítica volviera a caminar**, gracias a otro dispositivo con implantes cerebrales y de columna.

Gert-Jan Oskam, un holandés de 40 años, tuvo un grave accidente en motocicleta que lastimó su médula espinal. Pero un grupo de investigadores de Escuela Politécnica Federal de Lausana desarrolló un **«puente digital»** que conecta su cerebro con la médula, saltándose las secciones dañadas. Volvió a caminar luego de 12 años.