

SOCIEDAD

Alzhéimer: fases de la enfermedad y etapas por las que pasa el paciente, el cuidador y la familia

STEFANO TRAVERSOFoto: **BigStock**

VIERNES 5 DE MAYO DE 2023

Se estima que hay unos 40 millones de personas en el mundo afectadas por esta patología

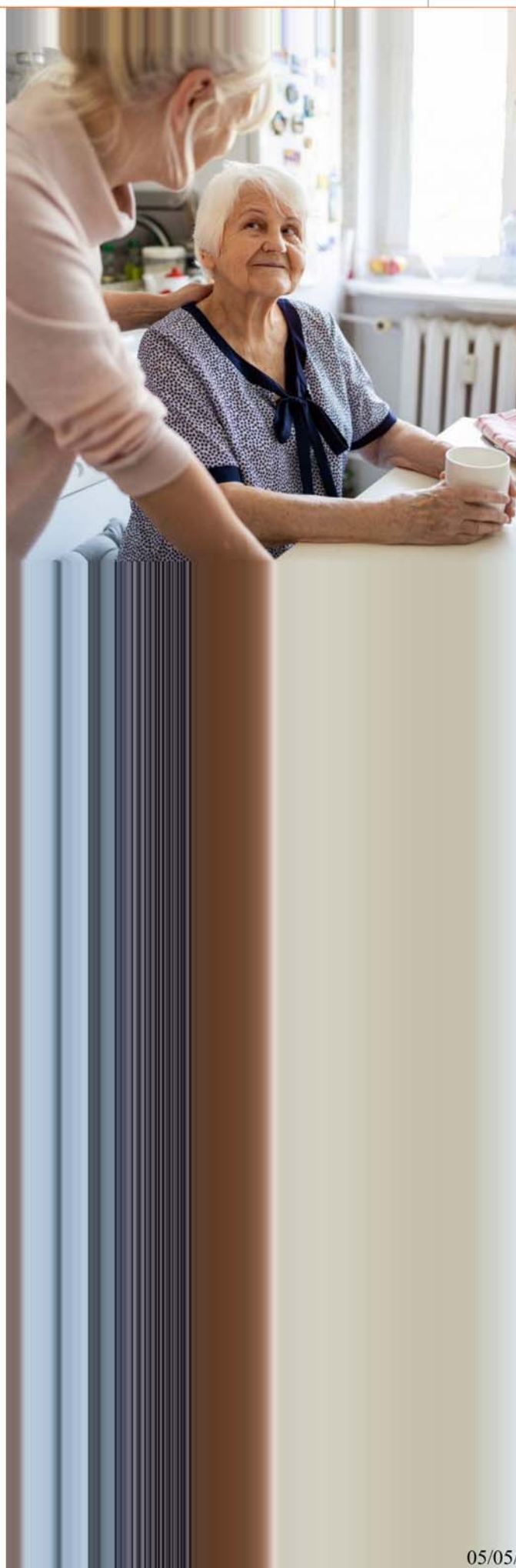
El **alzhéimer** es una enfermedad neurodegenerativa que supone la primera causa de demencia a nivel mundial. Se estima que esta patología afecta a unas 40 millones de personas en el mundo y a 800.000 en España, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Fases del alzhéimer

La duración media de la enfermedad hasta la muerte puede estar **en torno a 10 años**. El **doctor Javier Pardo Moreno**, neurólogo de **Quirónprevención Príncipe de Vergara** y del **Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz**, explica las fases del alzhéimer:

1. Prediagnóstico

El paciente **presenta síntomas y puede no ser consciente de ellos** (pérdida de memoria, perseverancia, perderse en rutas habituales, no encontrar las palabras)



consciente de que algo no va bien, pese a que la familia, hijos y nietos creen que son exageraciones y resten importancia a esos despistes. Sin embargo, algunos de estos fallos pueden tener una cierta transcendencia como, por ejemplo, **no ir a buscar a los nietos al colegio**, lo que suele suponer ya un punto de inflexión.

2. Diagnóstico

Este período puede oscilar entre 1 y 6 meses. El paciente hace **visitas a distintos especialistas** (atención primaria, neurólogo) y se le realizan **diferentes pruebas** (analítica, valoración neuropsicológica, neuroimagen). Es un proceso que puede ser tedioso y cansado para el paciente.

El cuidador lo vive expectante porque atisba un posible diagnóstico y solución, pero si el proceso se alarga también resulta agotador para él.

3. Evolución

Se vivirán **momentos de estabilidad** donde no hay un claro deterioro y habrá otros períodos de **empeoramiento importante** con progresiva discapacidad.

El tiempo de duración es variable, pero pueden ser **entre 7 y 9 años**. Las trayectorias del paciente y cuidador son similares, ya que se produce una constante y **progresiva dependencia con pérdida de autonomía**. En estos momentos la familia es más consciente de lo que está ocurriendo y puede implicarse más en la ayuda y apoyo.

4. Final

La **dependencia cognitiva del paciente es total**, pero puede ser **también física**. Esta última etapa puede durar 1 o 2 años, y en



Perfiles involucrados

Cuando una persona sufre alzhéimer, **no es el único involucrado en el largo camino de esta patología**. El doctor **Javier Pardo Moreno** también da las claves sobre los tres perfiles que están implicados en esta enfermedad: **el paciente, el cuidador y la familia**.

Paciente

Es la persona que padece la enfermedad. **Suele ser de edad avanzada, pero también podría ser joven**. La cuestión etaria influye fundamentalmente en el estado físico. Cuanto más joven, se supone que tendrá menos morbilidad (enfermedad) física (aparato locomotor, cardíaco, pulmonar...).

Centrándonos en la enfermedad de Alzheimer, el paciente puede presentar en cualquier momento de la enfermedad síntomas que afectan a tres áreas: cognitiva, conductual y anímica. Es verdad que cuanto más avanzada esté la enfermedad, la posibilidad de que existan síntomas de las tres áreas e incluso varios síntomas de la misma área es un hecho.

Entre los **síntomas cognitivos** destaca: pérdida de memoria, alteración del

personas, trastorno visuoespacial, no reconocimiento de la enfermedad.

En el **área conductual** tenemos ira, irritabilidad, agresividad, delirios (celotípicos, autorreferenciales), apatía, alucinaciones, negativa a la ingesta, al lavado, a la deambulaci3n. En lo **anímico** puede haber apatía, retraimiento, ánimo bajo, aislamiento social.

El paciente necesita **confiar en los profesionales que le tratan**, con facilidad de acceso al tratamiento y las pruebas, aglutinar las citas y minimizar las visitas y acciones técnicas carentes de valor clínico. Rapidez y agilidad en la soluci3n de problemas y necesidades.

Cuidador

Suele ser el c3nyuge. Este perfil experimenta una dependencia más precoz que el paciente por la pérdida de autonomía que supone el tener que supervisar al enfermo. Esto genera en muchas ocasiones un **autoabandono**, a veces no voluntario, en cuestiones como la propia salud, actividades de ocio, cuidados físicos (peluquería, ejercicio físico...). Son en muchas ocasiones incomprensidos y sus quejas no escuchadas ni valoradas. **Sufren desconexi3n social y su único rol es el cuidado del enfermo.**

En otras ocasiones, son los hijos los que cuidan. Si son varios, **la mayoría de las veces el peso recae sobre la hija**, lo que le supone una sobrecarga de responsabilidades, puesto que a su vez tiene su familia (marido, hijos), su trabajo, etc. Es muy habitual el **sentimiento de culpa, la ansiedad, tristeza...** Además, pueden surgir conflictos entre los hermanos por los

El cuidador necesita **mucho apoyo y ayuda**. En ocasiones, hay que descargarle de la tarea de supervisión. Precisa de empoderamiento y autonomía, facilidad de acceso a los interlocutores técnicos y fomentar su círculo personal y social.

Familia

Aquí incluimos hijos, nietos o hermanos. No siempre residen cerca de la pareja cuidador-enfermo. El contacto puede ser más o menos esporádico y, por tanto, **en muchas ocasiones no son conscientes del verdadero problema que sufre el binomio**.

La familia **necesita ser conocedora de lo que está ocurriendo y de lo que va a pasar**. Sólo desde el conocimiento se responsabilizarán del cuidado del paciente y de la ayuda al cuidador. Deben ser los que se encarguen de las cuestiones legales y adaptabilidad de los domicilios.



Etapas emocionales por las que pasan el cuidador y la familia

El neurólogo de Quirónprevención
Príncipe de Vergara y del Hospital
Universitario Fundación Jiménez Díaz

Es importante aclarar que no todas las personas pasan por todas las etapas ni en ese orden específico. Se puede manifestar de distintas maneras y en momentos diferentes para cada persona.

Etapa de la negación

Esa negación puede inicialmente amortiguar el golpe del diagnóstico y aplazar parte del dolor, pero **esta etapa no puede ser indefinida** porque **en algún momento habrá que buscar soluciones**. Puede darse de manera diferente en los implicados y ocurrirá durante el diagnóstico y el inicio de la enfermedad.

Etapa de la ira

En esta fase son característicos los **sentimientos de rabia y resentimiento**, así como la **búsqueda de responsables o culpables**. La ira aparece ante la frustración de que la enfermedad es irreversible, de que no hay solución posible y se puede proyectar esa rabia hacia el entorno, incluidas otras personas allegadas.

Etapa de la negociación

En esta fase, las personas **fantasean con la idea de que se puede revertir o cambiar el hecho de la enfermedad**. Es común preguntarse ¿qué habría pasado si...? o pensar en estrategias que habrían evitado el resultado final, como ¿y si hubiera hecho esto o lo otro?

Etapa de la depresión

La **tristeza profunda** y la sensación de vacío son características de esta fase, cuyo nombre no se refiere a una depresión clínica, como un problema de salud mental, sino a un conjunto de emociones vinculadas a la tristeza naturales ante las carencias del ser

65YMAS.COM

viviendo en su día a día y pueden aislarse de su entorno.

Etapa de la aceptación

Una vez aceptada la enfermedad, **los familiares aprenden a convivir con su dolor emocional** en un mundo afectado por la enfermedad del ser querido. Con el tiempo recuperan su capacidad de experimentar alegría y placer.



Terapia cognitiva en una fase leve del alzhéimer

El doctor Pardo Moreno también indica que la **terapia cognitiva** para personas con queja subjetiva de memoria, con un grado de deterioro leve o moderado de alzhéimer y pacientes con **diagnósticos de deterioro cognitivo leve, puede ayudar al enfermo a mantener su calidad de vida y autonomía** y, en su caso, mejorarla, a través de la estimulación psicocognoscitiva.

Con este tipo de terapias se consiguen varios objetivos:

- Fomentar y mantener la atención.
- Desarrollar la memoria declarativa tanto de los conocimientos semánticos como episódicos.
- Aprender y/o mantener información

65YMAS.COM

- Evocar acontecimientos históricos.
- Afianzar conocimientos semánticos de forma multimodal.

Sobre el autor:

Stefano Traverso

Stefano Traverso es licenciado en Ciencias de la Comunicación en la USMP de Perú; con un máster en Marketing Digital & E-commerce en EAE Business School de Barcelona. Ha trabajado en diferentes medios de comunicación en Perú, especializándose en deporte, cultura y turismo.

... [saber más sobre el autor](#)

Relacionados

La nueva esperanza contra el alzhéimer es un fármaco 'silenciador de genes'

Diseñan un dispositivo capaz de detectar el alzhéimer y el párkinson a través del oído

Pacientes con alzhéimer exigen un Plan Nacional "real y con financiación suficiente"

Etiquetas ALZHEIMER

ESCRIBE TU COMENTARIO AQUÍ

Economía & Negocios

Mejora tu calidad de vida: Recomendaciones para entrenar tu cerebro a través de la lectura

El hábito de la lectura puede prevenir enfermedades neurodegenerativas en ancianos y estimular el desarrollo cerebral en niños, según Buscalibre. Descubre tres autores que te ayudarán a entrenar el cerebro a través de la lectura y mejorar tu bienestar.

🕒 Business Empresarial • 4 Mayo, 2023 🗨️ 0 🔥 51 📖 2 minutos leídos



Business Empresarial.- La importancia de realizar actividades mentales se compara con la del ejercicio físico, ya que leer genera en el cerebro el mismo efecto que una rutina de gimnasio en el cuerpo, estimulando la memoria a corto y largo plazo, mejorando el vocabulario y promoviendo la creatividad. Según la **Sociedad Española de Neurología**, la lectura es una de las mejores actividades mentales porque obliga al cerebro a pensar, ordenar ideas, interrelacionar conceptos, ejercitar la memoria e imaginar.

“La lectura puede ser extremadamente positiva para ancianos, previniendo enfermedades neurodegenerativas; para niños pequeños, estimulando su desarrollo cerebral; y para adultos, recuperando la capacidad de concentración y retención de información que los dispositivos digitales tienden a mermar. Todo libro involucra el acto de leer; por lo tanto,

indistintamente de si es de ocio o lectura ligera, tendrá el efecto positivo esperado en el cerebro”, explica Luis Felipe Casas, Country Manager de **Buscalibre Perú**.

Sin embargo, este hábito es poco común en el Perú. De acuerdo con el **Ministerio de Cultura**, en el 2022, el 47,3% de los peruanos entre 18 y 64 años leyó al menos un libro, aunque la tasa de asistencia a bibliotecas en el último año fue del 6,5% de la población entre 28 y 64 años. En el ámbito urbano, esta cifra aumenta a un 7,2%, mientras que en el rural se reduce a un 3,1%. Estos datos destacan la necesidad de implementar políticas efectivas para fomentar la lectura en el país.

Para incentivar al público en general a practicar la lectura, mejorar su calidad de vida y fortalecer la conexión entre neuronas, el especialista recomienda tres autores que pueden ayudar a conocer más acerca de este tema:

1. **Fernando Savater**. “El placer de la lectura” es una publicación que celebra el goce de leer y ofrece un recorrido por autores y obras que le han parecido memorables a Savater. En esta obra, el autor comparte el placer de la lectura como una permanente búsqueda de libertad.
2. **Irene Vallejo**. “Manifiesto por la Lectura” nos habla del poder de los libros y de la lectura como factor determinante no solo para el crecimiento individual de cada persona, sino también como elemento esencial para la construcción de una mejor sociedad. La autora establece que la clave es la empatía, los libros y sus historias nos atrapan porque nos sentimos identificados con un argumento y unos personajes.
3. **Fran Nuño**. Con el libro ‘Ideas prácticas para animar a la lectura desde casa: Manual para pequeños lectores’, el autor nos plantea un nuevo manual que responde a una demanda específica, la de la animación a la lectura por parte de padres o tutores en el ámbito doméstico.

Luis Felipe sugiere a aquellos que no tienen el hábito de la lectura, que busquen un tema de interés, un autor atractivo o un género apasionante. “Es recomendable comenzar poco a poco, leyendo algunos minutos al día, y con el tiempo, notarás cómo se te hace más fácil y disfrutarás aún más



► Directo

NOTICIA



En los últimos 20 años hemos perdido dos horas de descanso y esto merma también nuestra economía

Al menos un 20% de los niños y adolescentes reconoce no tener unos horarios de sueño regulares y más de un 30% que no duerme lo suficiente

Ana Más

04/05/2023, a las 06:21



▶ Directo

Dormir bien es esencial para nuestra salud. Además de hacer que tengamos mejor humor y rindamos más, mejora nuestro sistema inmune. Incluso hay estudios que relacionan **dormir poco** con un mayor riesgo de desarrollar al menos dos enfermedades crónicas, como patologías cardíacas, cáncer o diabetes. La recomendación de la OMS es dormir, al menos, siete horas diarias. Hoy hablamos de algunos datos del sueño en nuestro país.

Sin embargo en declaraciones a la **Cadena Ser Francisco Bas, CEO de Sleepzone** explica que *«la OMS ya habla de una pandemia silenciosa al referirse a los problemas relacionados con el sueño porque la mitad de la población mundial los padece»*.

Sin embargo las cifras hablan por si solas, según el mismo medio, actualmente *«más de 12 millones de personas se despiertan con la sensación de no haber tenido un sueño reparador o finalizan el día muy cansados y, además, más de 4 millones padecen algún tipo de trastorno de sueño crónico y grave»*.

Más datos sobre el sueño

[▶ Directo](#)

Y añaden que según la **Sociedad Española de Neurología** «*existen cerca de 100 trastornos del sueño clasificados y casi todos no diagnosticados*», son cifras sin duda preocupantes a las que hay que añadir que en el año pasado se vendieron en España doce millones de fármacos relacionados con el sueño sin receta y es que nuestro país es uno de los del mundo con mayor consumo de este tipo de medicamentos.

En declaraciones al mismo medio la doctora **Milagros Merino**, presidenta de la **Sociedad Española del Sueño** y coordinadora de la **Unidad de Trastornos Neurológicos del Sueño en el Hospital La Paz** explica que las mujeres y los



▶ Directo

Merino además reconoce que en los últimos veinte años hemos perdido en **España** y otros países europeos dos horas de sueño, añade que en el entorno urbano se duerme peor que en el rural y que la luz influye en la felicidad y condiciona la depresión.

Bas por su parte va más allá hablando del impacto económico que tiene en los países occidentales dormir mal, «*Las pérdidas económicas son superiores al 2% del PIB de cada uno de esos países. En el caso de España estamos hablando de una cifra que supera los 200.000 millones de euros anuales*», explica.

MÁS SOBRE:

[Sueño](#) ·

NOTICIAS RELACIONADAS

Ana Más 18/04/2023

Beneficios de dormir con una almohada entre las piernas

Carlos Reru

Tu persona

- [Profesionalismo y Ética Clínica](#)
 - [Simulación aplicada a la Medicina](#)
 - [Becas](#)
 - [Declaración interés científico](#)
- [DEONTOLOGÍA](#)
 - [Comisión de Deontología](#)
 - [¿Qué es?](#)
 - [Miembros de la Comisión](#)
 - [¿Cómo funciona?](#)
 - [Historia de la Comisión](#)
 - [Contacto](#)
 - [Trámites](#)
 - [Quejas y Reclamaciones](#)
 - [Autorización de publicidad sanitaria](#)
 - [Información y consulta](#)
 - [Normativas](#)
 - [Ley 41/2002](#)
 - [Publicidad Sanitaria](#)
 - [El Código de Deontología](#)
 - [Foro Deontología Médica](#)
 - [Memorias de actividad](#)
- [EMPLEO](#)
 - [Inserta oferta de empleo](#)
 - [Ofertas de empleo](#)
- [OCIO](#)
 - [Exposiciones](#)
 - [Espacio de Arte](#)
 - [Exposiciones en la Biblioteca](#)
 - [Requisitos para exponer](#)
 - [Ciclo de Médicos Escritores](#)
 - [Presentaciones literarias](#)
 - [Tertulias literarias](#)
 - [Tertulia literaria](#)
 - [Tertulia literaria en alemán](#)
 - [Tertulia literaria en inglés](#)
 - [Taller satura de Patchwork](#)
 - [Coros](#)
 - [Actividades Deportivas](#)
 - [Otras actividades](#)
 - [PASYAD](#)
- [COOPERACIÓN](#)
 - [Oficina de Cooperación](#)
 - [Convocatoria de ayudas para proyectos](#)
 - [Ofertas medicos cooperantes](#)
 - [Ayudas y tramite para cooperantes](#)
 - [Trabajos de cooperación | Experiencias colegiados](#)
 - [Actividades en la oficina de Cooperación](#)
 - [Listado de ONG](#)
 - [Memoria anual](#)
- [COMUNICACIÓN](#)
 - [Noticias](#)
 - [Agenda](#)
 - [Revista Aragón Médico](#)
 - [Incríbete a nuestro Boletín informativo](#)
 - [Videos](#)

[Inicio](#) [Comunicación](#) [Noticias](#) **El Colegio de Médicos de Zaragoza acoge la presentación del documental Mirar al miedo**

El Colegio de Médicos de Zaragoza acoge la presentación del documental Mirar al miedo

.02 MAY 2023

Una enfermedad devastadora, que deja grandes secuelas y que es fruto del azar neurológico. Así definen los profesionales de la medicina a la **encefalitis herpética**, una enfermedad rara que consiste en la inflamación del cerebro y que está causada por una infección extremadamente grave y mortal. A pesar de ello, Marta Huertas, una joven de Orihuela, consiguió sobrevivir a ella y contar su historia en el documental **‘Mirar al miedo’, que el próximo 10 de mayo a las 18:00h. se presenta en la sede del Colegio de Médicos de Zaragoza** (Pº Ruisenores, 2).

A ella asistirán el director del documental, Javier García Gómez; la delegada de ANIS en Aragón, Melania Bentué; la presidenta de la SARAN, Elena Muñoz Farjas; el presidente del COMZ, Javier García Tirado; y la presidenta de la SARAN, Elena Muñoz Farjas, así como algunos de sus protagonistas, como la propia Marta Huertas

El audiovisual refleja el sufrimiento de la familia de Marta Huertas durante todo el proceso de su enfermedad y reivindica la falta de recursos y la necesidad de invertir más en ciencia e investigación

La cinta cuenta con el aval social de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y el aval científico de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), y en él aparecen integrantes de los equipos médicos que trataron a Marta en el Hospital Vega Baja de Orihuela, en el Hospital General Universitario

Dr. Balmis de Alicante, en el Hospital Clínic y en Sant Joan de Déu, en Barcelona.



Comparte la noticia:

Contacta con cada vocalía

[Vocalía de Médicos de Atención Primaria Rural](#)

[Vocalía de Médicos de Atención Primaria Urbana](#)

[Vocalía de Médicos de Hospitales](#)

[Vocalía de Médicos de Ejercicio Privado](#)

[Vocalía de Médicos de Jóvenes y Promoción de Empleo](#)

[Vocalía de Médicos de Administraciones Públicas](#)

[Vocalía de Médicos Jubilados](#)

[Vocalía de Médicos Tutores y Docentes](#)

Localización

Sede del colegio

Paseo Ruisñores 2,

50006 Zaragoza

Teléfono: 976 388 011

Sede de formación

Ana Isabel Herrero 3 y 5

50008 - Zaragoza

Teléfono: 976 388 011

Sede Cooperación / Acción Social 'José Ramón Muñoz'

Paseo Ruiseñores 5,

50006 Zaragoza

Teléfono: 976 388 011

[Aviso legal](#) | [Política de privacidad](#) | [Cookies](#)

[Aviso legal](#) | [Política de privacidad](#) | [Cookies](#)

© 2023 Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza

© 2023 Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Zaragoza

Powered by [Calat Sistemas y Comunicaciones S.L.](#)

Esta página web usa Cookies

Este portal web únicamente utiliza cookies propias con finalidad técnica, no recaba ni cede datos de carácter personal de los usuarios sin su conocimiento. Sin embargo, contiene enlaces a sitios web de terceros con políticas de privacidad ajenas este portal web que usted podrá decidir si acepta o no cuando acceda a ellos.

Permitir cookies técnicas

Son aquellas que permiten al usuario la navegación a través de una página web, plataforma o aplicación y la utilización de las diferentes opciones o servicios que en ella existan, incluyendo aquellas que el editor utiliza para permitir la gestión y operativa de la página web y habilitar sus funciones y servicios, contar visitas a efectos de la facturación de licencias del software con el que funciona el servicio (sitio web, plataforma o aplicación), utilizar elementos de seguridad durante la navegación, almacenar contenidos para la difusión de vídeos o sonido, habilitar contenidos dinámicos o compartir contenidos a través de redes sociales, entre otras.

Permitir cookies analíticas

Son aquellas que permiten al responsable de las mismas el seguimiento y análisis del comportamiento de los usuarios de los sitios web a los que están vinculadas, incluida la cuantificación de los impactos de los anuncios. La información recogida mediante este tipo de cookies se utiliza en la medición de la actividad de los sitios web, aplicación o plataforma, con el fin de introducir mejoras en función del análisis de los datos de uso que hacen los usuarios del servicio.

Permitir cookies de preferencias

Son aquellas que permiten recordar información para que el usuario acceda al servicio con determinadas características que pueden diferenciar su experiencia de la de otros usuarios.

INFORMACIÓN ADICIONAL

A través de este sitio web no se recaban datos de carácter personal de los usuarios sin su conocimiento, ni se ceden a terceros. Con la finalidad de ofrecerle el mejor servicio y con el objeto de facilitar el uso, se analizan el número de páginas visitadas, el número de visitas, así como la actividad de los visitantes y su frecuencia de utilización, con fines puramente estadísticos.

No utilizamos cookies para recoger información de los usuarios, ni registramos las direcciones IP de acceso. Únicamente se utilizan cookies propias, de sesión, con finalidad técnica (aquellas que permiten al usuario la navegación a través del sitio web y la utilización de las diferentes opciones y servicios que en ella existen).

Este portal contiene enlaces a sitios web de terceros, cuyas políticas de privacidad son ajenas a nosotros. Al acceder a tales sitios web usted puede decidir si acepta sus políticas de privacidad y de cookies. Con carácter general, si navega por internet usted puede aceptar o rechazar las cookies de terceros desde las opciones de configuración de su navegador.

¿QUÉ SON LAS COOKIES?

Este sitio web utiliza cookies y/o tecnologías similares que almacenan y recuperan información cuando navegas. En general, estas tecnologías pueden servir para finalidades muy diversas, como, por ejemplo, reconocerte como usuario, obtener información sobre tus hábitos de navegación, o personalizar la forma en que se muestra el contenido. Los usos concretos que hacemos de estas tecnologías se describen a continuación.

¿QUÉ TIPOS DE COOKIES SE UTILIZAN EN ESTA PÁGINA WEB?

Cookies técnicas: son aquellas que permiten al usuario la navegación a través de una página web, plataforma o aplicación y la utilización de las diferentes opciones o servicios que en ella existan, incluyendo aquellas que el editor utiliza para permitir la gestión y operativa de la página web y habilitar sus funciones y servicios, contar visitas a efectos de la facturación de licencias del software con el que funciona el servicio (sitio web, plataforma o aplicación), utilizar elementos de seguridad durante la navegación, almacenar contenidos para la difusión de vídeos o sonido, habilitar contenidos dinámicos o compartir contenidos a través de redes sociales, entre otras.

Cookies de preferencias o personalización: son aquellas que permiten recordar información para que el usuario acceda al servicio con determinadas características que pueden diferenciar su experiencia de la de otros usuarios.

Cookies de análisis o medición: son aquellas que permiten al responsable de las mismas el seguimiento y análisis del comportamiento de los usuarios de los sitios web a los que están vinculadas, incluida la cuantificación de los impactos de los anuncios. La información recogida mediante este tipo de cookies se utiliza en la medición de la actividad de los sitios web, aplicación o plataforma, con el fin de introducir mejoras en función del análisis de los datos de uso que hacen los usuarios del servicio.

GARANTÍAS Y OPCIONES SOBRE LAS COOKIES

En todo momento, y al menos, durante la instalación o puesta al día del navegador, el usuario tiene la posibilidad de aceptar o rechazar la instalación de cookies, o bien rechazar la instalación de un determinado tipo de cookies, como las cookies de publicidad y de terceros. Además, después de cada sesión puede eliminar todas o algunas de las cookies almacenadas. Asimismo, el usuario puede activar:

- La navegación privada, mediante la cual su navegador deja de guardar el historial de navegación, contraseñas de sitios web, cookies y otra información de las páginas que visita.
- La función de no rastrear, por la que el navegador pide a los sitios web que visita que no rastreen sus hábitos de navegación, para por ejemplo, servirle publicidad de su interés en los sitios que visita.

Le recomendamos que consulte la ayuda de su navegador para informarse de las diferentes opciones sobre cómo gestionar las cookies.

Tenga en cuenta que el bloqueo de cookies puede afectar a todas o algunas de las funcionalidades de nuestra web

TABLA DE DESCRIPCIÓN DE COOKIES USADAS

Nombre	Titularidad	Caducidad	Descripción
PHPSESSID	propia	Sesión	Conserva los estados de los usuarios en todas las peticiones de la página
_ga	ajena	2 años	Registra una identificación única que se utiliza para generar datos estadísticos acerca de cómo utiliza el visitante el sitio web
_gat	ajena	1 día	Utilizado por Google Analytics para controlar la tasa de peticiones
_gid	ajena	1 día	Registra una identificación única que se utiliza para generar datos estadísticos acerca de cómo utiliza el visitante el sitio web

PLAZOS DE CONSERVACIÓN DE LA INFORMACIÓN

Las cookies serán utilizadas única y exclusivamente durante el tiempo necesario para cumplir con las finalidades para las cuales se ha indicado en cada cookie. Por todo lo anterior, las cookies propias, no tendrán una caducidad superior a un año. En relación a las cookies de terceros, los plazos de conservación podrán ser consultados en las Políticas de privacidad de los terceros. Una vez caducada la cookie podrá ser renovada si el usuario vuelve a aceptar su utilización.

[Política de Privacidad](#)



COLEGIO OFICIAL

- [Home](#)
- El Colegio
 - [¿Qué es el colegio?](#)
 - [Junta Directiva](#)
 - [La Historia del colegio](#)
 - [Estatutos del COMZ](#)
 - [Vocalías](#)
 - [Vocalía de AP Urbana](#)
 - [Vocalía de AP Rural](#)
 - [Vocalía de Administraciones Públicas](#)
 - [Vocalía de Médicos Jubilados](#)
 - [Vocalía Ejercicio Privado](#)
 - [Vocalía de Médicos Jóvenes y Empleo](#)
 - [Vocalía de Hospitales](#)
 - [Vocalía Tutores y Docentes](#)
 - [Comisiones u Organismos Colegiales Internos](#)
 - [Comisión de Formación y Becas](#)
 - [Comisión de Deontología](#)
 - [Departamentos](#)
 - [Las sedes, horario y contacto](#)
 - [Normativa](#)
 - [Ley de Colegios Profesionales](#)
 - [Ley Aragonesa de Colegios Profesionales](#)
 - [Código Deontológico](#)
 - [Transparencia](#)
 - [Transparencia](#)
 - [Transparencia](#)
 - [Memorias, cuentas y presupuestos](#)
 - [Actas y plenos](#)
- [Servicios](#)
 - [Trámites de colegiación](#)
 - [Información general](#)
 - [Quiero colegiarme por 1º vez](#)
 - [Colegiados procedentes de otros colegios](#)
 - [Colegiados procedentes del extranjero](#)



Destacado NEWS PACIENTES

Reír, una emoción beneficiosa para el cuerpo humano

4 mayo 2023 miguelangel@peldano.com 0 comentarios

Según la Sociedad Española de Neurología, reír altera la producción de dopamina y serotonina, que mejoran de forma natural el estado de ánimo

Una encuesta realizada por el Consejo de Dentistas de España muestra que el 7% de los españoles reconoce sentirse incómodo al sonreír o reír

Para corregir malformaciones en la boca existen actualmente tratamientos ortodónticos que tienen que ser supervisados por un profesional homologado

Vídeo destacado

00:00 02:13

BUSCA.DENTAL

00:00 00:46

BUSCA . DENTAL



Lo + leído

beneficia a todo el organismo.

Según la Sociedad Española de Neurología, reír altera la producción de dopamina y serotonina, que mejoran de forma natural el estado de ánimo.

Además, puede

estimular el sistema inmunitario, aumentar el umbral del dolor, acelerar el ritmo

cardíaco e incrementar el aporte de oxígeno al cerebro 1 . “Al sonreír, las personas

muestran su auténtica personalidad, ya sea con una sonrisa, una carcajada o un

simple gesto de alegría. La risa es esencial para el bienestar general”, comenta Juan

Manuel Frade, director general de Align Technology en España y Portugal.

Sin embargo, sonreír y reír a veces provoca inseguridad a algunas personas y hace

que dejen de hacerlo de forma espontánea y natural por miedo a enseñar los dientes,

hasta el punto de llegar a afectar a su vida social. Según una encuesta realizada por el

Consejo de Dentistas de España, el 7% de los españoles reconoce sentirse incómodo

al sonreír o reír, el 3% ha evitado entablar conversación por el aspecto de sus dientes

y el 2% ha limitado sus actividades sociales por el mismo motivo 2 .

Las imperfecciones en la mordida no sólo pueden afectar directamente a la calidad de

vida, sino que también pueden ocultar problemas dentales más graves: una

maloclusión, por ejemplo, puede tener implicaciones tanto estéticas como funcionales

en la vida diaria de las personas, como baja autoestima, deseo continuo de ocultar la

sonrisa, incomodidad al ingerir alimentos, necesidad de

[Digitaliza tu negocio con el Kit Digital](#) 4 mayo 2023

[Reír, una emoción beneficiosa para el cuerpo humano](#) 4 mayo 2023

[¿Quieres potenciar las redes sociales de tu clínica dental?](#) 3 mayo 2023

[Complejidades de las clínicas familiares – Webinar gratuito](#) 16/02/23 13 febrero 2023

[El presidente del Consejo General continúa recabando apoyos para impulsar las especialidades odontológicas](#) 13 febrero 2023

Solidarios



Etiquetas

[alineadores](#) [caries](#) [clínica](#)

[coaching](#) [coem](#) [congreso](#)

[congresos](#) [consejo](#)

[consejo dentistas](#)

[covid19](#) [dental](#)

[dentistas](#) [dentix](#)

[desinfección](#) [diabetes](#) [digital](#)

[digitalización](#) [empresa](#) [epis](#)

[erte](#) [expodental](#) [fenin](#)

[formación](#) [gestión](#)

muchos casos más que la salud general 2 . La población es cada vez más consciente de que la falta de tratamiento dental, o un cuidado dental inadecuado, puede provocar problemas como sensibilidad dental, inflamación de las encías y trastornos de la articulación temporomandibular, conllevando incluso a la pérdida de dientes en el peor de los casos.

Por eso, el primer paso para prevenir cualquier tipo de infección y mantener una sonrisa impecable empieza por una higiene adecuada, que incluya el cepillado de los dientes y visitas periódicas a la consulta dental para asegurarse de que todo está en orden.

El profesional debe supervisar el tratamiento. En ocasiones, para conseguir la sonrisa deseada también es necesario corregir posibles malformaciones en la boca, como la desalineación dental u maloclusiones, que pueden llegar a afectar la vida diaria de una persona, tanto desde el punto de vista estético como el de salud.

Para ello existen soluciones como los tratamientos ortodónticos, que tienen que ser realizados por un profesional cualificado que guíe al paciente durante el proceso, ya que cualquier intervención para cambiar la posición de los dientes es un procedimiento médico que mueve los dientes a lo largo del hueso.

El papel del doctor es fundamental desde la primera consulta hasta los resultados finales. La tecnología y las herramientas digitales le ayudan a detectar las necesidades del paciente y a conseguir un tratamiento adecuado y

[oral sanidad](#) [sanitarios](#) [sepa](#)
[solidarios](#) [tabaco](#) [test](#) [vídeo](#)
[vídeo](#) [entrevista](#) [webinar](#)

las redes sociales de tu clínica dental?

📅 3 mayo 2023 👤

miguelangel@peldano.com 💬

eso, su compromiso con los pacientes y la evaluación de cada situación para ofrecer los mejores tratamientos y tecnologías posibles, sientan las bases para que los pacientes tengan la mejor salud bucodental y nunca dejen de sonreír.

#

Referencias:

- 1 Sociedad Española de Neurología: <https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link160.pdf>
- 2 Consejo General de Dentistas y la Fundación Dental Española (FDE): Libro Blanco de la Salud oral en España
- 3 Revista del Ilustre Consejo General de Colegios de Odontólogos y Estomatólogos de España: <https://rcoe.es/articulo/48/afectacion-de-la-maloclusion-en-la-calidad-de-vida-del-paciente-odontopediatrico#:~:text=La%20maloclusi%C3%B3n%20puede%20relacionarse%20con,y%20dolor%20en%20la%20boca>

Compartir:

← ¿Quieres potenciar las redes sociales de tu clínica dental?

Digitaliza tu negocio con el Kit Digital →

 También te puede gustar

Britania[▲]

(/component/banners/click/3)



(/component/banners/click/135)

LABORATORIOS GORNITZ S.A.
BIOQUIMICA DESDE 1948

(/component/banners/click/224)



(/component/banners/click/280)

(/component/banners/click/188)

Neurología Un 45% de la población sufrirá algún trastorno del sueño grave

Publicado: Jueves, 04 Mayo 2023 11:33



(Madrid).- El tercer viernes de marzo se conmemora el **Día Mundial del Sueño** y este año, bajo el lema “El sueño es esencial para la salud”, se organiza con el objetivo de incidir en la importancia de que personas de todas las edades tomen **medidas para mejorar su sueño** porque éste **influye** de forma crítica **en la salud y en el bienestar físico, mental y social**.

Para la Coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española de Neurología (SEN), **Ana Fernández Arcos**, “el sueño es esencial para la salud. Dormir adecuadamente es igual de importante como lo es una correcta alimentación

WorldDiagnosticsNews®

Análisis > Búsqueda > Selección
> Elección > Seguimiento



Trabajamos en equipo con su empresa para multiplicar sus resultados.



(/component /banners /click/359)

WorldDiagnosticsNews



HÉROES

YO BIOQUIMICA

o realizar ejercicio físico. Sabemos que el sueño influye enormemente en la memoria y el aprendizaje y también en la salud del cerebro a largo plazo”.

“Por ejemplo, dormir mal se ha relacionado con un **mayor riesgo de obesidad, diabetes y con mortalidad prematura**. Conocemos también que se produce una peor respuesta inmunitaria, creando una mayor susceptibilidad a las infecciones. Además, puede suponer un **mayor riesgo de accidentes** laborales y durante la conducción ya que se ve afectado el tiempo de reacción y la toma de decisiones”, afirma.

Además, considera que “cada vez tenemos más evidencia de que algunos trastornos del sueño podrían estar íntimamente relacionados con el riesgo de desarrollar enfermedades como **alzhéimer**, la **enfermedad cerebrovascular** o presentar un mal control de la **epilepsia**. Sin embargo, el porcentaje de población que no descansa adecuadamente es altísimo”.

La importancia del sueño de calidad

La Sociedad Española de Neurología (SEN) estima que el 48 por ciento de la población adulta española y el 25% de la población infantil **no tiene un sueño de calidad**. Además, al menos un 50 por ciento de la población tiene problemas para conciliar el sueño y un 32% se despierta con la sensación de no haber tenido un sueño reparador.

“Existen varios **factores** necesarios para que un sueño sea de buena calidad. En primer lugar, **la duración**, que debe ser la suficiente para estar descansado y alerta al día siguiente: los adultos deben destinar al sueño entre 7 y 9 horas diarias, los niños mayores de 2 años más de 10 horas, y los adolescentes al menos 8.

Por otro lado, la **regularidad del horario de descanso** acorde con nuestro ritmo circadiano o reloj biológico. Y, por último, la continuidad, ya que los períodos de sueño deben ser estables evitando la fragmentación, constando de todas sus fases (en especial el sueño profundo NREM y el sueño REM) para ser reparador. Y cuando al menos alguno de estos elementos falla, ya no estamos descansando adecuadamente”, explica Arcos.

Las mujeres mayores, las mas afectadas

Aunque personas de todas las edades y sexos pueden tener problemas de sueño, los distintos estudios que se han realizado en España coinciden en afirmar que son **más frecuentes en mujeres** y en **personas de mayor edad**: sólo un 33 por ciento de las mujeres españolas duermen, entre semana, al menos 7 horas y más de un 25 por ciento de los ancianos tienen problemas de sueño. En todo caso, también afectan de forma importante a los niños y adolescentes españoles, donde al menos un 20 por ciento reconoce no tener unos horarios de sueño regulares y más de un 30 por ciento considera que su sueño es insuficiente.

“Para tener buenos hábitos de sueño es fundamental no solo intentar dormir las horas suficientes acordes con nuestra edad, sino **tener un horario de sueño regular**”, aclara Arcos. “Además, para lograr una buena calidad de sueño también es importante llevar una vida saludable, tratando de realizar ejercicio físico de forma regular, evitando -sobre todo cerca de la hora de dormir- las comidas copiosas y las sustancias como alcohol y tabaco que pueden alterar nuestro sueño”.

"Las siestas se desaconsejan en caso de problemas para conciliar el sueño nocturno y en general recomendamos que no excedan 20-30 minutos. Por otra parte, **el entorno** donde

dormimos desempeña un papel fundamental para conseguir dormir mejor. Factores como permanecer a oscuras y en silencio y tratar de evitar el estrés alejando aquellos elementos que pueden sobreexcitarnos antes de ir dormir, como puede ser el uso de móviles u ordenadores, también son medidas a tener en cuenta”, añade.

Menos de un tercio busca ayuda profesional

Aunque tomar medidas que favorezcan buenos hábitos de sueño puede servir en muchos casos para mejorar la calidad de nuestro descanso, **la etapa de la vida** en que nos encontramos, **el sexo y la genética** de cada persona también juega un **papel importante**. Existen cerca de 100 trastornos del sueño clasificados y, además, son muchas las personas que conviven con enfermedades cuya sintomatología interfiere con un buen descanso. Pero, aunque la mayoría de los trastornos del sueño se pueden prevenir o tratar, menos de un tercio de las personas que los padecen buscan ayuda profesional. Esto hace que, en España existan trastornos del sueño que sólo se han diagnosticado al 10 por ciento de las personas que realmente los padecen.

“Si bien experimentar cambios puntuales en el sueño es algo normal, cualquier persona que no consiga tener un sueño reparador, a pesar de mejorar sus hábitos, debería **consultar con su médico**. Aunque lamentablemente los problemas del sueño hayan sido normalizados o culturalmente aceptados, mejorar el descanso tiene que ser una prioridad para todos porque el sueño es esencial para la salud”, destaca Arcos.

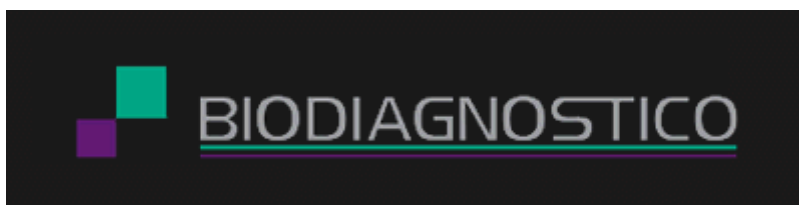
Casi la mitad de la población mundial padecerá este trastorno

Según datos de la SEN, más **4 millones de españoles** padecen algún tipo de trastorno del sueño crónico y grave. Por otra parte, la World Sleep Society calcula que al menos un 45 por ciento de la población mundial padecerá en algún momento algún trastorno del sueño grave.

El insomnio, la apnea obstructiva del sueño, trastornos del ritmo circadiano, el síndrome de piernas inquietas, las parasomnias NREM, el trastorno de conducta durante el sueño REM, la narcolepsia o la hipersomnia idiopática, son los trastornos del sueño más habituales entre la población española.

Fuente: Redacción Médica

[Siguinte \(/noticias/40742-industria-farmaceutica-las-farmaceuticas-investigan-100-nuevos-tratamientos-contr-el-parkinson\)](/noticias/40742-industria-farmaceutica-las-farmaceuticas-investigan-100-nuevos-tratamientos-contr-el-parkinson)



(/component/banners/click/42)

**Consejo**

El truco del limón: la fórmula secreta para conciliar el sueño y dormir sin interrupciones

Con este remedio natural lograrás conciliar más rápido el sueño y dormir mejor. De qué se trata.

Actualizado el 3 de Mayo de 2023 13:46

ESCUCHAR
3:00 minutos

**En esta noticia**

¿Cuántos españoles son afectados por el insomnio?

Truco del limón: el método más efectivo para dormir toda la noche

Otros tips para quitar el insomnio

Cuando llega la [hora de dormir](#), se suelen presentar muchos pensamientos y preocupaciones que nos **impiden conciliar el sueño**. Si esto sucede a menudo, la falta de sueño puede [afectar tu salud](#) y hacer que sea difícil sobrellevar el día.

Por esta razón, si eres una persona que suele tener este tipo de

problemas al dormir, debes saber que **no todo está perdido**, pues existe un **remedio natural** que resulta muy efectivo para dormir mejor. ¿De qué se trata?



Adiós insomnio: esta es la fórmula secreta más efectiva para conciliar el sueño rápidamente. (Imagen: Pexels)

[El Corte Inglés tiene el viaje de tu vida: 6 días en este paraíso con pensión completa por menos de 300 euros >](#)

[Escapadas: este pueblo es considerado el más bonito de España y está a solo una hora de Madrid >](#)

¿Cuántos españoles son afectados por el insomnio?

En **España**, se estima que el **insomnio** transitorio afecta alrededor del 25-35% de la población adulta, mientras que el insomnio crónico afecta aproximadamente al 10-15%. Estas cifras, reveladas por la **Sociedad**

Española de Neurología (SEN), ilustran la gran magnitud del problema y su impacto en la población.

Adicionalmente, la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** ha llegado a reconocer la existencia de hasta **88 tipos de trastornos del sueño distintos**. Sin embargo, cabe destacar que el insomnio sigue siendo el más frecuente.

Lo cierto es que el ser humano **necesita dormir y descansar por lo menos 7 horas diarias**. Un sueño reparador no solo contribuye a recuperar la energía gastada, sino que también permite que el cuerpo y el cerebro se recuperen del estrés acumulado durante el día.

Truco del limón: el método más efectivo para dormir toda la noche

El *método del limón*, como su propio nombre indica, es un remedio natural con el que podrás conciliar más rápidamente el sueño y descansar mejor. Tan solo tendrás que **tomar un limón y cortarlo en cuatro trozos** que deberás **colocar lo más cerca posible de tu cama** (si tienes una mesita de noche, déjalos ahí).

Con este truco casero, lo que estaremos consiguiendo es que el aroma que desprenda el limón contribuya a mejorar la calidad del aire, y por consiguiente, también alejará a los mosquitos. Y no solo eso, sino que el limón además puede ayudarnos a deshacernos del estrés acumulado.

Para obtener el máximo beneficio de sus propiedades relajantes, se recomienda utilizarlo durante al menos dos o tres días y, si es posible, **agregar un poco de sal o vinagre**. De esta manera, podrás experimentar su eficacia de manera notable.

[Estos son los 6 días del año en los que no se recomienda hacer una transferencia bancaria >](#)

[Esta estafa puede vaciar todas tus cuentas bancarias y están cayendo todos: cómo protegerse >](#)

Otros tips para quitar el insomnio

[Leer un libro](#) antes de acostarse es un hábito que también puede **ayudar a conciliar el sueño de manera más eficiente**. Además de ser una actividad relajante y de baja estimulación, distrae al cerebro, lo que aumenta las posibilidades de dormirse más rápido.

Además de la lectura, existen otros recursos que pueden ayudar a conciliar el sueño, como la **relajación y la meditación guiada**. A través de vídeos y sonidos, es posible alcanzar un estado de paz y relajación que

también contribuye a reducir la tensión muscular.

LA SALUD VA POR BARRIOS · NUTRIR CON CIENCIA · ENFÓRMATE · NOSOTRAS RESPONDEMOS · SALUD MENTAL · ÚLTIMAS NOTICIAS

ALZHEÍMER >

La farmacéutica Lilly anuncia que su fármaco experimental contra el alzhéimer retrasa un 35% el deterioro cognitivo

La compañía avanza que, en un ensayo clínico todavía no publicado, el anticuerpo monoclonal donanemab ralentiza el empeoramiento en pacientes con la enfermedad en estadios tempranos



Un sanitario hace una resonancia a un paciente en un centro sanitario de Nápoles, en Italia.
AGENCIA GETTY (LIGHTROCKET VIA GETTY IMAGES)

**JESSICA MOUZO**

03 MAY 2023 - 19:40 CEST



Un nuevo fármaco experimental se suma a la [nueva generación](#) de terapias avanzadas para frenar el alzhéimer. La [farmacéutica Lilly](#) ha anunciado resultados positivos del donanemab, un anticuerpo monoclonal dirigido contra la proteína amiloide, precursora de la enfermedad degenerativa. Según la compañía, en su último ensayo clínico, que aún no ha sido publicado, el medicamento retrasa un 35% el deterioro cognitivo de los pacientes con enfermedad sintomática en estadios tempranos. A falta de conocer el estudio completo y que los resultados se publiquen en una revista científica revisada por pares, los expertos consultados celebran los resultados “alentadores”, pero piden cautela: ni cura ni estabiliza la enfermedad, solo le gana algo de tiempo al avance irreversible de esta dolencia neurodegenerativa. Donanemab se une, eso sí, al [arsenal terapéutico](#) que en los últimos meses han revolucionado las perspectivas frente a una enfermedad que afecta a 50 millones de personas en el mundo y que, por ahora, no tiene cura.

[El alzhéimer](#) es una enfermedad que se gesta de forma silente durante 15 o 20 años antes de presentar síntomas. Da la cara tarde, cuando el daño neurológico ya está hecho y revertirlo es, por ahora, imposible. Ni siquiera los intentos que ha habido hasta la fecha para frenar su progresión han resultado eficaces. La comunidad científica se centra cada vez más en atajar la enfermedad desde sus etapas más tempranas, antes incluso de que aparezcan los primeros síntomas, y sigue teniendo en el punto de mira el papel de esas placas de proteína amiloide que se acumulan en el cerebro y alientan el daño neurológico. “La acumulación de amiloide es la lesión más precoz, pero esas placas están fuera de las neuronas. Con el tiempo, esas neuronas degeneran y se crea la proteína TAU, que es la que provoca el daño en la sinapsis cerebral [la conexión entre neuronas]”, explica Albert Lleó, jefe de Neurología del Hospital Sant Pau de Barcelona. Desde el punto de vista biológico, agrega el neurólogo, las personas que tienen más amiloide y más TAU, están en un nivel más avanzado de la enfermedad.

MÁS INFORMACIÓN



El fármaco más prometedor contra el alzhéimer encoge el cerebro de los pacientes

Contra la proteína amiloide va, precisamente, el donanemab: se une a las placas de amiloide y las marca para que el sistema inmune las reconozca y las elimine. En un ensayo en fase III con más de 1.700 personas de entre 60 y 85 años con alzhéimer sintomático, pero en fase temprana, los investigadores constataron, según explica Lilly en [un comunicado](#), que este medicamento provocó una ralentización del deterioro cognitivo y funcional.

Este fármaco es el cuarto que se esperaba de un conjunto de anticuerpos monoclonales contra la proteína amiloide que han ido saliendo en los últimos años para frenar el alzhéimer. Después del controvertido [aducanumab](#), que salió a la calle con mucho ruido y más dudas sobre su eficacia, surgieron otros, como gantenerumab, que no alcanzó [los resultados esperados](#), y lecanemab, que ralentizaba un

27% el deterioro cognitivo. El fármaco de Lilly sigue la estela de este último y constata, en palabras de Raquel Sánchez Valle, jefa de Neurología del Hospital Clínic de Barcelona, “el efecto de clase”. “Que los anticuerpos monoclonales capaces de eliminar el amiloide tienen un efecto clínico. No hay datos suficientes para decir si uno es mejor que otro. El diseño es diferente y eso puede hacer que aprendamos cosas”, apunta.

A diferencia de estudios anteriores, en este ensayo estratificaron a los participantes según sus niveles de TAU, un biomarcador predictivo de la progresión de la enfermedad. “Parece que los que tenían menos avanzada la enfermedad biológicamente [menos niveles de TAU], tenían un mayor efecto”, avanza Sánchez Valle.

En concreto, en un subgrupo de más de 1.100 participantes que tenían depósitos de amiloide en el cerebro y niveles intermedios de TAU, el fármaco experimental redujo un 35% el deterioro cognitivo a los 18 meses. Esto significa que, en comparación con el grupo de pacientes a los que se les dio un placebo, los que recibieron este anticuerpo monoclonal mantuvieron más tiempo sus habilidades cognitivas y funcionales, unos parámetros que se miden a través de escalas que evalúan sus capacidades para hacer actividades de la vida diaria, como administrar sus finanzas, conducir o charlar sobre temas actuales. El 47% de los pacientes que recibieron el fármaco no tuvieron una progresión clínica de la enfermedad al año —en el brazo de placebo, fue el 29%—.

En el otro subgrupo de pacientes, algo más de medio millar, que tenían depósitos de amiloide y niveles de TAU más elevados, los investigadores ya preveían que la respuesta iba a ser peor porque la alta presencia de la proteína TAU desde el principio sugiere una etapa más avanzada de la enfermedad. La compañía no especifica el impacto del fármaco en este colectivo en concreto, pero cuando juntan a ambos grupos (los que tienen niveles intermedios de TAU y niveles altos), la reducción del deterioro cognitivo entre los pacientes que tomaron donanemab es un poco más baja, del 29%. Esta cifra se asemeja más a los resultados obtenidos por el otro fármaco, lecanemab, que también presentó resultados favorables hace unos meses.

El neurólogo Lleó celebra los datos avanzados por Lilly, aunque asegura que ya eran “esperados”. “Sabíamos que donanemab es muy potente en términos de reducción del amiloide cerebral”, apunta, y pone énfasis en el valor de esa estratificación de los participantes según el nivel de TAU y la respuesta al fármaco: esto sustenta la idea de que si se administra en fases más tempranas de la enfermedad, tendrá más resultado. Coincide Pascual Sánchez, secretario del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología: “Esto nos indica que vamos a tener que avanzar hacia el diagnóstico precoz. Cuanto antes demos los fármacos, mejor”.

En la práctica, no obstante, está por ver qué significa esa ralentización del deterioro cognitivo y cuál es [su magnitud clínica](#). “Es la gran duda: qué significa esto para el paciente”, admite la neuróloga del Clínic. La idea es mantener al enfermo el mayor tiempo posible con autonomía o poca dependencia, insiste Sánchez Valle. Lleó también apela a la cautela a la hora de extrapolar el significado de estos datos a la vida real de los pacientes: “En enfermedades degenerativas no se habla de mejoría porque es una enfermedad progresiva. La enfermedad progresa igual, pero más lentamente que si no hubiese tratamiento. Con el lecanemab, que reducía un 27% el deterioro cognitivo, se decía, para que se entendiese mejor, que es como que retrasa la evolución de la enfermedad seis meses”, apunta el neurólogo.

Efectos secundarios

El neurólogo del Sant Pau destaca, además, que estos fármacos no son inocuos. Hay riesgos y hay que tenerlos en cuenta. La compañía ha admitido, de hecho, que hay efectos secundarios —en el argot, alteraciones en resonancia magnética relacionadas con amiloide (ARIA, por sus siglas en inglés—, como edemas cerebrales (inflamación) y microhemorragias: un 24% de los tratados con el donanemab tuvo

inflamación cerebral, aunque solo el 6% experimentó síntomas; el 31,4% del brazo que recibió el fármaco y el 13,6% del grupo de placebo también registró microhemorragias.

“Quitar el amiloide del cerebro puede provocar una inflamación cerebral que suele ser asintomática y transitoria, pero obliga a hacer resonancias a las personas que tomen esto”, justifica Lleó. Lilly ha reportado la muerte de tres personas, dos de las cuales se atribuyó directamente a esos efectos graves y una tercera, que falleció tras sufrir uno de estos cuadros. “Nos sentimos alentados por los beneficios clínicos potenciales que puede proporcionar donanemab, aunque como muchos tratamientos efectivos para enfermedades debilitantes y mortales, existen riesgos asociados que pueden ser graves y potencialmente mortales”, admitió en un comunicado Mark Mintun, vicepresidente del grupo de Investigación en Neurociencias y Desarrollo de Lilly.

Otro efecto reportado de fármacos antiamiloides, como el lecanemab o el donanemab, es una reducción del [tamaño del cerebro](#). Un estudio publicado en [la revista Neurology](#) hace unos meses describía esta reducción acelerada del volumen del encéfalo en los pacientes que tomaban estos fármacos. El autor principal aseguraba que eran resultados “preocupantes” y de consecuencias desconocidas a largo plazo, pero Lleó rebaja la alarma: “Esta pseudoatrofia se atribuye a una reducción de la inflamación asociada al amiloide. Al desaparecer las placas de amiloide, el cerebro se desinflama”, justifica.

La amenaza de potenciales efectos secundarios graves “preocupa” a los profesionales, admite Sánchez Valle: “El gran hándicap es que son fármacos que habrá que controlar y habrá que ver si podemos identificar sujetos más vulnerables a estos efectos”. Pascual Sánchez coincide en que habrá que “vigilarlos” de cerca y entender por qué suceden esos fenómenos graves, pero insiste en que la llegada de estos tratamientos “supone un cambio de tendencia” y es optimista: “Esto no significa que estos fármacos vayan a ser la solución del alzhéimer, pero vamos por el buen camino. Hay que tener paciencia”, resuelve. Sánchez Valle asume, de hecho, que esta primera generación de tratamientos antiamiloides “posiblemente no sean los fármacos definitivos porque hay que afinar más su eficacia, pero están abriendo una puerta a nuevas generaciones más eficaces, seguros y fáciles de administrar que cambien el panorama de la enfermedad”.

*Puedes seguir a **EL PAÍS Salud y Bienestar** en [Facebook](#), [Twitter](#) e [Instagram](#).*

SOBRE LA FIRMA



Jessica Mouzo

Jessica Mouzo es redactora de sanidad en EL PAÍS. Es licenciada en Periodismo por la Universidad de Santiago de Compostela y Máster de Periodismo BCN-NY de la Universitat de Barcelona.

Comentarios - 2

Normas

Más información



News·ES *EURO*



News ES Euro > Salud

✔ No importa qué medicina le des, no puedes curar ese dolor. – .

SALUD **Jana** ✔ **Mow** Ⓞ about 19 hours ago **REPORT**



No importa qué medicina le des, no puedes curar ese dolor. – .

Valentina sufre de migraña crónica desde que tenía seis años.

Valentina, de diez años, tenía convulsiones cuatro veces por semana. Horas y días en los que la rutina se detuvo en un cuarto oscuro, con un dolor que ningún medicamento podía hacer desaparecer.

03 mayo 2023 . Actualizado a las 2:06 p. m.

La primera vez que Valentina se quejó **dolor de cabeza** Yo tenía seis años de edad. Eran dolores muy intensos. Lloró y el Apiretal, que en ese momento era lo único que le podían dar, no le hizo nada, describe su madre, Sara Nevado. Confiesa que no descarta la posibilidad de que la pequeña los padeciera incluso antes, pero no supo explicarme lo que sentía o, como simplemente lloraba, podría atribuir ese llanto a otra cosa.

El problema no era solo ese fuerte dolor que sentía Valentina en un costado de la cabeza, sino la larga lista de síntomas que lo acompañaban. Vería pequeños puntos antes de que comenzara el problema. Puede pasar por allí justo después de despertarse o en el último minuto, pero nunca durante el día. A veces tenía un aura y duraba varios días. También hipersensibilidad a la luz, al ruido y cuando todo esto pasa tiene que acostarse, aislarse en la habitación y bajar las persianas. Además, siempre termina en **vómitos**. Crisis que, aunque hoy son menos frecuentes, se siguen padeciendo.

Un pediatra, tres neurólogos, un nutricionista, un otorrinolaringólogo y un endocrinólogo

El punto de partida de esta carrera es una consulta de pediatra. Sara le comenta al médico, con quien dice estar encantada, que Valentina se queja de un dolor de cabeza: La verdad es que siempre pensé que era demasiado pequeña para ser una cuestión de **migraña** entonces le dije que esos episodios terminaban en vómitos, pero que no sabía de dónde venía, describe.

La pediatra le pidió a Sara que, cada vez que la pequeña tuviera una crisis, lo anotara en una especie de calendario: Normalmente lo haría cada dos o tres semanas y luego tendría una cita donde lo evaluaría. Al tercer calendario se dio cuenta de que era una migraña y me derivó al neurólogo.

En la primera consulta de neurología, Valentina se sometió a una serie de pruebas. Su madre matiza que sin ningún equipo, pero le hicieron preguntas, la hicieron caminar y también me pidieron que miraran esos calendarios que había hecho, para tirarlos. Y en la tercera cita con el especialista les dijo que eran dolores de cabeza normales. Pero le respondí que era una niña de seis años y que no eran porque los padecía cuatro veces por semana, a veces duraban más de un día y no se solucionan con medicamentos convencionales. No estaba satisfecho, le dije que no estaba satisfecho con lo que me estaba diciendo.

Pablo Irimia, neurólogo: Cuando el dolor de cabeza aparece más de tres veces al mes, se recomienda utilizar un

tratamiento preventivo

UXA RODRÍGUEZ

Y teniendo en cuenta el fuerte dolor que atravesaba Valentina, su madre también preguntó si era posible administrarle algún medicamento que pudiera aliviar un poco más ese malestar. Conseguí que me dieran ibuprofeno, pero no le hizo nada. Incluso lo alternaba con paracetamol, pero tampoco. El dolor de cabeza se rió de la medicina, comenta su madre.

Sara asegura que a base de ser un dolor de cabeza con el pediatra para que la volviera a derivar a neurología, lo logró. Le volví a contar toda la historia y me volvió a decir que eran dolores de cabeza que terminarían mejorando con la edad, que no podía hacer nada más por la niña y que no podía darle ningún otro medicamento por su culpa. edad. ¿Y quién soy yo para decirle que no debe ser así cuando él es el profesional?

Dejas pasar un poco de tiempo, pero ves que la niña no mejora, lamenta su madre. Cuando Valentina tenía ocho o nueve años logré acceder a otro neurólogo que me calmó mucho. Me dijo que sé que había otros medicamentos, no solo ibuprofeno o paracetamol, aunque claro que en la dosis correcta para su peso. Me dio naproxeno y sibelium y un chequeo a los tres meses, agrega. Este cambio entró en vigor durante el primer mes, pero después de esto, el **crisis ininterrumpidas** Ellos volvieron. Y de nuevo, otro cambio de medicación.

También pasé por el otorrinolaringólogo, para descartar que el dolor fuera derivado de un problema de oído; por el endocrinólogo, para eliminar de la lista un posible problema hormonal; y por el nutricionista, por si se tratara de algún tipo de alergia o intolerancia. He agotado todas las opciones disponibles y las que tengo, porque se te ocurren millones de cosas. Lo peor es la impotencia como madre que ves como llora, vomita, un día y otro.

Hasta hace un año los especialistas daban en el clavo con el tratamiento farmacológico: Trytizol. También han estudiado a mi marido y a mi suegra y han confirmado que la niña sufre de **Migraña crónica hereditaria**. Ahora mismo tiene un episodio a la semana y es controlable con medicamentos. Sí, ha mejorado. Pero miras hacia atrás y piensas: ¿a qué precio?

Afecta su vida y la tuya

Valentina, además de las crisis de dolor, también tuvo que lidiar con otros efectos secundarios por sufrir migrañas. La niña no podía ir a la escuela y sufría cuatro veces por semana. La pobre estaba triste. Su madre destaca que la pequeña tiene un carácter muy alegre: Es la típica que no para, que no se queda quieta. Cuando ves que está sentada o acostada y no habla, algo anda mal.

Tardé mucho en decirme: “**Me duele la cabeza**”. De hecho, todavía no he conseguido que me diga cuándo empieza, que es lo suyo. He estado peleando desde que tenía seis años. Sé que he logrado darme cuenta cuando la lastima, porque la veo, pero ella interioriza y salva. Esto me ha llevado a tener que hablar con sus profesores y tutores, para que entiendan que cuando la ven callada y blanca como la pared, lo que le pasa es que tiene dolor de cabeza. Pero sí, aguanta todo lo que puede, cuenta su madre.

Sara y su esposo llegaron a perder sus respectivos trabajos. Afecta su vida y la tuya porque, por ejemplo, no

teníamos con quién dejarla. Y nadie en el trabajo entendió cuando dije: “No puedo ir a trabajar, tengo que quedarme en casa porque la niña tiene migraña”. Ellos responden: “Ay, le duele la cabeza”. No, si eso fuera solo una pastilla, desaparecería, pero ella tiene migrañas. **te impide llevar una vida normal**, comentario. Y añade: ha sido horrible.

El problema de todo esto es vivir con migraña

Hasta el día de hoy, Valentina ya ha cumplido diez años. Sigue teniendo ataques de migraña, pero son mucho más dispersos con el tiempo. Ella le da uno cada semana más o menos. Cuando le pega, sigue siendo intensa, tienes que quedarte en casa con ella porque lo pasa muy mal, pero el **los episodios son más leves**. El medicamento que está tomando no eliminará su migraña por completo, pero al menos tiene esas mejoras. Además, he comenzado a ver esta recuperación recientemente, al principio no existía. Es confiar ciegamente en la neurología un día, otro y otro.

Después de todo lo que ha vivido, Sara dice que echa la vista atrás y reflexiona: Realmente parece un problema sencillo, pero todas las consecuencias que te provoca, aparte del dolor que puede tener la chica y el tiempo que dura, son terribles. Mucho tiempo insistiendo en los pediatras, recibiendo varias opiniones de varios neurólogos en diferentes hospitales, mucho tiempo invertido, desesperación porque no puedes ayudarla... Cualquiera que sea la medicina que le des, no puedes curar ese dolor, puedes intentarlo. para paliarla y que dure lo que dure. El problema con esto es vivir con migraña.

¿Qué le sucede al cerebro cuando sufres de migraña?

cinthya martinez

Según datos facilitados por la Sociedad Española de Neurología (SEN), más de cinco millones de personas padecen migraña en nuestro país, de las cuales más del 70% tiene una discapacidad severa y un 14% moderada. de acuerdo a *Encuesta sobre la Carga Mundial de Morbilidad 2010* es el trastorno más prevalente y la séptima causa de discapacidad en el mundo. Pero, ¿cuáles son las características de esta patología?

La migraña o cefalea es, junto con la cefalea tensional, la cefalea más frecuente entre la población. Y hay dos tipos: **con aura** y **sin aura**. Pablo Irimia, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología, explica que la localización del dolor es un dato importante, los pacientes suelen sentir la molestia en un lado de la cabeza y la describen como un latido o pulsación. Suele acompañarse de otros síntomas, como hipersensibilidad a la luz, al ruido, náuseas o vómitos, empeorando con la actividad física y obligando al paciente a guardar cama.

Sigue leyendo

Boletín informativo

Suscríbete a nuestro boletín


Cinthia Martínez Lorenzo



News·ES *EURO*



[🏠 News ES Euro](#) > [Negocio](#)

 **Farmacéutica Lilly anuncia que su fármaco experimental contra el alzhéimer frena un 35% el deterioro cognitivo**

NEGOCIO Shirley  Noticias  about 11 hours ago  **REPORT**





Farmacéutica Lilly anuncia que su fármaco experimental contra el alzhéimer frena un 35% el deterioro cognitivo

Un nuevo fármaco experimental se une a la próxima generación de terapias avanzadas para frenar el Alzheimer. La farmacéutica Lilly ha anunciado los resultados positivos de donanemab, un anticuerpo monoclonal dirigido contra la proteína amiloide, precursora de la enfermedad degenerativa. Según la compañía, en su último ensayo clínico, que aún no ha sido publicado, el fármaco retrasa en un 35% el deterioro cognitivo en pacientes con enfermedad sintomática en estadio temprano. A falta de conocer el estudio completo y de que los resultados se publiquen en una revista científica con revisión por pares, los expertos consultados celebran los resultados “alentadores”, pero piden cautela: no cura ni estabiliza la enfermedad, solo compra algunos avances. tiempo tratamiento irreversible de esta enfermedad neurodegenerativa. Donanemab se suma, cómo no, al arsenal terapéutico que en los últimos meses ha revolucionado las perspectivas de una enfermedad que afecta a 50 millones de personas en el mundo y que, por ahora, no tiene cura.

El Alzheimer es una enfermedad que se desarrolla de forma silenciosa durante 15 o 20 años antes de presentar síntomas. Llega tarde, cuando el daño neurológico ya está hecho y revertirlo es, por ahora, imposible. Ni siquiera los intentos que se han hecho hasta la fecha para frenar su progresión han sido efectivos. La comunidad científica está cada vez más centrada en abordar la enfermedad desde sus etapas más tempranas, incluso antes de que aparezcan los primeros síntomas, y sigue centrándose en el papel de esas placas de proteína amiloide que se acumulan en el cerebro y favorecen el daño neurológico. “La acumulación de amiloide es la lesión más temprana, pero estas placas están fuera de las neuronas. Con el tiempo, estas neuronas se van degenerando y se crea la proteína TAU, que es la que provoca el daño en la sinapsis cerebral. [la conexión entre neuronas]”, explica Albert Lleó, jefe de Neurología del Hospital Sant Pau de Barcelona. Desde el punto de vista biológico, añade el neurólogo, las personas que tienen más amiloide y más TAU se encuentran en un nivel más avanzado de la enfermedad.

Más información

Contra la proteína amiloide, donanemab actúa precisamente: se une a las placas amiloides y las marca para que el sistema inmunitario las reconozca y las elimine. En un ensayo de fase III con más de 1.700 personas de entre 60 y 85 años con Alzheimer sintomático, pero en una fase temprana, los investigadores comprobaron, explica Lilly en un comunicado, que este fármaco provocaba una ralentización del deterioro cognitivo y funcional.

Este fármaco es el cuarto esperado de un grupo de anticuerpos monoclonales contra la proteína amiloide que han surgido en los últimos años para frenar el Alzheimer. Tras el polémico aducanumab, que salió a la calle con mucho ruido y más dudas sobre su eficacia, surgieron otros como el gantenerumab, que no consiguió los resultados esperados, y el lecanemab, que frenó un 27% el deterioro cognitivo. El fármaco de Lilly sigue la estela de este último y confirma, en palabras de Raquel Sánchez Valle, jefa de Neurología del Hospital Clínic de Barcelona, “el efecto de clase”. “Que los anticuerpos monoclonales capaces de eliminar el amiloide tengan un efecto clínico. No hay suficientes datos para decir si uno es mejor que el otro. El diseño es diferente y eso nos puede hacer aprender cosas”, apunta.

A diferencia de estudios anteriores, este ensayo estratificó a los participantes según sus niveles de TAU, un biomarcador predictivo de la progresión de la enfermedad. “Parece que aquellos con una enfermedad menos avanzada biológicamente [menos niveles de TAU]tuvieron un mayor efecto”, avanza Sánchez Valle.

En concreto, en un subgrupo de más de 1100 participantes que tenían depósitos de amiloide en el cerebro y niveles intermedios de TAU, el fármaco experimental redujo el deterioro cognitivo en un 35 % a los 18 meses. Esto significa que, en comparación con el grupo de pacientes que recibieron placebo, los que recibieron este anticuerpo monoclonal mantuvieron por más tiempo sus capacidades cognitivas y funcionales, parámetros que se miden a través de escalas que evalúan sus capacidades para realizar actividades de la vida diaria, como administrar sus finanzas, conducir o conversar sobre temas de actualidad. El cuarenta y siete por ciento de los pacientes que recibieron el fármaco no tuvieron progresión clínica de la enfermedad al año; en el grupo de placebo, fue del 29%.

En el otro subgrupo de pacientes, poco más de medio millar, que presentaban depósitos de amiloide y niveles de TAU más elevados, los investigadores ya anticiparon que la respuesta sería peor porque la presencia elevada de la proteína TAU desde el inicio sugiere un estadio más avanzado en la enfermedad. La compañía no especifica el impacto del fármaco en este grupo concreto, pero cuando juntan ambos grupos (los que tienen niveles intermedios de TAU y niveles altos), la reducción del deterioro cognitivo entre los pacientes que tomaron donanemab es ligeramente inferior, un 29 %. . Esta cifra se asemeja más a los resultados obtenidos por el otro fármaco, el lecanemab, que también presentó resultados favorables hace unos meses.

El neurólogo Lleó celebra los datos facilitados por Lilly, aunque asegura que ya eran “esperados”. “Sabíamos que donanemab es muy potente en términos de reducción del amiloide cerebral”, dice, y enfatiza el valor de esta estratificación de los participantes según el nivel de TAU y la respuesta al fármaco: esto respalda la idea de que, si se administra en fases más tempranas de la enfermedad, tendrá más resultados. Pascual Sánchez, secretario del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología, coincide: “Esto nos dice que vamos a tener que avanzar hacia el diagnóstico precoz. Cuanto antes demos los medicamentos, mejor”.

En la práctica, sin embargo, queda por ver qué significa esta ralentización del deterioro cognitivo y cuál es su magnitud clínica. “Esta es la gran pregunta: qué significa esto para el paciente”, admite el neurólogo del Clínic. La idea es mantener al paciente el mayor tiempo posible con autonomía o poca dependencia, insiste Sánchez Valle.

Lleó también apela a la prudencia a la hora de extrapolar el significado de estos datos a la vida real de los pacientes: “En las enfermedades degenerativas no se habla de mejoría porque es una enfermedad progresiva. La enfermedad progresa igual, pero más lentamente que si no hubiera tratamiento. Con lecanemab, que reducía un 27% el deterioro cognitivo, se decía, para que se entendiera mejor, que es como que retrasa seis meses la evolución de la enfermedad”, apunta el neurólogo.

Efectos secundarios

El neurólogo de Sant Pau también apunta que estos fármacos no son inocuos. Hay riesgos y hay que tenerlos en cuenta. La compañía ha admitido, de hecho, que existen efectos secundarios —en jerga, anomalías de resonancia magnética relacionadas con el amiloide (ARIA)—, como edema cerebral (hinchazón) y microhemorragias: el 24% de los tratados con donanemab presentaba inflamación cerebral, aunque solo el 6% experimentó síntomas; El 31,4 % del brazo del fármaco y el 13,6 % del grupo del placebo también tuvieron microhemorragias.

“Quitar el amiloide del cerebro puede provocar una inflamación cerebral que suele ser asintomática y transitoria, pero las personas que la toman precisan de una resonancia magnética”, justifica Lleó. Lilly ha informado del fallecimiento de tres personas, dos de las cuales fueron directamente atribuidas a estos graves efectos y una tercera, que falleció tras sufrir uno de estos cuadros. “Nos sentimos alentados por los beneficios clínicos potenciales que puede proporcionar donanemab, aunque como muchos tratamientos efectivos para enfermedades debilitantes y mortales, existen riesgos asociados que pueden ser graves y potencialmente mortales”, Mark Mintun, vicepresidente de grupo de Investigación en Donanemab, admitió en un comunicado. Lilly Neurociencias y Desarrollo.

Otro efecto informado de los medicamentos antiamiloides, como lecanemab o donanemab, es una reducción del tamaño del cerebro. Un estudio publicado en la revista *Neurología* Hace unos meses describió esta reducción acelerada del volumen cerebral en pacientes que toman estos fármacos. El autor principal aseguró que eran resultados “preocupantes” y que tenían consecuencias desconocidas a largo plazo, pero Lleó bajó la alarma: “Esta pseudoatrofia se atribuye a una reducción de la inflamación asociada al amiloide. Cuando desaparecen las placas amiloides, el cerebro reduce la inflamación”, justifica.

La amenaza de posibles efectos secundarios graves “preocupa” a los profesionales, admite Sánchez Valle: “El gran hándicap es que son fármacos que habrá que controlar y habrá que ver si podemos identificar sujetos más vulnerables a estos efectos.” Pascual Sánchez coincide en que habrá que “seguirlos” de cerca y entender por qué se producen estos graves fenómenos, pero insiste en que la llegada de estos tratamientos “supone un cambio de tendencia” y se muestra optimista: “Eso no quiere decir que estos fármacos van a ser la solución al Alzheimer, pero vamos por buen camino. Hay que tener paciencia”, resuelve. Sánchez Valle asume, de hecho, que esta primera generación de tratamientos antiamiloides “puede que no sean los fármacos definitivos porque hay que afinar aún más su eficacia, pero están abriendo la puerta a nuevas generaciones más eficaces, seguras y fáciles de administrar”. administrar y eso cambiará el panorama de la enfermedad”.

*Puedes seguir **EL PAÍS Salud y Bienestar** en Facebook, Gorjeo y instagram.*

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

Jueves 4 de Mayo del 2023
[Nuestra Misión](#) | [Contáctanos](#) | [Suscríbete](#) | [Página Principal](#)

 [Envía esta página a un amigo](#)


Problemas al tragar, pérdida de olfato... Otros síntomas del párkinson que desconocías

Solemos identificar esta enfermedad con los temblores y la rigidez de movimientos. No obstante, hay otros signos que también pueden ser indicadores precoces de su presencia

Entre las patologías ligadas al envejecimiento, la enfermedad de Parkinson (EP) está cobrando cada vez una mayor importancia. Se trata de la segunda enfermedad neurodegenerativa en frecuencia —actualmente, se estima que existen en España entre 120.000 y 150.000 afectados—, y se espera que su prevalencia se duplique en nuestro medio durante los próximos 25 años, según datos ofrecidos por la Sociedad Española de Neurología (SEN).

A la hora de averiguar por qué unas personas sufren EP y otras no, debemos saber que se trata de una enfermedad multifactorial que está relacionada con diversos factores predisponentes; no obstante, existen tres que se relacionan con la mayoría de los casos.

El principal factor de riesgo es la edad, el envejecimiento. Precisamente, afecta al 2% de las personas mayores de 65 años y es más frecuente en aquellos países con mayor esperanza de vida. Además, otro factor importante es tener antecedentes familiares. En los últimos años, se han descubierto nuevos genes implicados en el desarrollo de la enfermedad.

Por último, el ambiente y los hábitos de vida conforman un factor de riesgo que se debe tener en cuenta. El medio rural se asocia con un mayor riesgo, probablemente debido al consumo de agua de pozo y el uso de pesticidas. La exposición a metales pesados también se encuentra en relación con la enfermedad. Por el contrario, el consumo de café podría tener un efecto protector sobre la enfermedad.

"La enfermedad suele iniciarse en un área muy específica del cerebro, la sustancia negra del mesencéfalo. Es un área de pocos milímetros, pero que tiene una función clave en la coordinación motora", indica el doctor David Pérez Martínez, jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario La Luz. Según el neurólogo, un detalle clave es que las neuronas de dicha área tienen como neurotransmisor la dopamina. "Cuando una persona padece párkinson, sus neuronas dopaminérgicas mueren y, por tanto, la producción de dopamina disminuye. El resultado final es que el cuerpo del enfermo no recibe los mensajes que necesita para moverse con normalidad", señala el doctor.

No solo síntomas motores

Por esa razón, los síntomas de la enfermedad son fundamentalmente motores. Es normal que el paciente manifieste temblores, rigidez o lentitud de movimientos, junto con alteraciones en la postura y el caminar con pasitos cortos, arrastre de pies y tendencia a echar el cuerpo hacia delante. Esta patología suele iniciarse entre los 40 y 70 años, y, actualmente, apenas disminuye la esperanza de vida.



Sin embargo, "aunque los síntomas pueden ser difíciles de identificar en las etapas iniciales, hay algunos signos que pueden indicar la enfermedad, como la pérdida de olfato, el trastorno del sueño y la depresión", resalta el doctor.

Además, según el especialista, en otras ocasiones, suelen asociarse y progresar, junto a los síntomas motores, los problemas vesicales con urgencia miccional o la disfunción sexual, así como problemas

-  [Gatos Opinando](#)
-  [Gato Judicial](#)
-  [Gato Político](#)
-  [Gato Empresarial](#)
-  [Gato en Sociedad](#)
-  [Gato de Parranda](#)
-  [El Gato Responde](#)
-  [Gato Caricatura](#)



¿Aún no estás suscrito?

-  [Haz del GatoEncerrado tu página de inicio](#)
-  [Añade esta página a tus favoritos](#)

al tragar. Los trastornos cognitivos y neuropsiquiátricos son también frecuentes, aunque suelen aparecer tardíamente en el curso del cuadro clínico. "Hay pacientes en los que estos síntomas no motores generan una mayor disfunción y mala calidad de vida que los signos clásicos, por lo que es clave para nosotros su diagnóstico precoz y su abordaje terapéutico", indica.

Los tratamientos farmacológicos pueden ser efectivos, "pero también existen opciones terapéuticas no farmacológicas, como el ejercicio físico, la fisioterapia, la terapia ocupacional y la terapia del habla y del lenguaje", asevera el doctor David Pérez.

Como explica este especialista, en todo caso, la enfermedad puede evolucionar a lo largo de décadas, por lo que es importante establecer una estrategia a largo plazo de acuerdo con el paciente. "Se trata de mantener una vida independiente con buena calidad de vida a medio y largo plazo, empleando la medicación oportunamente".

elconfidencial.com

Publicado el Miércoles, 3 de Mayo del 2023

Puedes acceder a más noticias y datos en cada una de nuestras áreas:

[\[Gato Judicial\]](#) [\[Gato Político\]](#) [\[Gato Empresarial\]](#) [\[Gato en Sociedad\]](#) [\[Gato de Parranda\]](#) [\[Gatos Opinando\]](#) [\[Gato Caricatura\]](#)

Búsqueda gatuna:



Desarrollado por Future World S.A.

[Aviso legal](#) - [Política de Privacidad](#) - [¿Publicidad?](#) - [WebMaster](#)

(c) Gatoencerrado.net 2003. Todos los derechos reservados. Se prohíbe la reproducción parcial o completa, ya sea en medios escritos, electrónicos o de cualquier tipo, del material publicado en este sitio web. Para solicitar permiso de reproducción dirigirse a info@gatoencerrado.net



Salud

[NATURAL](#) / [BIG VANG](#) / [TECNOLOGÍA](#) / [SALUD](#) / [QUÉ ESTUDIAR](#) / [UNIVERSO JR](#) / [FORMACIÓN](#) / [VIVO SEGURO](#) / [PROGRESO](#) / [VIVO](#) / [C](#) [SUSCRÍBETE](#)



Actualmente, la enfermedad de Alzheimer representa la principal causa de demencia neurodegenerativa en todo el mundo, con más de 50 millones de personas afectadas



PORTALCLÍNIC

04/05/2023 06:00

Un informe realizado por investigadores del Clínic-IDIBAPS indica que se perciben diferencias entre sexos, en el momento del diagnóstico de la enfermedad de Alzheimer de inicio precoz. Según datos del estudio, las mujeres tienen una atrofia cerebral más generalizada y un deterioro cognitivo más acusado que causa una mayor pérdida de memoria. Además, las mujeres tienen niveles de la proteína tau en líquido cefalorraquídeo, un biomarcador clave para el diagnóstico, más elevados que en los hombres cuando estos parámetros se comparan con personas sanas del mismo sexo.

El estudio sugiere que el sexo biológico podría ser un factor que tuviese alguna influencia a la hora de desarrollar la enfermedad y en su posterior evolución. Sin embargo, las conclusiones del estudio hay que analizarlas con cautela dado el reducido número de personas que han participado en el mismo. No se pueden obtener certezas absolutas, pero se señala un camino a seguir para posteriores investigaciones.










**TUCUMÁN TIENE UNA
DE LAS TARIFAS MÁS...**


La música es una aliada contra


el insomnio


Actualidad (<https://losprimeros.tv/categoria/4/actualidad>) 03 de mayo de 2023 Por LPTV (/usuario/10/lptv)


Un proyecto europeo busca cómo usarla para dormir mejor. La Universidad Pompeu Fabra busca una alternativa a los tratamientos farmacológicos.


 (<https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://losprimeros.tv/contenido/239944/la-musica-es-una-aliada-contr-el-insomnio>)

 (<https://twitter.com/intent/tweet?url=https://losprimeros.tv/contenido/239944/la-musica-es-una-aliada-contr-el-insomnio&text=La%20m%C3%BAsica%20es%20una%20aliada%20contra%20el%20insomnio>)

 (<https://www.linkedin.com/shareArticle?url=https://losprimeros.tv/contenido/239944/la-musica-es-una-aliada-contr-el-insomnio>)

 (<https://pinterest.com/pin/create/bookmarklet?url=https://losprimeros.tv/contenido/239944/la-musica-es-una-aliada-contr-el-insomnio>)

 ([https://api.whatsapp.com/send?text=La música es una aliada contra el insomnio+https://losprimeros.tv/contenido/239944/la-musica-es-una-aliada-contr-el-insomnio](https://api.whatsapp.com/send?text=La m\u00fasica es una aliada contra el insomnio+https://losprimeros.tv/contenido/239944/la-musica-es-una-aliada-contr-el-insomnio))

 ([https://t.me/share/url?url=https://losprimeros.tv/contenido/239944/la-musica-es-una-aliada-contr-el-insomnio&text=La música es una aliada contra el insomnio](https://t.me/share/url?url=https://losprimeros.tv/contenido/239944/la-musica-es-una-aliada-contr-el-insomnio&text=La m\u00fasica es una aliada contra el insomnio))



La música es una aliada contra el insomnio



La música y el sueño están relacionados desde el principio de la vida. Las madres se la cantan a los bebés para que se duerman, hay personas que la escuchan para poder relajarse antes de ir a dormir, e incluso terapias para trastornos del sueño experimentan con ella para mejorar sus resultados. **La Universidad Pompeu Fabra (UPF) de Barcelona participa en un proyecto europeo que pretende averiguar cómo afecta la música al cerebro antes y durante el sueño y cuáles son las cualidades más eficaces que se pueden aprovechar para inducirlo.** La investigación recibe el nombre de Lullabyte y quiere estudiar esta relación teniendo en cuenta las necesidades y los perfiles de cada persona para conseguir una alternativa a los tratamientos farmacológicos.

El trabajo se va a centrar en averiguar cómo la música o el sonido pueden ayudar no solo a conciliar el sueño, sino a dormir más profundamente y de forma más reparadora, explica Sergi Jordá, investigador principal del proyecto en la UPF. “Aunque nos pasamos un tercio de la vida durmiendo, es curioso lo poquísimo que se sabe [sobre el tema]”, añade.

El proyecto Lullabyte (del inglés lullaby, “canción de cuna”) une la musicología y la neurociencia con otras disciplinas como la psicología, la informática y la ciencia de datos. Jordá asegura que es la primera vez que se aborda la cuestión desde una perspectiva completamente interdisciplinar. Además de la universidad catalana, en la investigación participan otras nueve instituciones de Alemania, Países Bajos y Dinamarca, entre otros. La investigación, que ha empezado este año, durará hasta 2026 y está dotada con casi dos millones y medio de euros del programa Horizon Europe.

Problemas para dormir después del covid

El trabajo de la UPF dentro de este proyecto es estudiar a pacientes mientras duermen y además investigar cómo convertir en música o sonido la información extraída de sus ondas cerebrales. Jordá cuenta que empezarán con sonidos sintéticos, “algo así como música electrónica”, generados en tiempo real. “De alguna forma, lo que pase en su propio cerebro controlará lo que suene”, amplía. De esta forma pretenden lograr una forma de tratamiento completamente personalizada.

Ana Fernández, coordinadora del Grupo de Estudio del Sueño de la Sociedad Española de Neurología (SEN), cree que conocer esta relación puede ayudar a mejorar el sueño, sobre todo a personas con dificultades para conciliarlo y para mantenerlo. “Es un tratamiento de bajo coste, no tiene efectos secundarios y sería una buena intervención no farmacológica”, destaca convencida. Entre el 25% y el 35% de las personas en España padecen insomnio transitorio, y más de cuatro millones de personas lo sufren de forma crónica, según datos de la SEN.

tips-para-dormir-bien
(/contenido/239795/por-
que-es-tan-importante-
dormir-bien)

Por qué es tan importante dormir bien (/contenido/239795/por-que-es-tan-importante-dormir-bien)

Algunos trabajos anteriores ya han observado que, cuando hay problemas de sueño, la música supone una mejoría con respecto a no hacer nada y a escuchar audiolibros o ruido blanco, comenta la neuróloga. Aunque reconoce que los estudios sobre el tema todavía son escasos porque hace poco que se investiga.

Beneficios probados, pero limitados

En 2021, un metaanálisis publicado en la revista Behavioral Sleep Medicine comprobó que la intervención con música ayudaba a mejorar a los pacientes ingresados en unidades coronarias y de cuidados intensivos, así como el sueño de los adultos mayores. Sus autores vieron que era más eficaz a partir de las tres primeras semanas y cuando la exposición duraba menos de 30 minutos. La utilidad no era enorme, pero sí le atribuyeron pequeños beneficios en la calidad, la eficacia y la

latencia de inicio del sueño (el tiempo que tarda una persona en quedarse dormida).

Otra revisión publicada el mismo año en *Journal of the American Geriatrics Society* afirmaba que entre el 40% y el 70% de los ancianos tienen problemas para dormir y más del 40% sufren insomnio. En esta línea, según los autores, la música mejoraba la calidad del sueño de estas personas, que vivían en su casa, cuando la escuchaban entre 30 minutos y una hora antes de acostarse. Los investigadores achacaron su efecto a la capacidad de la música de reducir la frecuencia cardíaca, la respiración y la presión arterial, lo que disminuye la ansiedad y el estrés.

ZO5YK7JHIIQIWDVQEL2Q
6VBOIU

(/contenido/239890/por-
que-nos-despertamos-
con-dolor-articular-
y-muscular)

Por qué nos despertamos con dolor articular y muscular (/contenido /239890/por-que-nos- despertamos-con-dolor-articular- y-muscular)

Ana Fernández, de la SEN, está de acuerdo con esta afirmación y habla de un efecto de enmascaramiento del ruido. Hay personas con insomnio a las que cualquier estímulo les despierta y les pone en estado de alerta, así que la música les aísla de los sonidos externos e impide que su sueño se interrumpa. Hay otras cualidades que también se barajan, pero están menos comprobadas: como la relajación psicológica y la capacidad de disminuir los pensamientos rumiantes o las ideas intrusivas durante la noche, explica la neuróloga.

Sin embargo, no toda la literatura científica está de acuerdo con que esta relación sea buena. Hace dos años, un estudio de la Universidad de Baylor publicado en la revista *Psychological Science* aseguraba que escuchar música cerca de la hora de dormir podía producir lo que estos investigadores llamaron earworms (literalmente, “gusanos en los oídos”), cuando una canción o una melodía se reproducen continuamente en la cabeza de una persona. Algo que podría pasar incluso mientras se está dormido. Los autores afirmaban que quienes experimentan esta sensación tenían seis veces más posibilidades de tener una mala calidad de sueño.

Actualmente, para el insomnio y otros problemas para dormir se emplean tratamientos que usan benzodiazepinas y drogas-Z (similares a las primeras, como el zolpidem), que tienen numerosos efectos secundarios que van desde la somnolencia diurna hasta la pérdida de memoria. “Son medicamentos que nos duermen, pero lo hacen mal”, asevera Sergi Jordá, de la UPF. El investigador cuenta que inducen un sueño que no es natural y que resulta menos reparador. El objetivo de Lullabyte es conseguir mejoras notables en las personas que sufren estos problemas y que, así, no tengan que recurrir a fármacos para poder descansar, concluye.

TEMAS: ciencia (<https://losprimeros.tv/tema/70/ciencia>)

Dormir (<https://losprimeros.tv/tema/484/dormir>)

Investigación (<https://losprimeros.tv/tema/1613/investigacion>)

Música (<https://losprimeros.tv/tema/502/musica>)

(/usuario
/10/lptv)

LPTV (/usuario/10/lptv)

Ver comentarios

TE PUEDE INTERESAR

Cinco años sin Débora Pérez Volpin: cómo está la causa hoy (/contenido/230851/cinco-anos-sin-debora-perez-volpin-como-esta-la-causa-hoy)



Portada < <https://miradas.mx/> >

Economía < <https://miradas.mx/economia/> >

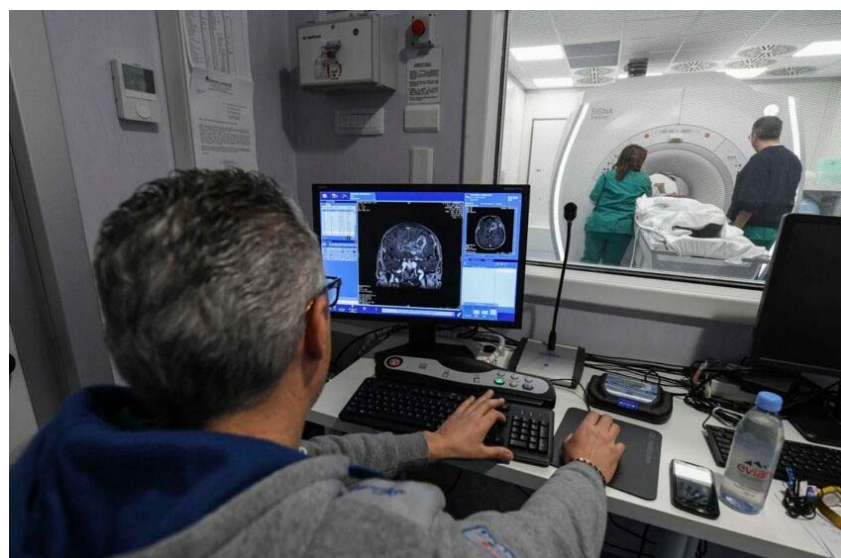
La farmacéutica Lilly anuncia que su fármaco experimental contra el alzhéimer retrasa un 35% el deterioro cognitivo

ECONOMÍA < [HTTPS://MIRADAS.MX/ECONOMIA/](https://miradas.mx/economia/) >

La farmacéutica Lilly anuncia que su fármaco experimental contra el alzhéimer retrasa un 35% el deterioro cognitivo

📅 3 De Mayo De 2023 🔥 30 👁 12 Minutos

A A



Un nuevo fármaco experimental se suma a la [nueva generación](https://elpais.com/ciencia/2022-11-30/un-farmaco-experimental-contra-el-alzheimer-confirma-efectos-positivos-pero-puede-estar-detras-de-la-muerte-de-dos-pacientes.html) < <https://elpais.com/ciencia/2022-11-30/un-farmaco-experimental-contra-el-alzheimer-confirma-efectos-positivos-pero-puede-estar-detras-de-la-muerte-de-dos-pacientes.html> >

de terapias avanzadas para frenar el alzhéimer. La



[farmacéutica Lilly < https://investor.lilly.com/news-releases/news-release-details/lillys-donanemab-significantly-slowed-cognitive-and-functional>](https://investor.lilly.com/news-releases/news-release-details/lillys-donanemab-significantly-slowed-cognitive-and-functional)

ha anunciado resultados positivos del donanemab, un anticuerpo monoclonal dirigido contra la proteína amiloide, precursora de la enfermedad degenerativa. Según la compañía, en su último ensayo clínico, que aún no ha sido publicado, el medicamento retrasa un 35% el deterioro cognitivo de los pacientes con enfermedad sintomática en estadios tempranos. A falta de conocer el estudio completo y que los resultados se publiquen en una revista científica revisada por pares, los expertos consultados celebran los resultados “alentadores”, pero piden cautela: ni cura ni estabiliza la enfermedad, solo le gana algo de tiempo al avance irreversible de esta dolencia neurodegenerativa. Donanemab se une, eso sí, al

[arsenal terapéutico < https://elpais.com/ciencia/2022-11-30/un-farmaco-experimental-contra-el-alzheimer-confirma-efectos-positivos-pero-puede-estar-detras-de-la-muerte-de-dos-pacientes.html>](https://elpais.com/ciencia/2022-11-30/un-farmaco-experimental-contra-el-alzheimer-confirma-efectos-positivos-pero-puede-estar-detras-de-la-muerte-de-dos-pacientes.html)

que en los últimos meses han revolucionado las perspectivas frente a una enfermedad que afecta a 50 millones de personas en el mundo y que, por ahora, no tiene cura.

[El alzhéimer < https://elpais.com/noticias/alzheimer/>](https://elpais.com/noticias/alzheimer/) es una enfermedad que se gesta de forma silente durante 15 o 20 años antes de presentar síntomas. Da la cara tarde, cuando el daño neurológico ya está hecho y revertirlo es, por ahora, imposible. Ni siquiera los intentos que ha habido hasta la fecha para frenar su progresión han resultado eficaces. La comunidad científica se centra cada vez más en atajar la enfermedad desde sus etapas más tempranas, antes incluso de que aparezcan los primeros síntomas, y sigue teniendo en el punto de mira el papel de esas placas de proteína amiloide que se acumulan en el cerebro y alientan el daño neurológico. “La acumulación de amiloide es la lesión más precoz, pero esas placas están fuera de las neuronas. Con el tiempo, esas neuronas degeneran y se crea la proteína TAU, que es la que provoca el daño en la sinapsis cerebral [la conexión entre neuronas]”, explica Albert Lleó, jefe de Neurología del Hospital Sant Pau de Barcelona. Desde el punto de vista biológico, agrega el neurólogo, las personas que tienen más amiloide y más TAU, están en un nivel más avanzado de la enfermedad.

Más información

Contra la proteína amiloide va, precisamente, el donanemab: se une a las placas de amiloide y las marca para que el sistema inmune las reconozca y las elimine. En un ensayo en fase III con más de 1.700 personas de entre 60 y 85 años con alzhéimer sintomático, pero en fase



temprana, los investigadores constataron, según explica Lilly en [un comunicado < https://investor.lilly.com/news-releases/news-release-details/lillys-donanemab-significantly-slowed-cognitive-and-functional>](https://investor.lilly.com/news-releases/news-release-details/lillys-donanemab-significantly-slowed-cognitive-and-functional)

, que este medicamento provocó una ralentización del deterioro cognitivo y funcional.

Este fármaco es el cuarto que se esperaba de un conjunto de anticuerpos monoclonales contra la proteína amiloide que han ido saliendo en los últimos años para frenar el Alzheimer. Después del controvertido

[aducanumab < https://elpais.com/sociedad/2022-02-18/la-revolucion-contra-el-alzheimer-se-ralentiza.html>](https://elpais.com/sociedad/2022-02-18/la-revolucion-contra-el-alzheimer-se-ralentiza.html)

, que salió a la calle con mucho ruido y más dudas sobre su eficacia, surgieron otros, como gantenerumab, que no alcanzó l

[os resultados esperados < https://www.roche.es/es_es/comunicacion/actualidad/2022/noviembre/roche-publica-informacion-actualizada-sobre-el-programa-de-fase-.html>](https://www.roche.es/es_es/comunicacion/actualidad/2022/noviembre/roche-publica-informacion-actualizada-sobre-el-programa-de-fase-.html)

, y lecanemab, que ralentizaba un 27% el deterioro cognitivo. El fármaco de Lilly sigue la estela de este último y constata, en palabras de Raquel Sánchez Valle, jefa de Neurología del Hospital Clínic de Barcelona, “el efecto de clase”. “Que los anticuerpos monoclonales capaces de eliminar el amiloide tienen un efecto clínico. No hay datos suficientes para decir si uno es mejor que otro. El diseño es diferente y eso puede hacer que aprendamos cosas”, apunta.

A diferencia de estudios anteriores, en este ensayo estratificaron a los participantes según sus niveles de TAU, un biomarcador predictivo de la progresión de la enfermedad. “Parece que los que tenían menos avanzada la enfermedad biológicamente [menos niveles de TAU], tenían un mayor efecto”, avanza Sánchez Valle.

En concreto, en un subgrupo de más de 1.100 participantes que tenían depósitos de amiloide en el cerebro y niveles intermedios de TAU, el fármaco experimental redujo un 35% el deterioro cognitivo a los 18 meses. Esto significa que, en comparación con el grupo de pacientes a los que se les dio un placebo, los que recibieron este anticuerpo monoclonal mantuvieron más tiempo sus habilidades cognitivas y funcionales, unos parámetros que se miden a través de escalas que evalúan sus capacidades para hacer actividades de la vida diaria, como administrar sus finanzas, conducir o charlar sobre temas actuales. El 47% de los pacientes que recibieron el fármaco no tuvieron una progresión clínica de la enfermedad al año —en el brazo de placebo, fue el 29%—.



En el otro subgrupo de pacientes, algo más de medio millar, que tenían depósitos de amiloide y niveles de TAU más elevados, los investigadores ya preveían que la respuesta iba a ser peor porque la alta presencia de la proteína TAU desde el principio sugiere una etapa más avanzada de la enfermedad. La compañía no especifica el impacto del fármaco en este colectivo en concreto, pero cuando juntan a ambos grupos (los que tienen niveles intermedios de TAU y niveles altos), la reducción del deterioro cognitivo entre los pacientes que tomaron donanemab es un poco más baja, del 29%. Esta cifra se asemeja más a los resultados obtenidos por el otro fármaco, lecanemab, que también presentó resultados favorables hace unos meses.

Lleó celebra los datos avanzados por Lilly, aunque asegura que ya eran “esperados”. “Sabíamos que donanemab es muy potente en términos de reducción del amiloide cerebral”, apunta, y pone énfasis en el valor de esa estratificación de los participantes según el nivel de TAU y la respuesta al fármaco: esto sustenta la idea de que si se administra en fases más tempranas de la enfermedad, tendrá más resultado. Coincide Pascual Sánchez, secretario del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología: “Esto nos indica que vamos a tener que avanzar hacia el diagnóstico precoz. Cuanto antes demos los fármacos, mejor”.

En la práctica, no obstante, está por ver qué significa esa ralentización del deterioro cognitivo y cuál es

[su magnitud clínica < https://elpais.com/ciencia/2022-10-06/asi-es-el-farmaco-experimental-que-promete-frenar-el-alzheimer.html#?rel=mas_sumario >](https://elpais.com/ciencia/2022-10-06/asi-es-el-farmaco-experimental-que-promete-frenar-el-alzheimer.html#?rel=mas_sumario)

. “Es la gran duda: qué significa esto para el paciente”, admite la neuróloga del Clínic. La idea es mantener al enfermo el mayor tiempo posible con autonomía o poca dependencia, insiste Sánchez Valle. Lleó también apela a la cautela a la hora de extrapolar el significado de estos datos a la vida real de los pacientes: “En enfermedades degenerativas no se habla de mejoría porque es una enfermedad progresiva. La enfermedad progresa igual, pero más lentamente que si no hubiese tratamiento. Con el lecanemab, que reducía un 27% el deterioro cognitivo, se decía, para que se entendiese mejor, que es como que retrasa la evolución de la enfermedad seis meses”, apunta el neurólogo.

Efectos secundarios

El neurólogo del Sant Pau destaca, además, que estos fármacos no son inocuos. Hay riesgos y hay que tenerlos en cuenta. La compañía ha admitido, de hecho, que hay efectos secundarios —en el argot,



alteraciones en resonancia magnética relacionadas con amiloide (ARIA, por sus siglas en inglés—, como edemas cerebrales (inflamación) y microhemorragias: un 24% de los tratados con el donanemab tuvo inflamación cerebral, aunque solo el 6% experimentó síntomas; el 31,4% del brazo que recibió el fármaco y el 13,6% del grupo de placebo también registró microhemorragias.

“Quitar el amiloide del cerebro puede provocar una inflamación cerebral que suele ser asintomática y transitoria, pero obliga a hacer resonancias a las personas que tomen esto”, justifica Lleó. Lilly ha reportado la muerte de tres personas, dos de las cuales se atribuyó directamente a esos efectos graves y una tercera, que falleció tras sufrir uno de estos cuadros. “Nos sentimos alentados por los beneficios clínicos potenciales que puede proporcionar donanemab, aunque como muchos tratamientos efectivos para enfermedades debilitantes y mortales, existen riesgos asociados que pueden ser graves y potencialmente mortales”, admitió en un comunicado Mark Mintun, vicepresidente del grupo de Investigación en Neurociencias y Desarrollo de Lilly.

Otro efecto reportado de fármacos anti-amiloide, como el lecanemab o el donanemab, es una reducción del

[tamaño del cerebro < https://elpais.com/ciencia/2023-04-04/el-farmaco-mas-prometedor-contr-a-el-alzheimer-encoge-el-cerebro-de-los-pacientes.html >](https://elpais.com/ciencia/2023-04-04/el-farmaco-mas-prometedor-contr-a-el-alzheimer-encoge-el-cerebro-de-los-pacientes.html)

. Un estudio publicado en

[la revista < https://n.neurology.org/content/early/2023/03/24/WNL.000000000207156#%20 >](https://n.neurology.org/content/early/2023/03/24/WNL.000000000207156#%20)

Neurology hace unos meses describía esta reducción acelerada del volumen del encéfalo en los pacientes que tomaban estos fármacos. El autor principal aseguraba que eran resultados “preocupantes” y de consecuencias desconocidas a largo plazo, pero Lleó rebaja la alarma: “Esta pseudoatrofia se atribuye a una reducción de la inflamación asociada al amiloide. Al desaparecer las placas de amiloide, el cerebro se desinflama”, justifica.

La amenaza de potenciales efectos secundarios graves “preocupa” a los profesionales, admite Sánchez Valle: “El gran hándicap es que son fármacos que habrá que controlar y habrá que ver si podemos identificar sujetos más vulnerables a estos efectos”. Pascual Sánchez coincide en que habrá que “vigilarlos” de cerca y entender por qué suceden esos fenómenos graves, pero insiste en que la llegada de estos tratamientos “supone un cambio de tendencia” y es optimista: “Esto no significa que estos fármacos vayan a ser la solución del alzhéimer, pero vamos por el buen camino. Hay que tener paciencia”,



resuelve. Sánchez Valle asume, de hecho, que esta primera generación de tratamientos antiamiloides “posiblemente no sean los fármacos definitivos porque hay que afinar más su eficacia, pero están abriendo una puerta a nuevas generaciones más eficaces, seguros y fáciles de administrar que cambien el panorama de la enfermedad”.

Puedes seguir a **EL PAÍS Salud y Bienestar** en

Facebook < <https://www.facebook.com/elpaissalud>>

Twitter < https://twitter.com/elpais_salud>

Instagram < https://www.instagram.com/elpais_salud>

Source link < <https://elpais.com/salud-y-bienestar/2023-05-03/la-farmacéutica-lilly-anuncia-que-su-fármaco-experimental-contra-el-alzheimer-retrasa-un-35-el-deterioro-cognitivo.html>>



[← ANTERIOR](#)

[< HTTPS://MIRADAS.MX/2023/05/03/LA-LITERATURA-DE-LOS-LATIN-KINGS-NUNCA-HABLO-DE-VIOLENCIA-PERO-ACABO-LLEGANDO-Y-HACIENDOSE-FUERTE/>](https://miradas.mx/2023/05/03/la-literatura-de-los-latin-kings-nunca-hablo-de-violencia-pero-acabo-llegando-y-haciendose-fuerte/)

[SIGUIENTE →](#)

[< HTTPS://MIRADAS.MX/2023/05/03/EL-CHOCOLATE-NEGRO-ALIMENTO-FUNCIONAL-Y-SABROSO-OPPORTIMES/>](https://miradas.mx/2023/05/03/el-chocolate-negro-alimento-funcional-y-sabroso-opportimes/)

NOTAS RELACIONADAS



E EL PAÍS + Seguir

La farmacéutica Lilly anuncia un fármaco experimental contra el Alzheimer que retrasa un 35% el deterioro cognitivo

Historia de Jessica Mouzo Quintáns • Ayer a las 19:40

-
- 2
-
-
-
-



Un sanitario hace una resonancia a un paciente en un centro sanitario. © Agencia Getty (LightRocket via Getty Images)

Un nuevo fármaco experimental se suma a la **nue** terapias avanzadas para frenar el Alzheimer. La **fa** anunciada resultados positivos del donanemab, un monoclonal dirigido contra la proteína amiloide, la enfermedad degenerativa. Según la compañía, en clínico, que aún no ha sido publicado, el medicamento retrasa un 35% el deterioro cognitivo de los pacientes con enfermedad sintomática en estadios tempranos. A falta de conocer el estudio completo y que los resultados se publiquen en una revista científica revisada por pares, los expertos consultados celebran los resultados "alentadores", pero piden cautela: ni cura ni estabiliza la enfermedad, solo le gana algo de tiempo al avance irreversible de esta dolencia neurodegenerativa. Donanemab se une, eso sí, al **arsenal terapéutico** que en los últimos meses han revolucionado las perspectivas frente a una enfermedad que afecta a 50 millones de personas en el mundo y que, por ahora, no tiene cura.

Haz de tu vida una aventura con el California

Publicidad Volkswagen

El Alzheimer es una enfermedad que se gesta de forma silente durante 15 o 20 años antes de presentar síntomas. Da la cara tarde, cuando el daño neurológico ya está hecho y revertirlo es, por ahora, imposible. Ni siquiera los intentos que ha habido hasta la fecha para frenar su progresión han resultado eficaces. La comunidad científica se centra cada vez más en atajar la enfermedad desde sus etapas más tempranas, antes incluso de que aparezcan los primeros síntomas, y sigue teniendo en el punto de mira el papel de esas placas de proteína amiloide que se acumulan en el cerebro y aientan el daño

esas placas están fuera de las neuronas. Con el tie
degeneran y se crea la proteína TAU, que es la qu

Continuar leyendo

MÁS DE EL PAÍS

La Junta Electoral retira
el escaño a Laura Borràs
y sanciona a la ministr...



El mercado laboral cerró
abril con un récord de
20,6 millones de...



Ayuso llega al mayo
electoral con nuevas
huelgas en sanidad,...



 Visitar EL PAÍS

Contenido patrocinado



1 acción con gran potencial

Publicidad | el secreto del millonario



Calcula A

Publicidad | SEC

Más para ti

[Murcia.com](#) » [Región de Murcia](#) » [Empresa](#)

03/05/2023

Objetivo: cuidarse. Estos son tus cuatro principales aliados

Fuente: Agencias



Hoy día cuidarse está de moda. El culto a la salud se ha convertido en tendencia y en una prioridad para personas de todas las edades. Desde los más pequeños, cuyos padres les intentan inculcar hábitos saludables, hasta las personas mayores, que buscan mantenerse activas y vigilar su alimentación, pasando por jóvenes y no tan jóvenes que tratan de incorporar a su día a día rutinas de ejercicio físico y una dieta equilibrada. Aunque nos permitamos algunas licencias de vez en cuando y nos demos algún capricho –la vida también es eso–, tratamos de buscar un estilo de vida que conecte con nosotros y sea beneficioso para nuestra salud.

Esta tarea no siempre resulta fácil. Sobre todo, porque nos falta tiempo. Nuestro día está demasiado lleno y no es sencillo conseguir encajar todos los elementos para encontrar el equilibrio entre cuerpo y mente, trabajo y ocio, compromisos y placer, actividad y descanso... Por eso, es importante buscar buenos aliados que nos ayuden a alcanzar un nivel óptimo de bienestar. Los expertos de la foodtech Baia Food nos recuerdan los tres factores esenciales:

El sueño

Dormir bien hace que nuestro cuerpo se renueve y se revitalice,

contribuye al buen funcionamiento del sistema inmunitario, nos ayuda a consolidar los recuerdos y los aprendizajes del día, nos permite estar mentalmente activos y tomar mejores decisiones... "Como mínimo, sería recomendable dormir una media de 7-8 horas diarias, pero muchas personas tienen trastornos del sueño. Según estimaciones de la Sociedad Española de Neurología, entre un 20% y un 48% de los adultos padece en algún momento dificultad para conciliar el sueño o duerme mal", explica Guillermo Milans del Bosch, cofundador de la compañía.

Para intentar disfrutar de un sueño reparador es importante mantener una cierta rutina de horarios, exponerse a la luz natural para tener unos buenos niveles de vitamina D, evitar comidas abundantes y alcohol antes de acostarse. No es recomendable utilizar pantallas electrónicas en los momentos previos a irse a la cama (ni en la cama) ya que han demostrado que pueden reducir hasta en un 50% la segregación de melatonina, y practicar ejercicio físico durante el día siempre nos ayudará a dormir mejor.

La actividad física

Acabamos de mencionar uno de sus beneficios directos, contribuyendo también a la reducción del estrés y los niveles de cortisol en el organismo. Pero además de facilitar que tengamos un descanso óptimo, también mejora nuestra habilidad cognitiva, fortalece nuestros huesos y músculos, favorece el control de peso, previene enfermedades cardiovasculares y mejora nuestro tono vital. Incluso, los expertos afirman que quien practica ejercicio físico tiene más posibilidades de vivir más años.

"El entrenamiento de fuerza es esencial. Antes se pensaba que lo más importante era el ejercicio de cardio, pero la evidencia científica ha demostrado los enormes beneficios del entrenamiento de fuerza, que nos ayuda a desarrollar la masa muscular y nos permitirá estar más activos y ser independientes a medida que vamos cumpliendo años. Además, entrenar fuerza aporta beneficios psicológicos, reduciendo los síntomas de la ansiedad y la depresión", comenta Guillermo Milans del Bosch.

La alimentación

Comer sano mejora el funcionamiento del sistema digestivo y el tránsito intestinal, contribuye a tener un peso adecuado, fortalece el sistema inmunitario, ayuda a mantener la piel, el cabello y los dientes en su mejor versión, refuerza los huesos y músculos, y en los niños favorece el desarrollo del cerebro y el crecimiento saludable.

"La dieta es una de las pocas cosas que controlamos para impactar en nuestra salud, y en concreto en el estado de nuestra microbiota. Es fundamental asegurar una buena diversidad de bacterias en nuestro intestino para tener una buena salud en general, y una dieta equilibrada nos ayuda a alimentar adecuadamente a esos miles de microorganismos. Es recomendable hacerse un estudio de la microbiota supervisado por un nutricionista clínico, ya que no todos necesitamos comer lo mismo. Pero lo que está claro es lo que debemos evitar: ultraprocesados, azúcares, edulcorantes, harinas refinadas y grasas saturadas", explica el experto de Baia Food.

Hoy en día, en las redes sociales podemos encontrar una fuente inagotable de inspiración para elaborar recetas saludables, con ingredientes y elaboraciones sencillas que nos permiten darle una vuelta a la comida tradicional y disfrutar de platos más atractivos.

El café, tu nuevo aliado

Combinando estos tres elementos tendríamos la fórmula perfecta para el cuidado de nuestra salud. Pero desde la foodtech añaden un cuarto factor que puede convertirse en nuestro gran aliado: el café. Según diversas fuentes, España es uno de los países más cafeteros del mundo. Se calcula que cada persona consume unos 4,5 Kg de café al año. Y un estudio de Cafés Novell sobre hábitos de consumo de esta bebida en España asegura que 7 de cada 10 españoles entre 18 y 64 años lo consumen a diario. El momento del día en el que se concentra principalmente es el desayuno: casi 8 de cada 10 toman café para desayunar.

Por eso, la empresa española Baïa Food, especializada en nutrición funcional con evidencia científica, ha dado con la tecla para convertir a ese compañero de la mañana en una fuente de bienestar. Ha desarrollado una nueva categoría de producto que, a modo de leche en polvo, se añade al café del desayuno aportándole cremosidad (por eso le han llamado "creamer") y buen sabor. Y al mismo tiempo, incorpora diferentes principios activos beneficiosos para el organismo y clínicamente probados que aportan la dosis diaria recomendada para obtener el efecto beneficioso deseado en función de la variedad elegida. Y sin alérgenos, azúcares ni edulcorantes añadidos.

La gama de productos está dirigida a cubrir cuatro funcionalidades. Calm, para reducir la fatiga y el agotamiento, el estrés y la ansiedad y mejorar la calidad del sueño. Microbiotic, para mejorar la salud intestinal, aumentar la absorción de nutrientes, ayudar a la digestión y reducir la inflamación del intestino. Beauty, para aumentar la fuerza del cabello, la densidad del colágeno de la dermis y la hidratación de la piel, y reducir las arrugas. Y Energy, para aportar energía y claridad mental, además de tener un efecto saciante.

"Los principios activos que, con un simple cacito, añadimos al café, son un complemento ideal para conseguir el objetivo de cuidarnos, pues nos pueden ayudar a dormir mejor, a tener mejores digestiones, a cuidar más nuestra piel o a aguantar mejor nuestro ritmo de vida", subraya el cofundador de Baïa Food.

Hoy día lo queremos todo rápido, inmediato. Con esta nueva categoría, en apenas unos segundos, será mucho más fácil incluir en nuestro ajetreado día a día un pequeño gesto con grandes beneficios para nuestra salud.

Murcia.com » Región de Murcia » Empresa

04/05/2023

Reír, una emoción beneficiosa para el cuerpo humano

Fuente: Agencias



Este 7 de mayo se celebra el Día Mundial de la Risa, una fecha que busca promover la risa como emoción positiva para contribuir a la paz mundial, porque la risa es una necesidad humana que beneficia a todo el organismo.

Según la Sociedad Española de Neurología, reír altera la producción de dopamina y serotonina, que mejoran de forma natural el estado de ánimo. Además, puede estimular el sistema inmunitario, aumentar el umbral del dolor, acelerar el ritmo cardíaco e incrementar el aporte de oxígeno al cerebro¹. "Al sonreír, las personas muestran su auténtica personalidad, ya sea con una sonrisa, una carcajada o un simple gesto de alegría. La risa es esencial para el bienestar general", comenta Juan Manuel Frade, director general de Align Technology en España y Portugal.

Sin embargo, sonreír y reír a veces provoca inseguridad a algunas personas y hace que dejen de hacerlo de forma espontánea y natural por miedo a enseñar los dientes, hasta el punto de llegar a afectar a su vida social. Según una encuesta realizada por el Consejo de Dentistas de España, el 7% de los españoles reconoce sentirse incómodo al sonreír o reír, el 3% ha evitado entablar conversación por el aspecto de sus dientes y el 2% ha limitado sus actividades sociales por el mismo motivo².

Las imperfecciones en la mordida no sólo pueden afectar directamente a la calidad de vida, sino que también pueden ocultar problemas dentales más graves: una maloclusión, por ejemplo, puede tener implicaciones tanto estéticas como funcionales en la vida diaria de las personas, como baja autoestima, deseo continuo de ocultar la sonrisa, incomodidad al ingerir alimentos, necesidad de interrumpir las comidas y dolor en la boca³.

La salud bucodental preocupa a muchos españoles, en muchos casos más que la salud general². La población es cada vez más consciente de que la falta de tratamiento dental, o un cuidado dental inadecuado, puede provocar problemas como sensibilidad dental, inflamación de las encías y trastornos de la articulación temporomandibular, conllevando incluso a la pérdida de dientes en el peor de los casos.

Por eso, el primer paso para prevenir cualquier tipo de infección y mantener una sonrisa impecable empieza por una higiene adecuada, que incluya el cepillado de los dientes y visitas periódicas a la consulta dental para asegurarse de que todo está en orden.

El profesional debe supervisar el tratamiento

En ocasiones, para conseguir la sonrisa deseada también es necesario corregir posibles malformaciones en la boca, como la desalineación dental u maloclusiones, que pueden llegar a afectar la vida diaria de una persona, tanto desde el punto de vista estético como el de salud.

Para ello existen soluciones como los tratamientos ortodónticos, que tienen que ser realizados por un profesional cualificado que guíe al paciente durante el proceso, ya que cualquier intervención para cambiar la posición de los dientes es un procedimiento médico que mueve los dientes a lo largo del hueso.

El papel del doctor es fundamental desde la primera consulta hasta los resultados finales. La tecnología y las herramientas digitales le ayudan a detectar las necesidades del paciente y a conseguir un tratamiento adecuado y adaptado al paciente, evitando así posibles complicaciones.

Los dentistas y ortodoncistas saben que la sonrisa es un reflejo de la felicidad. Por eso, su compromiso con los pacientes y la evaluación de cada situación para ofrecer los mejores tratamientos y tecnologías posibles, sientan las bases para que los pacientes tengan la mejor salud bucodental y nunca dejen de sonreír.

Notas de Prensa



Portada » farmacéutica Lilly anuncia que su fármaco experimental para el alzhéimer frena el deterioro cognitivo en ...

CIENCIA

farmacéutica Lilly anuncia que su fármaco experimental para el alzhéimer frena el deterioro cognitivo en un 35 % | Salud

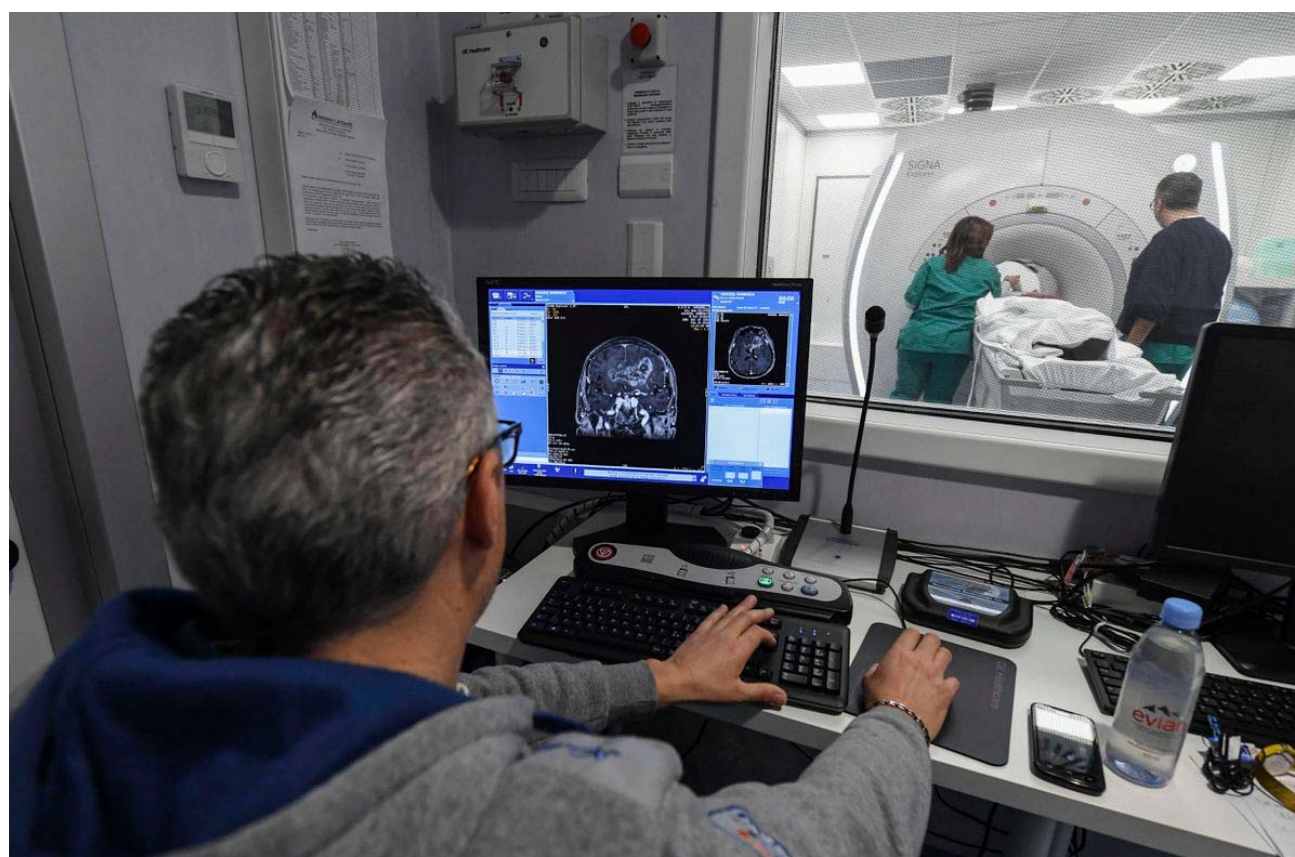


By Giorgio Mendoza Ozuna — mayo 3, 2023 🗨️ No hay comentarios 🕒 8 Mins Read

Facebook

Twitter

Pinterest





Un nuevo fármaco en investigación se une a la próxima generación de terapias avanzadas para frenar la enfermedad de Alzheimer. La compañía farmacéutica Lilly ha anunciado resultados positivos para donanemab, un anticuerpo monoclonal que se dirige a la proteína amiloide, un precursor de la enfermedad degenerativa. Según la compañía, el medicamento retrasa el deterioro cognitivo en un 35% en pacientes con enfermedad sintomática en etapa temprana en su último ensayo clínico, que aún no ha sido publicado. Como se desconoce el estudio completo y los resultados se publicarán en una revista científica revisada por pares, los expertos consultados celebran los resultados «alentadores» pero piden precaución: no curan ni estabilizan la enfermedad, solo compran parte del progreso. Tiempo tratamiento irreversible de esta enfermedad neurodegenerativa. Donanemab se suma naturalmente al arsenal terapéutico que en los últimos meses ha revolucionado el panorama de una enfermedad que afecta a 50 millones de personas en todo el mundo y para la que actualmente no existe cura.

El Alzheimer es una enfermedad que se desarrolla silenciosamente durante 15 a 20 años antes de mostrar síntomas. Aparece tarde cuando el daño neurológico ya está hecho y de momento es imposible deshacerlo. Ni siquiera los intentos anteriores de detener su progresión han sido efectivos. La comunidad científica se centra cada vez más en abordar la enfermedad desde sus etapas más tempranas, incluso antes de que aparezcan los primeros síntomas, y sigue centrada en el papel de estas placas de proteína amiloide que se acumulan en el cerebro y favorecen el daño neurológico. “La

acumulación de amiloide es la lesión más temprana, pero estas placas están fuera de las neuronas. Con el tiempo, estas neuronas se degeneran y producen la proteína TAU que daña la sinapsis cerebral. [la conexión entre neuronas]“, explica Albert Lleó, Jefe de Neurología del Hospital Sant Pau de Barcelona. Desde un punto de vista biológico, añade el neurólogo, las personas con más amiloide y más TAU se encuentran en un estadio más avanzado de la enfermedad.

Más información

Donanemab actúa precisamente contra la proteína amiloide: se une a las placas amiloides y las marca para que el sistema inmunitario las reconozca y las elimine. En un estudio de fase III en el que participaron más de 1.700 personas de entre 60 y 85 años con enfermedad de Alzheimer sintomática, pero en una etapa temprana, los investigadores encontraron, explica Lilly en un comunicado, que este fármaco ralentiza el deterioro cognitivo y funcional de la función cognitiva.

Se espera que este fármaco sea el cuarto de un grupo de anticuerpos monoclonales anti-proteína amiloide que han surgido en los últimos años para ayudar a detener el Alzheimer. Tras el polémico aducanumab, que salió a la calle con mucho alboroto y más dudas sobre su eficacia, surgieron otros como el gantenerumab, que no obtuvo los resultados esperados, y el lecanemab, que frenó el deterioro cognitivo en un 27%. El fármaco de Lilly sigue a este último y confirma “el efecto de clase”, en palabras de Raquel Sánchez Valle, jefa de neurología del Hospital Clínic de Barcelona. “Que los anticuerpos monoclonales que pueden eliminar el amiloide tienen un efecto clínico. No hay suficientes datos para decir si uno es mejor que el otro. El diseño es diferente y eso nos puede empujar a aprender cosas”, apunta.

A diferencia de estudios anteriores, este estudio estratificó a los participantes en función de sus puntajes TAU, un biomarcador predictivo de la progresión de la enfermedad. “Parece que aquellos con una enfermedad biológicamente menos avanzada [menos niveles de TAU]tuvieron un mayor impacto”, dice Sánchez Valle.

En concreto, en un subgrupo de más de 1100 participantes con depósitos de amiloide en el cerebro y niveles medios de TAU, el fármaco experimental redujo el deterioro cognitivo en un 35 % a los 18 meses. Esto significa que en comparación con el grupo de pacientes que recibió un placebo, aquellos que recibieron este anticuerpo monoclonal mantuvieron sus capacidades cognitivas y funcionales por más tiempo, parámetros medidos por escalas que miden su capacidad para realizar actividades de la vida cotidiana del cuerpo, como administrar sus finanzas, conducir un coche o charlar sobre

temas de actualidad. El cuarenta y siete por ciento de los pacientes que recibieron el fármaco no tuvieron progresión clínica de la enfermedad al año, en comparación con el 29 por ciento en el grupo de placebo.

En el otro subgrupo de pacientes, poco más de medio millar, que presentaban depósitos de amiloide y niveles más elevados de TAU, los investigadores ya esperaban que la respuesta fuera peor, ya que la presencia elevada de la proteína TAU indicaba inicialmente un estadio más avanzado de la enfermedad. La compañía no revela el efecto del fármaco en este grupo específico, pero cuando ambos grupos se toman juntos (aquellos con niveles de TAU moderados y altos), la reducción del deterioro cognitivo en pacientes que toman donanemab es ligeramente menor, del 29%. . Esta cifra es más parecida a los resultados del otro fármaco, el lecanemab, que también mostró resultados favorables hace unos meses.

El neurólogo Lleó celebra los datos facilitados por Lilly, aunque asegura que ya eran «esperados». «Sabíamos que donanemab era muy efectivo en términos de reducir el amiloide en el cerebro», dice, y enfatiza el valor de estratificar a los participantes en función de los niveles de TAU y la respuesta al fármaco: esto respalda la idea de que se administró en etapas más tempranas de la enfermedad. tendrá más resultados. Pascual Sánchez, secretario del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología, coincide: “Esto nos dice que hay que avanzar hacia el diagnóstico precoz. Cuanto antes demos los medicamentos, mejor”.

En la práctica, sin embargo, queda por ver qué significa esta ralentización del deterioro cognitivo y qué alcance clínico tendrá. “Esa es la gran pregunta: ¿Qué significa eso para el paciente”, admite el neurólogo de la clínica. La idea es mantener al paciente con autonomía o poca dependencia el mayor tiempo posible, subraya Sánchez Valle. Lleó también advierte de la cautela a la hora de extrapolar el significado de este dato a la vida real del paciente: “En las enfermedades degenerativas no se puede hablar de mejoría porque es una enfermedad progresiva. La enfermedad progresa de la misma manera, pero más lentamente que sin tratamiento. Para una mejor comprensión, se decía que el lecanemab, que reducía el deterioro cognitivo en un 27%, retrasaba seis meses el desarrollo de la enfermedad”, destaca el neurólogo.

efectos secundarios

El neurólogo de Sant Pau también apunta que estos fármacos no están exentos de riesgos. Hay riesgos y debes tenerlos en cuenta. De hecho, la compañía ha admitido que

existen efectos secundarios, comúnmente conocidos como anomalías en la imagen por resonancia magnética (ARIA, por sus siglas en inglés) relacionadas con el amiloide, como edema cerebral (hinchazón) y microhemorragias: sin embargo, el 24 % de los pacientes tratados con donanemab tenían inflamación cerebral. solo el 6 % tenía síntomas, 31 el 4 % del grupo del fármaco y el 13,6 % del grupo del placebo también presentaban microhemorragias.

«Eliminar el amiloide del cerebro puede causar una inflamación cerebral, que suele ser asintomática y transitoria, pero las personas que la toman necesitan resonancias magnéticas», explica Lleó. Lilly ha informado de la muerte de tres personas, dos de las cuales fueron directamente atribuidas a estos graves efectos y una tercera falleció tras sufrir una de estas imágenes. «Nos sentimos alentados por los posibles beneficios clínicos que puede ofrecer donanemab, aunque al igual que con muchos tratamientos efectivos para enfermedades debilitantes y mortales, existen riesgos asociados que pueden ser graves y potencialmente mortales», Mark Mintun, vicepresidente de grupo de investigación de donanemab, admitió en declaraciones de Lilly Neurosciences and Development.

Otro efecto informado de los medicamentos antiamiloides como lecanemab o donanemab es la reducción del tamaño del cerebro. Un estudio publicado en la revista *neurología* Hace unos meses describió esta reducción acelerada del volumen cerebral en pacientes que toman estos fármacos. El autor principal afirmó que los resultados eran «preocupantes» y tenían consecuencias desconocidas a largo plazo, pero Lleó bajó la alerta: «Esta pseudoatrofia se atribuye a una reducción de la inflamación asociada al amiloide. Cuando las placas de amiloide desaparecen, el cerebro reduce la inflamación», explica.

El riesgo de posibles efectos secundarios graves «preocupa» a los profesionales, admite Sánchez Valle: «El gran hándicap es que son fármacos que hay que controlar y hay que ver si podemos identificar sujetos más susceptibles a estos efectos». Pascual Sánchez coincide en que hay que «seguirlos» muy de cerca y entender por qué se producen estos graves fenómenos, pero insiste en que la introducción de estos tratamientos «supone un cambio de rumbo» y se muestra optimista: «No quiere decir que estos fármacos ser la solución para el alzhéimer, pero vamos por el buen camino. Hay que tener paciencia», concluye. Sánchez Valle reconoce que estos tratamientos antiamiloides de primera generación “pueden no ser los fármacos definitivos porque hay que refinarlos aún más, pero abren la puerta a nuevas generaciones que son más eficaces, más seguras y más fáciles de administrar, y eso cambiará el panorama de las enfermedades».



EN DIRECTO



¿Tienes ya la app de Onda Cero?

DESCARGAR

PUBLICIDAD

Ondacero

Noticias

Sociedad

SALUD

El fruto seco que puede ayudarte a dormir mejor: tiene alto contenido de melatonina

Más del 30% de la población española sufre insomnio. Consulta cuál es el fruto seco que te ayudará a la conciliación del sueño e incluso a mejorar tus relaciones sexuales.

? Por qué debemos dejar de llamarlo operación bikini: "Hay una guerra simbólica contra la mujer"

👉 ¿Son más sanos los productos ecológicos?



EN DIRECTO
Más de uno



El fruto seco que puede ayudarte a dormir mejor: tiene alto contenido de melatonina | Pexels

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el **40% de la población mundial no duerme bien o sufre algún tipo de trastorno del sueño**, aunque el más habitual es el insomnio. Concretamente en España hasta **el 35% de la población adulta padece insomnio agudo** y entre un 10 y un 15% insomnio crónico, según la Sociedad Española de Neurología.

Este es el fruto seco que te ayudará a dormir

En el estudio '**Contenido de melatonina en pistachos americanos crudos y tostados**' de **Jack N.Losso y M.Yeboah-Awudzi**, investigadores de la Escuela de Nutrición y Ciencias de los Alimentos en la Universidad Estatal de Lousiana (Estados Unidos), ha afirmado que el **fruto seco que puede ayudarte para combatir los problemas de insomnio es el pistacho**.

Los pistachos son un alimento muy calórico y son buena fuente de proteína vegetal, lípidos y poseen un alto contenido de grasas insaturadas ayudando a reducir el nivel de colesterol total.

Los investigadores han determinado que **los pistachos americanos crudos contienen 660 ng/gramos de melatonina** y estos valores se encuentran muy por



EN DIRECTO
Más de uno



EN DIRECTO

sueño es la **melatonina**, esto es una **hormona del cuerpo que juega un papel importante en el sueño**. La producción y liberación de esta hormona en el cerebro está relacionada con la hora del día, es decir, que aumenta cuando está oscuro y disminuye cuando hay luz.

Además, la melatonina es beneficiosa para lo siguiente:

Trastornos del ritmo circadiano del sueño-vigilia en personas ciegas

Fase del sueño retrasada

Insomnio

Desfase horaria

Trastorno del sueño por el trabajo por turnos

Trastornos del sueño en niños

Mejora la calidad de las relaciones sexuales

Un informe publicado en el 'International Journal Of Impotence Research' elaborado por científicos del Hospital Universitario y Centro de Investigación Atartuk de Ankara en Turquía, ha demostrado que 17 hombres que incluyeron la ingesta de 100 gramos en su dieta durante tres semanas experimentaron mejoras en el desempeño, excitación y satisfacción de las relaciones sexuales.

Las **causas de la disfunción eréctil** están relacionadas con **enfermedades cardíacas, vasos sanguíneos obstruidos, colesterol alto** y presión arterial alta entre otras, por lo que la ingesta de pistachos ayudará a mejorarla por su porte en grasas insaturadas y monoinsaturadas que ayudan a mantener el colesterol normal en sangre y a mejorar la circulación de la sangre.

Además, el estudio refleja que los pistachos son conocidos como el fruto seco de la felicidad o el del amor en muchas culturas, siendo una fuente importante de selenio, un mineral antioxidante que protege el corazón y del zinc que ayuda a mejorar la fertilidad y a mantener unos niveles altos de testosterona.



EN DIRECTO
Más de uno

San Rafael, Mendoza jueves 04 de mayo de 2023



TODAS LAS NOTICIAS PASAN POR ACÁ

INICIO

POLITICA

ECONOMÍA

SOCIEDAD

DEPORTES

ESPECTÁCULOS

La farmacéutica Lilly anuncia que su fármaco experimental contra el alzhéimer retrasa un 35% el deterioro cognitivo

POSTED BY: JUAN CARLOS SAMBATARO 4 MAYO, 2023



La compañía avanza que, en un ensayo clínico todavía no publicado, el anticuerpo monoclonal donanemab ralentiza el empeoramiento en

pacientes con la enfermedad en estadios tempranos

Un nuevo fármaco experimental se suma a la **nueva generación** de terapias avanzadas para frenar el alzhéimer. La **farmacéutica Lilly** ha anunciado resultados positivos del donanemab, un anticuerpo monoclonal dirigido contra la proteína amiloide, precursora de la enfermedad degenerativa. Según la compañía, en su último ensayo clínico, que aún no ha sido publicado, el medicamento retrasa un 35% el deterioro cognitivo de los pacientes con enfermedad

BUSCAR ...

SIGUENOS



COTIZACIÓN

Dolar\$	COMPRA	VENTA
	223,69	232,69
	241,49	259,23
	43,50	51,34
	4,82	6,25

04/05/2023 05:00

FIESTA NACIONAL DE LA
VENDIMIA

www.vendimia.mendoza.gov.ar

sintomática en estadios tempranos.

A falta de conocer el estudio completo y que los resultados se publiquen en una revista científica revisada por pares, los expertos consultados celebran los resultados “alentadores”, pero piden cautela: ni cura ni estabiliza la enfermedad, solo le gana algo de tiempo al avance irreversible de esta dolencia neurodegenerativa. Donanemab se une, eso sí, al **arsenal terapéutico** que en los últimos meses han revolucionado las perspectivas frente a una enfermedad que afecta a 50 millones de personas en el mundo y que, por ahora, no tiene cura.

El alzhéimer es una enfermedad que se gesta de forma silente durante 15 o 20 años antes de presentar síntomas. Da la cara tarde, cuando el daño neurológico ya está hecho y revertirlo es, por ahora, imposible. Ni siquiera los intentos que ha habido hasta la fecha para frenar su progresión han resultado eficaces. La comunidad científica se centra cada vez más en atajar la enfermedad desde sus etapas más tempranas, antes incluso de que aparezcan los primeros síntomas, y sigue teniendo en el punto de mira el papel de esas placas de proteína amiloide que se acumulan en el cerebro y alientan el daño neurológico. “La acumulación de amiloide es la lesión más precoz, pero esas placas están fuera de las neuronas. Con el tiempo, esas neuronas degeneran y se crea la proteína TAU, que es la que provoca el daño en la sinapsis cerebral [la conexión entre neuronas]”, explica Albert Lleó, jefe de Neurología del Hospital Sant Pau de Barcelona. Desde el punto de vista biológico, agrega el neurólogo, las personas que tienen más amiloide y más TAU, están en un nivel más avanzado de la enfermedad.

Contra la proteína amiloide va, precisamente, el donanemab: se une a las placas de amiloide y las marca para que el sistema inmune las reconozca y las elimine. En un ensayo en fase III con más de 1.700 personas de entre 60 y 85 años con alzhéimer sintomático, pero en fase temprana, los investigadores constataron, según explica Lilly en **un comunicado**,

ÚLTIMAS NOTICIAS

“Un soldado muere dos veces, una es cuando muere defendiendo sus ideales y otro cuando es olvidado”

Escuelas Artísticas Vocacionales: una valiosa alternativa para formarse en lenguajes y disciplinas artísticas

El Gobierno de Mendoza sigue avanzando en obras para el cuidado del agua

La Provincia capacitará por primera vez en Ley Micaela a una empresa privada

El BID aprobó un nuevo préstamo de US\$ 265 millones para Argentina

Economía invita a emprendedores a participar en la Jornada de Innovación y Desarrollo Sostenible

RADAR CONTINGENCIAS



Dirección de Agricultura y Contingencias Climáticas

¿Cómo leer el radar?

que este medicamento provocó una ralentización del deterioro cognitivo y funcional.

Este fármaco es el cuarto que se esperaba de un conjunto de anticuerpos monoclonales contra la proteína amiloide que han ido saliendo en los últimos años para frenar el alzhéimer. Después del controvertido **aducanumab**, que salió a la calle con mucho ruido y más dudas sobre su eficacia, surgieron otros, como gantenerumab, que no alcanzó **los resultados esperados**, y lecanemab, que ralentizaba un 27% el deterioro cognitivo. El fármaco de Lilly sigue la estela de este último y constata, en palabras de Raquel Sánchez Valle, jefa de Neurología del Hospital Clínic de Barcelona, “el efecto de clase”. “Que los anticuerpos monoclonales capaces de eliminar el amiloide tienen un efecto clínico. No hay datos suficientes para decir si uno es mejor que otro. El diseño es diferente y eso puede hacer que aprendamos cosas”, apunta.

A diferencia de estudios anteriores, en este ensayo estratificaron a los participantes según sus niveles de TAU, un biomarcador predictivo de la progresión de la enfermedad. “Parece que los que tenían menos avanzada la enfermedad biológicamente [menos niveles de TAU], tenían un mayor efecto”, avanza Sánchez Valle.

En concreto, en un subgrupo de más de 1.100 participantes que tenían depósitos de amiloide en el cerebro y niveles intermedios de TAU, el fármaco experimental redujo un 35% el deterioro cognitivo a los 18 meses. Esto significa que, en comparación con el grupo de pacientes a los que se les dio un placebo, los que recibieron este anticuerpo monoclonal mantuvieron más tiempo sus habilidades cognitivas y funcionales, unos parámetros que se miden a través de escalas que evalúan sus capacidades para hacer actividades de la vida diaria, como administrar sus finanzas, conducir o charlar sobre temas actuales. El 47% de los pacientes que recibieron el fármaco no tuvieron una progresión clínica de la enfermedad al



Piramide Informa
1833 seguidores

Seguir página



año —en el brazo de placebo, fue el 29%—.

En el otro subgrupo de pacientes, algo más de medio millar, que tenían depósitos de amiloide y niveles de TAU más elevados, los investigadores ya preveían que la respuesta iba a ser peor porque la alta presencia de la proteína TAU desde el principio sugiere una etapa más avanzada de la enfermedad. La compañía no especifica el impacto del fármaco en este colectivo en concreto, pero cuando juntan a ambos grupos (los que tienen niveles intermedios de TAU y niveles altos), la reducción del deterioro cognitivo entre los pacientes que tomaron donanemab es un poco más baja, del 29%. Esta cifra se asemeja más a los resultados obtenidos por el otro fármaco, lecanemab, que también presentó resultados favorables hace unos meses.

El neurólogo Lleó celebra los datos avanzados por Lilly, aunque asegura que ya eran “esperados”. “Sabíamos que donanemab es muy potente en términos de reducción del amiloide cerebral”, apunta, y pone énfasis en el valor de esa estratificación de los participantes según el nivel de TAU y la respuesta al fármaco: esto sustenta la idea de que si se administra en fases más tempranas de la enfermedad, tendrá más resultado. Coincide Pascual Sánchez, secretario del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología: “Esto nos indica que vamos a tener que avanzar hacia el diagnóstico precoz. Cuanto antes demos los fármacos, mejor”.

En la práctica, no obstante, está por ver qué significa esa ralentización del deterioro cognitivo y cuál es **su magnitud clínica**. “Es la gran duda: qué significa esto para el paciente”, admite la neuróloga del Clínic. La idea es mantener al enfermo el mayor tiempo posible con autonomía o poca dependencia, insiste Sánchez Valle. Lleó también apela a la cautela a la hora de extrapolar el significado de estos datos a la vida real de los pacientes: “En enfermedades degenerativas no se habla de mejoría porque es una enfermedad progresiva. La enfermedad progresa igual, pero más

lentamente que si no hubiese tratamiento. Con el lecanemab, que reducía un 27% el deterioro cognitivo, se decía, para que se entendiese mejor, que es como que retrasa la evolución de la enfermedad seis meses”, apunta el neurólogo.

Efectos secundarios

El neurólogo del Sant Pau destaca, además, que estos fármacos no son inocuos. Hay riesgos y hay que tenerlos en cuenta. La compañía ha admitido, de hecho, que hay efectos secundarios —en el argot, alteraciones en resonancia magnética relacionadas con amiloide (ARIA, por sus siglas en inglés—, como edemas cerebrales (inflamación) y microhemorragias: un 24% de los tratados con el donanemab tuvo inflamación cerebral, aunque solo el 6% experimentó síntomas; el 31,4% del brazo que recibió el fármaco y el 13,6% del grupo de placebo también registró microhemorragias.

“Quitar el amiloide del cerebro puede provocar una inflamación cerebral que suele ser asintomática y transitoria, pero obliga a hacer resonancias a las personas que tomen esto”, justifica Lleó. Lilly ha reportado la muerte de tres personas, dos de las cuales se atribuyó directamente a esos efectos graves y una tercera, que falleció tras sufrir uno de estos cuadros. “Nos sentimos alentados por los beneficios clínicos potenciales que puede proporcionar donanemab, aunque como muchos tratamientos efectivos para enfermedades debilitantes y mortales, existen riesgos asociados que pueden ser graves y potencialmente mortales”, admitió en un comunicado Mark Mintun, vicepresidente del grupo de Investigación en Neurociencias y Desarrollo de Lilly.

Otro efecto reportado de fármacos anti-amiloide, como el lecanemab o el donanemab, es una reducción del **tamaño del cerebro**. Un estudio publicado en **la revista *Neurology*** hace unos meses describía esta reducción acelerada del volumen del encéfalo en los pacientes que tomaban estos fármacos. El autor

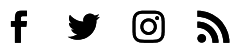
principal aseguraba que eran resultados “preocupantes” y de consecuencias desconocidas a largo plazo, pero Lleó rebaja la alarma: “Esta pseudoatrofia se atribuye a una reducción de la inflamación asociada al amiloide. Al desaparecer las placas de amiloide, el cerebro se desinflama”, justifica.

La amenaza de potenciales efectos secundarios graves “preocupa” a los profesionales, admite Sánchez Valle: “El gran hándicap es que son fármacos que habrá que controlar y habrá que ver si podemos identificar sujetos más vulnerables a estos efectos”. Pascual Sánchez coincide en que habrá que “vigilarlos” de cerca y entender por qué suceden esos fenómenos graves, pero insiste en que la llegada de estos tratamientos “supone un cambio de tendencia” y es optimista: “Esto no significa que estos fármacos vayan a ser la solución del alzhéimer, pero vamos por el buen camino. Hay que tener paciencia”, resuelve. Sánchez Valle asume, de hecho, que esta primera generación de tratamientos antiamiloides “posiblemente no sean los fármacos definitivos porque hay que afinar más su eficacia, pero están abriendo una puerta a nuevas generaciones más eficaces, seguros y fáciles de administrar que cambien el panorama de la enfermedad”.

Fuente:<https://elpais.com/salud-y-bienestar/2023-05-03/la-farmacéutica-lilly-anuncia-que-su-farmaco-experimental-contra-el-alzheimer-retrasa-un-35-el-deterioro-cognitivo.html>



[◀ Anterior post](#) [Próximo post ▶](#)



Contacto

Seleccionar página



Actualizado el Atlas del mal control de la anticoagulación de SECA y Fundación Weber

3 May, 2023 | Noticias, Proyectos, Publicaciones



El proyecto, patrocinado por Bristol Myers Squibb y Pfizer, ha permitido definir indicadores y estándares de calidad para una atención de calidad a pacientes anticoagulados

La Sociedad Española de Calidad Asistencial (SECA) acaba de actualizar su Atlas del mal control de la anticoagulación con antagonistas de la vitamina K en el paciente con Fibrilación Auricular No Valvular, documento que esta sociedad y la Fundación Weber presentaron en 2021 con el objetivo de **definir indicadores y estándares de calidad** adecuados para lograr **la excelencia en la atención de los pacientes anticoagulados**.

En esta nueva edición, se ha actualizado la **estimación de la carga económica y social** que supone el mal control de la anticoagulación con antivitamina K en España, y se ha incorporado un capítulo con los **resultados del estudio Delphi** que la SECA ha realizado para la propuesta de indicadores de calidad para detección del mal control terapéutico e indicadores de calidad sugerentes de un mal control terapéutico en pacientes anticoagulados.

Atlas del mal control de la anticoagulación

El ***Atlas del mal control de la anticoagulación*** se publicó en 2021 gracias a la colaboración de un grupo de profesionales especialistas en la materia cuya experiencia y profesionalidad fue de gran ayuda para dar forma a este documento. En su elaboración participaron la **Sociedad Española de Cardiología**, la **Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria**, la **Sociedad Española de Trombosis y Hemostasia**, la **Sociedad Española de Medicina Interna**, la **Sociedad Española de Urgencias y Emergencias**, la **Sociedad Española de Neurología** y la **Federación Española de Asociaciones de Anticoagulados**. Además, este proyecto ha contado con el patrocinio de la **Alianza Bristol Myers Squibb y Pfizer**.

[>> Descargar el Atlas del mal control de la anticoagulación](#)

Sociedades Autonómicas: ACCA AMCA AVCA-AKEB PASQAL
SACA SADECA SCLM SCQA SOGALCA SOMUCA SOVCA

© SECA 2022 - **Mapa Web**
Política de cookies

Aviso legal - Política de privacidad -
secretariaseca@calidadasistencial.es +34
984 051 604

Jueves, 4 de Mayo del 2023



Buscar

(https://www.serperuano.com/2023/05/mejora-tu-calidad-de-vida-rec...)
(page=serperuano.com/2023/05/mejora-tu-calidad-de-vida-rec...)
(Serperuano.com)
(124158910947375?ref=ts)



(https://www.serperuano.com/2023/04/adios-a-los-cables-auriculares-inalambricos/)



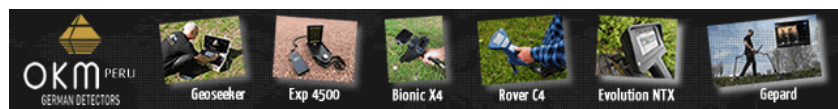
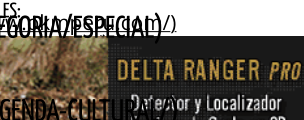
(https://www.serperuano.com/2023/04/international-gaming-awards-2023-ixbet-gana-un-premio-reconocimiento)



(https://www.serperuano.com/2023/04/descubre-las-ultimas-tendencias-en-moda-masculina)



(https://www.serperuano.com/2023/04/the-weeknd-una-breve-vision-general-de-su-carrera-y-sus-exitos-mas-importantes/)



(https://www.detectoresperu.com/)



(https://linio.go2cloud.org/aff_c?offer_id=20&aff_id=7402&file_id=1071)

INICIO » (HTTPS://WWW.SERPERUANO.COM) »
(HTTPS://WWW.SERPERUANO.COM/CATEGORIA/) AUTOAYUDA
(HTTPS://WWW.SERPERUANO.COM/CATEGORIA/AUTOAYUDA/)

Mejora tu Calidad de Vida: Recomendaciones para entrenar tu Cerebro a través de la Lectura

Publicado el 04/05/23



Lima, 4 de Mayo del 2023.- El hábito de la **Lectura** puede prevenir enfermedades neurodegenerativas en ancianos y estimular el desarrollo cerebral en niños, según **Buscalibre**. Descubre tres autores que te ayudarán a entrenar el cerebro a través de la lectura y mejorar tu bienestar.

La importancia de realizar actividades mentales se compara con la del ejercicio físico,



(https://www.okmperu.com/)



(https://servedbyadbutler.com/redirect.spark?MID=170184&plid=1355877&setID=367998&channelID=5360&CID=356243&banID=519823171&PID=0&textadID=0&tc=1&adSize=300x250&mt=1683275075500866&sw=1536&sh=864&spr=1.25&referrer=https%3A%2F%2Fwww.serperuano.com%2F2023%2F05%2Ftu-calidad-de-vida-recomendaciones-para-entrenar-tu-cerebro-a-traves-de-la-lectura%2F&hc=2f21a7db4e1b04b553253bd9f5d6f038a&location=)

LO ÚLTIMO

Copa Sudamericana 2023: Universitario 2-0 Santa Fe - Copa Libertadores 2023: Patronato 4-1 Melgar , Videos Resumen.
(https://www.serperuano.com/2023/05/copa-sudamericana-2023-universitario-vs-santa-fe-hoy-9-pm-copa-libertadores-



ya que leer genera en el cerebro el mismo efecto que una rutina de gimnasio en el cuerpo, estimulando la memoria a corto y largo plazo, mejorando el vocabulario y promoviendo la creatividad. Según la Sociedad Española de Neurología, la lectura es una de las mejores actividades mentales porque obliga al cerebro a pensar, ordenar ideas, interrelacionar conceptos, ejercitar la memoria e imaginar.

“La lectura puede ser extremadamente positiva para ancianos, previniendo enfermedades neurodegenerativas; para niños pequeños, estimulando su desarrollo cerebral; y para adultos, recuperando la capacidad de concentración y retención de información que los dispositivos digitales tienden a mermar. Todo libro involucra el acto de leer; por lo tanto, indistintamente de si es de ocio o lectura ligera, tendrá el efecto positivo esperado en el cerebro”, explica Luis Felipe Casas, Country Manager de Buscalibre Perú.

Sin embargo, este hábito es poco común en el Perú. De acuerdo con el Ministerio de Cultura, en el 2022, el 47,3% de los peruanos entre 18 y 64 años leyó al menos un libro, aunque la tasa de asistencia a bibliotecas en el último año fue del 6,5% de la población entre 28 y 64 años. En el ámbito urbano, esta cifra aumenta a un 7,2%, mientras que en el rural se reduce a un 3,1%. Estos datos destacan la necesidad de implementar políticas efectivas para fomentar la lectura en el país.

Para incentivar al público en general a practicar la lectura, mejorar su calidad de vida y fortalecer la conexión entre neuronas, el especialista recomienda tres autores que pueden ayudar a conocer más acerca de este tema:

Fernando Savater. “El placer de la lectura” es una publicación que celebra el goce de leer y ofrece un recorrido por autores y obras que le han parecido memorables a Savater. En esta obra, el autor comparte el placer de la lectura como una permanente búsqueda de libertad. Para más información ingresa aquí.

Irene Vallejo. “Manifiesto por la Lectura” nos habla del poder de los libros y de la lectura como factor determinante no solo para el crecimiento individual de cada persona, sino también como elemento esencial para la construcción de una mejor sociedad. La autora establece que la clave es la empatía, los libros y sus historias nos atrapan porque nos sentimos identificados con un argumento y unos personajes. Para más información ingresa aquí.

Fran Nuño. Con el libro ‘Ideas prácticas para animar a la lectura desde casa: Manual para pequeños lectores’, el autor nos plantea un nuevo manual que responde a una demanda específica, la de la animación a la lectura por parte de padres o tutores en el ámbito doméstico. Para más información ingresa aquí.

Luis Felipe sugiere a aquellos que no tienen el hábito de la lectura, que busquen un tema de interés, un autor atractivo o un género apasionante. “Es recomendable comenzar poco a poco, leyendo algunos minutos al día, y con el tiempo, notarás cómo se te hace más fácil y disfrutarás aún más de este maravilloso ejercicio mental”, finalizó.

Sobre Buscalibre:

Buscalibre llegó a Perú en 2018 y es la librería online con un catálogo de 6 millones de libros, convirtiéndolo en el más grande del mundo. Tiene presencia en siete países, incluyendo Estados Unidos y España. Más información en: <https://www.buscalibre.pe/>

Temas: cerebro (<https://www.serperuano.com/tema/cerebro/>) , Lectura (<https://www.serperuano.com/tema/lectura/>)



(<https://es-la.facebook.com/hannacaball/>)

Leave a Reply

Your email address will not be published. Required fields are marked *

Comment

[2023-patronato-vs-melgar-hoy-5-pm/](https://www.serperuano.com/2023/05/mejora-tu-calidad-de-vida-rec...)

Rusia también acusa a Estados Unidos por el Ataque con Drones contra el Kremlin



(<https://www.serperuano.com/2023/05/rusia-tambien-acusa-a-estados-unidos-por-el-ataque-con-drones-contra-el-kremlin/>)

La Llegada de Emily Lima, DT de la Selección Femenina Absoluta, a la capital



(<https://www.serperuano.com/2023/05/la-llegada-de-emily-lima-dt-de-la-seleccion-femenina-absoluta-a-la-capital/>)

Durante el Mes de la Tierra Starbucks Perú celebra su Compromiso con el Planeta y las Iniciativas de Sustentabilidad



(<https://www.serperuano.com/2023/05/durante-el-mes-de-la-tierra-starbucks-peru-celebra-su-compromiso-con-el-planeta-y-las-iniciativas-de-sustentabilidad/>)

Minsait apuesta por un Marketing más responsable en todas sus acciones en la Región Andina y el Cono Sur



(<https://www.serperuano.com/2023/05/minsait-apuesta-por-un-marketing-mas-responsable-en-todas-sus-acciones-en-la-region-andina-y-el-cono-sur/>)

Trabajadoras del Hogar barrieron con la informalidad por sus Derechos Laborales



(<https://www.serperuano.com/2023/05/trabajadoras-del-hogar-barrieron-con-la-informalidad-por-sus-derechos-laborales/>)

MiBanco, el primer Banco especializado en Microfinanzas en brindar orientación en Lenguas Originarias



(<https://www.serperuano.com/2023/05/mibanco-el-primero-banco-especializado-en-microfinanzas-en-brindar-orientacion-en-lenguas-originarias/>)

Rob Schneider regresa a la pantalla grande con “¡Qué Viaje con Papá!”



(<https://www.serperuano.com/2023/05/rob-schneider-regresa-a-la-pantalla-grande-con-que-viaje-con-papa/>)

VEA NUESTRAS AMENIDADES

Marta Andreu

Hoy se celebra el Día Mundial del Parkinson, un trastorno neurodegenerativo, crónico y progresivo que afecta a unas 150.000 personas en España. Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), las estadísticas añaden aproximadamente 10.000 nuevos casos cada año, pero los enfermos son muchos más ya que un 28% de los afectados podría estar sin diagnosticar. Se trata de la segunda dolencia neurodegenerativa más frecuente en la actualidad, por detrás del Alzheimer.

El Centro de Reconocimiento de Conductores Certimedica explica que este trastorno suele comenzar a partir de la sexta década de vida, como consecuencia de la destrucción de determinadas neuronas del cerebro. Los principales síntomas que manifiesta son: temblor y rigidez en manos, brazos, tronco y piernas; lentitud de movimientos y alteraciones en el equilibrio y coordinación; además de alteraciones en la esfera emocional (de apatía a desinhibición), en la función cognitiva/demencia y alternaciones visuales-perceptuales.



¿Cómo influye el Parkinson en la conducción?



Aunque depende mucho de cada caso y del estadio en el que se encuentre el paciente, la Dirección General de Tráfico (DGT) explica que los síntomas de esta enfermedad y la medicación para controlarla pueden llegar a impedir la conducción segura. Certimedica informa que diversos estudios demuestran que los conductores que sufren esta dolencia presentan peor capacidad de conducción que los sanos, incluso en las fases iniciales de su enfermedad, debido a los déficits motores o de coordinación -entre otros- que padecen.

Es importante recordar que todos los medicamentos para tratar el Parkinson incluyen el pictograma de alerta en sus envases para informar sobre los efectos negativos que el fármaco tiene sobre la conducción. En este caso, apunta Certimedica, aunque los medicamentos “permiten controlar la sintomatología y mejorar la capacidad del paciente para conducir, sus efectos sobre el sistema nervioso central pueden interferir con la capacidad para hacerlo con seguridad. Un efecto adverso potencialmente grave, son los ataques o episodios repentinos de sueño que ocurren con algunos medicamentos, en especial con los

dopaminérgicos”.

¿Necesitan de un informe favorable del médico para sacarse o renovar el carnet de conducir?

Depende. Solo será necesario si el párkinson se produce con crisis convulsiva o con crisis que incluye pérdida de conciencia, en estos casos las personas que lo sufran deberán aportar un informe favorable del neurólogo.

No se renovará la licencia en aquellos casos en los que sea necesario presentar el informe del especialista y éste sea desfavorable, es decir que valore que tiene un grado grave de la enfermedad, y que este puede ser un factor de riesgo en la conducción.

En cualquier caso, el paciente, igual que el resto de conductores, deberá pasar una revisión médica en un Centro de Reconocimiento de Conductores homologado por la Dirección General de Tráfico (DGT). El resultado de las pruebas permitirá determinar si es apto o no para la obtención o renovación de su licencia de conducción y los años a renovar dicha licencia.



¿Por cuánto tiempo pueden obtener el permiso de conducción?

El permiso tendrá una vigencia de dos años o de cinco si no ha habido crisis durante los tres últimos años.

¿Cómo saber cuándo el paciente debe dejar de conducir?

Certimedic explica que “la mera presencia de Parkinson no hace que la persona no sea apta para conducir. El objetivo final es saber si un paciente concreto está en condiciones de conducir con seguridad”.

Aunque cada vez hay más conocimiento de esta dolencia, aún “no existen criterios estrictos e inequívocos en relación a la conducción: la decisión debe ser individual, teniendo en cuenta la situación clínica del paciente (motora, cognitiva, visual...), su respuesta a la medicación y los efectos adversos”.

<https://www.lavanguardia.com/motor/actualidad/20210411/6639064/enfermedad-parkinson-renovar-carnet-conducir.html>



Conócenos



5 MAYO, 2023

PATROCINIOS Y COLABORACIONES

VERSIÓN IMPRESA

SOBRE NOSOTROS

ESPACIOS PUBLICITARIOS

VIVIR EN DIGITAL

ENTREVISTAS

Ediciones

MADRID CAPITAL ▾

ALCORCÓN ▾

ARROYOMOLINOS ▾

FUENLABRADA ▾

GETAFE ▾

LEGANÉS ▾

MÓSTOLES ▾

SEVILLA ▾

CÁDIZ ▾

MÁLAGA ▾

TOMELLOSO ▾

ÚLTIMA HORA NACIONAL E INTERNACIONAL ▾

ÚLTIMAS NOTICIAS >

[5 mayo, 2023] Mónica García (Más

BUSCAR ...

Portada » Destacado » La risa es una gran medicina. No es broma, alivia tu estrés riéndote a carcajadas

Versión impresa

La risa es una gran medicina. No es broma, alivia tu estrés riéndote a carcajadas

🕒 5 mayo, 2023 📍 Alcorcón, Arroyomolinos, Cádiz, Destacado, Fuenlabrada, Getafe, Leganés, Madrid, Málaga, Móstoles, Sevilla, Tomelloso, Vivir última hora 💬 Comentarios desactivados



NOTICIAS MÁS VISTAS



Suscríbete a nuestra Newsletter 📧



¿Por qué es tan importante reír? ¿Qué beneficios tiene para nuestra salud? Te explicamos por qué los médicos recomiendan reír a carcajadas

Cada primer domingo de mayo celebramos el **Día Mundial de la Risa**; una herramienta de comunicación que da rienda suelta a la alegría y deja de lado la angustia a la hora de abordar nuestros problemas y preocupaciones.

Este 2023 cae en 7 de mayo, para recordarnos **la importancia de reír para nuestra salud y la de quienes nos rodean.**

El humor es una válvula de escape.

El ajetreo, el estrés y las preocupaciones de nuestra vida diaria incrementan los niveles de tristeza, agotamiento, depresión y ansiedad. Ante esta situación, **la risa puede convertirse en un hábito saludable y terapéutico.**

La risa no cura todos los males, pero **cambia nuestra actitud ante ciertas situaciones.** Por ello, diversos estudios respaldan los efectos positivos de la risa. Expertos en psicología y neurología señalan los beneficios de reír a carcajadas al menos 10 minutos al día.

Manuel Arias Gómez, coordinador del grupo de estudio de Humanidades e Historia de la Sociedad Española de Neurología (SEN), indicó que reír mejora nuestro estado de ánimo e

incrementa el sistema inmune, incrementa el umbral del dolor y es muy

fans enloquecen con William ...
publicada el 18 abril, 2023



"Si quieres las políticas de Ayuso



...

2023



Todo lo que puedes hacer en ...
publicada el 12 abril, 2023



El PP Móstoles confirma su lista ...
publicada el 26 abril, 2023



La «diputada Shakira» compite por un ...
publicada el 25 abril, 2023

2023



Mónica García se compromete a construir ...
publicada el 10 abril, 2023

2023



Qué es la responsabilidad afectiva y ...
publicada el 6 abril, 2023

2023



Rutas con encanto: Los cerezos en ...
publicada el 26 abril, 2023



Regalos originales para el Día de ...
publicada el 28 abril, 2023



saludable porque acelera el ritmo cardíaco y aumenta el aporte de oxígeno al cerebro, un órgano que tiene funciones muy diversas, entre ellas el procesado de la risa y el humor», señala.

Reír a carcajadas es uno de los grandes placeres de la vida.


Además, diversos estudios afirman que **las personas risueñas tienen un 40% menos de problemas vasculares** y viven 4 años y medio más de media. De hecho, reír activa hasta 400 músculos del cuerpo, jugando un importante papel para la liberación de hormonas como la serotonina, la dopamina o la oxitocina; sustancias que combaten la depresión y el estrés y juegan un importante papel en nuestro estado de ánimo.



Reír sienta bien, ya sea a carcajadas con amigos o tímidamente con una comedia de Netflix.

¿Cuáles son los beneficios de reír?

La risa es una expresión momentánea y genuina que **nos ayuda a liberar el estrés acumulado y pensar en positivo. Técnicas como la risoterapia o los “payasos de hospital” basan su efecto terapéutico en la risa.** Son utilizadas ante situaciones difíciles para mejorar el estado de ánimo de los pacientes. Entre los beneficios que la risa tiene para nuestro cuerpo y mente:

- Los pensamientos negativos pueden afectar a nuestro organismo generando estrés y disminuyendo nuestra capacidad inmunológica. Los expertos afirman que **reír mejora nuestro sistema inmunológico**; ya que generamos anticuerpos que luchan contra enfermedades; **Suscríbete a nuestra Newsletter**  **via nuestra carga mental.**



- **Alivia la tensión y el dolor**, siendo un analgésico natural que libera endorfinas que calman nuestro estrés. También, permite una mejor recuperación en caso de padecer patologías, ya que afrontamos las situaciones difíciles con una actitud más positiva. La risa transforma una situación complicada en una más llevadera y nos ayuda a mejorar nuestra actitud y energía
- **Refuerza nuestras relaciones con los demás, eleva nuestra autoestima y aumenta nuestra satisfacción personal.** La risa nos permite expresar nuestras emociones con buen humor, siendo una excelente herramienta para conectarnos con otras personas.
- La risa nos hace más amigables y positivos y En el plano orgánico, se ha demostrado que reír **aumenta la capacidad pulmonar** ya que cogemos el doble de aire con cada carcajada, provocando una mayor oxigenación de la piel y otros tejidos. Asimismo, **reduce la probabilidad de sufrir problemas cardiovasculares**, ya que se asocia a una disminución de la presión arterial. Incluso **mejora la digestión** aliviando el estreñimiento y **favorece la relajación de los músculos** en tensión.

Reír y priorizar el buen humor nos ayuda a liberar tensiones y estrés, cambiar la actitud y a generar pensamientos positivos.

De hecho, **la risa es un lenguaje universal que podemos utilizar en todos los momentos de nuestra vida diaria.** Por ejemplo, en nuestras relaciones personales, en el trabajo, con nosotros mismos; ver fotografías para recordar historias graciosas con amigos o familia; volver a leer las felicitaciones de cumpleaños que hemos recibido; ver películas o programas de TV cómicos; ojear libros o revistas divertidos; disfrutar de monólogos y clubs de comedia; o escuchar podcasts graciosos que aporten un toque de humor adicional a nuestro día a día.

Encuentra la manera de reír a la vida y observa como el estrés comienza a desaparecer **¡Sácale provecho a algo tan sencillo como reír!**

Suscríbete a nuestra Newsletter 





Neurociencias: una mirada distinta, con Jordi Montero Homs



Escuela Platense...

318 suscriptores

Suscribirse



3



Compartir



42 visualizaciones hace 17 horas #escuelaplatense #compartiendo_espacios

★ Conversamos con Jordi sobre temas de neurociencias en relación a la conexión cuerpo-mente: el enigma del libre albedrío, las emociones como mecanismo de defensa, el dolor crónico y otros descubrimientos y confirmaciones gracias a los avances en neurociencias. **Mostrar más**

Todos

Neurociencia

Conversaciones

Relacionados

Subidas recientes



Eurovision Song Contest voting rules explained | Liverpool 2023 |


#UnitedByMusic  

Eurovision Song Contest 

52 K visualizaciones · hace 19 horas

Nuevo

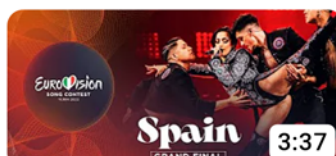


 United Kingdom First Rehearsal (REACTION) Mae Muller "I Wrote A Song" @ Eurovision 2023

wiwibloggs 

7,5 K visualizaciones · hace 12 horas

Nuevo



Chanel - SloMo - LIVE - Spain  - Grand Final - Eurovision 2022

Eurovision Song Contest 

31 M de visualizaciones · hace 11 meses