



▼ Categorías

Buscar ...

**21NOTICIAS**

La periodontitis aumenta el riesgo de desarrollar ictus y alzhéimer

24/05/2023

Redacción Nacional

[Deja un comentario](#)

El



investigador del IDIS, Yago Leira, coordina un estudio que relaciona la infección de las encías con la enfermedad cerebrovascular y la demencia

La periodontitis aumenta el riesgo de padecer ictus isquémico y demencia de tipo Alzhéimer. El grupo de trabajo de la Sociedad Española de Periodoncia (SEPA) y la Sociedad Española de Neurología (SEN), coordinado por Yago Leira Feijóo, periodoncista e investigador del IDIS, ha presentado un informe científico que pone de manifiesto la inflamación crónica y persistente que provoca la infección bucal como una de las causas de estas graves dolencias.

Los últimos avances científicos han permitido conocer el vínculo existente entre la salud oral y estas dos enfermedades. “Las personas con periodontitis pueden tener casi el doble de riesgo de padecer alzhéimer y el triple de sufrir un ictus isquémico”, señala el doctor Yago Leira, coordinador del grupo SEPA-SEN. De todas las enfermedades neurológicas que se han analizado, la enfermedad cerebrovascular y la demencia son las dos sobre las que existe una mayor evidencia científica en su relación con la infección de las encías.

La enfermedad periodontal se trata de una grave infección de

[Privacidad](#)**21noticias**



▼ Categorías

que puede llegar a destruir el hueso. “Es muy frecuente entre la población adulta, se estima que 8 de cada 10 españoles tienen algún grado de esta dolencia”, explica el investigador. Por tanto, marcadores de riesgo como la periodontitis “son de gran ayuda para evitar, reducir o minimizar el impactos de este tipo de desórdenes neurológicos”, en palabras de Leira, que acarrear graves consecuencias en el organismo.

La inflamación persistente como posible hipótesis

Según los estudios epidemiológicos, las sospechas giran entorno a la inflamación crónica en el organismo que desencadenaría graves secuelas, como alzhéimer e ictus. Esta inflamación persistente en las encías termina provocando consecuencias negativas a nivel neurológico, además de atacar a órganos diana que comprometen la salud cardiovascular o la diabetes.

En el ictus, la periodontitis desencadenaría un estado protrombótico de hipercoagulabilidad y de disfunción del endotelio vascular que aumenta el riesgo de trombosis cerebral, como respuesta inmunoinflamatoria crónica. En el caso del alzhéimer, la inflamación persistente a bajo grado y las bacterias que se producen durante la infección, contribuyen al proceso neurodegenerativo y disfunción cognitiva característicos de esta patología neurológica.



Categoría: CIENCIA, SALUD **Etiquetas:** alzheimer, ictus, idis, medicina, periodontitis

« O Grupo Socialista denuncia no Parlamento que a TVG “agocha” nos telexornais as noticias sobre as infraccións penais de Baltar ao volante do vehículo oficial da Deputación Mil Ríos Barrica Garnacha obtiene su segunda medalla de oro en el Concurso Mundial de Bruselas 2023 »

Deja una respuesta

Tu dirección de correo electrónico no será publicada. Los campos obligatorios están marcados con *

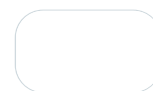
Comentario *



de
@21No
ticiasCo
m

21 · 41min

Vilalba
Aberta
aposta por
cambiar o
sentido
circulatorio
imposto na
Rúa da
Pravia se
governa
[21noticias.c
om/2023/05
/vilalb...](https://21noticias.com/2023/05/vilalb...)



Vilalba Aberta
y 3 más



Actualizado 24 May 2023 11:39

Elige tu emisora

 Media Jornada

Sociedad

Villena ilumina de naranja el campanario de la Iglesia de Santa María en conmemoración del día Nacional de la Epilepsia

La Asociación Nacional de Personas con Epilepsia-ANPE organiza la campaña 'Ilumina de Naranja por la Epilepsia' para sensibilizar y difundir recomendaciones de seguridad ante eventuales crisis



Iglesia de Santa María. Villena / Foto. A

0 comentarios

F. Tomás | Redacción [Radio Villena](#) 24/05/2023 - 10:36 h CEST



Cadena SER Directo

Hoy por Hoy, desde León Àngels Barceló

ha informado la edil de Turismo, Paula García. La propuesta, que coincide con el Día Nacional de esta enfermedad, trata de sumar municipios emblemáticos de diferentes municipios de España como actividad de sensibilización e información sobre recomendaciones de seguridad para atender casos de brotes epilépticos.

García ha explicado que "el Ayuntamiento de Villena se suma a toda iniciativa de interés y valor social, especialmente con aquellos colectivos con mayores dificultades y que necesitan explicar la realidad de las cosas y mejorar la visión social que se tiene de ellas, como es el caso de la epilepsia". Desde su punto de vista, "lo que proponemos es un grano de arena más en una acción colectiva que debe sumar paulatinamente a más personas".

Se calcula que el 3% de la población española sufre epilepsia, con unos 20.000 casos nuevos anuales. En la actualidad, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) hay casi 400.000 casos, de los cuales un 25% son menores.

Iglesia de Santa María / Foto. A

Recomendaciones básicas

La Asociación Nacional de Personas con Epilepsia difunde una serie de pautas básicas para atender con seguridad a una persona con una crisis epiléptica. Los siete puntos esenciales son mantener la calma, no introducir nada en la boca del afectado y no sujetar a la persona que está sufriendo la crisis. En la medida de lo posible, se recomienda colocar a la persona en una posición segura con algo blando bajo la cabeza, aflojar la ropa y asegurar que pueda respirar con normalidad, retirar de su alcance objetos que le puedan generar lesiones y avisar al 112 en caso de que la situación se extienda más allá de los cinco minutos.

Departamento de Comunicación

Ayuntamiento de Villena

Cómo actuar ante un caso de epilepsia / Picasa

Villena

Salud

3

Mostrar comentarios

Lo más leído

La valentía de Baraja y las mentiras de Ancelotti

22/05/2023

Detenidos tres aficionados del Valencia por los insultos racistas a Vinicius

Ayer

Los examinados en las oposiciones de justicia celebradas en València este fin de semana piden que se impugne la prueba y que se repita

El lunes

También en la web

¿Sólo €50 para tener todos los canales de televisión? Ahora es posible

Tech World

Tu seguro de decesos desde 3€/Mes

El Comparador Seguro

Si quieres matar el tiempo en tu PC, este juego vintage es imprescindible. Sin instalación.

Elvenar

Juega ahora



Cadena SER

Directo

Hoy por Hoy, desde León Àngels Barceló

Buscar los mejores productos...



TECNOLOGÍA

El masajeador de ojos que enamoró a Leo Harlem en 'El Hormiguero', con un 37% de descuento



★★★★★ (1 votos: 5,00 de 5)

R. Gómez

Artículo actualizado el **miércoles 24 de mayo de 2023**

Anti tecnología. Así es como se declaró abiertamente el humorista y actor **Leo Harlem** este pasado lunes en 'El Hormiguero', el access prime time de Antena 3 presentado por Pablo Motos.

El leonés acudió al espacio de la primera cadena de Atresmedia para presentar su

nueva película *'Como Dios manda'*, donde confesó no ser muy fan de las nuevas tecnologías. Tal es su 'odio', que ha mostrado cual es su móvil actual. Y no, no se trata de un smartphome de última tecnología.

Por ello, desde **'El Hormiguero'** han querido hacerle un regalo muy especial que, según ha señalado Motos, le va a «cambiar la vida». Se trata de un masajeador de ojos de la marca RENPHO, cuya función principal es aliviar la tensión ocular y mejorar el sueño.

Así es el masajeador de ojos de Leo Harlem

Este dispositivo está pensado para aliviar la tensión ocular. Cuenta con un sistema de calefacción y presión oscilante que ayuda a relajar la zona. Mejora la fatiga cular, la hinchazón, y los dolores de cabeza. Si lo usas antes de ir a dormir te ayudará a conciliar el sueño más fácilmente, lo que también puede reducir las crisis de migraña. Cuenta con altavoces integrados y bluetooth.

Se debe utilizar durante 15 minutos antes de acostarse. Eso sí, no está recomendado para aquellos pacientes que se han sometido a una operación ocular, afección de la retina, cataratas, glaucoma, etc.

Especialmente indicado para personas que sufren recurrentemente migraña, una de las cefaleas primarias más habituales. Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) en España la padecen alrededor de 5 millones de personas. Y también sequedad ocular. Los síntomas más habituales de **ojo seco** son molestias como sensación de arenilla, tener un cuerpo extraño, notar cierto ardor... Y son más frecuentes a primera y última hora del día.

REBAJAS



**RENPHO Eyeris 1 masajeador de ojos, con calor compresión de aire pres
masaje vibratorio,Plegable masajeador ocular para aliviar la tensión ocular
Ojos secos Mejorar el sueño regalo dia de la madre**

~~89,99 EUR~~

-21,00 EUR

68,99 EUR

Precios con IVA sin transporte. Última actualización el 2023-05-17 at 04:41

Cuenta con altavoces integrados y sonidos pregrabados para mejorar la relación. Incluso se puede conectar a través de bluetooth para reproducir tus propias listas de música. Y es que, está demostrado que la música reduce la ansiedad y el estrés, mientras que mejora la comunicación.

El masajeador de ojos RENPHO tiene 5 modos de uso, con un temporizador automático de 15 minutos y una batería de larga duración: 120 minutos. Teniendo en cuenta que se va a usar únicamente durante 15 minutos al día, tiene una vida útil de casi 10 días.

REBAJAS



RENPHO Eyeris 1 masajeador de ojos, con calor compresión de aire presión masaje vibratorio, Plegable masajeador ocular para aliviar la tensión ocular Ojos secos Mejorar el sueño regalo día de la madre

~~89,99 EUR~~

-21,00 EUR

68,99 EUR

Precios con IVA sin transporte. Última actualización el 2023-05-17 at 04:41

Más de 22.000 valoraciones

Los usuarios que han probado este masajeador de ojos destacan de él que es fácil de usar, con estilo y buena relación calidad-precio. De hecho, es el número 1 en ventas en Amazon y tiene 4,2 sobre 5 estrellas.

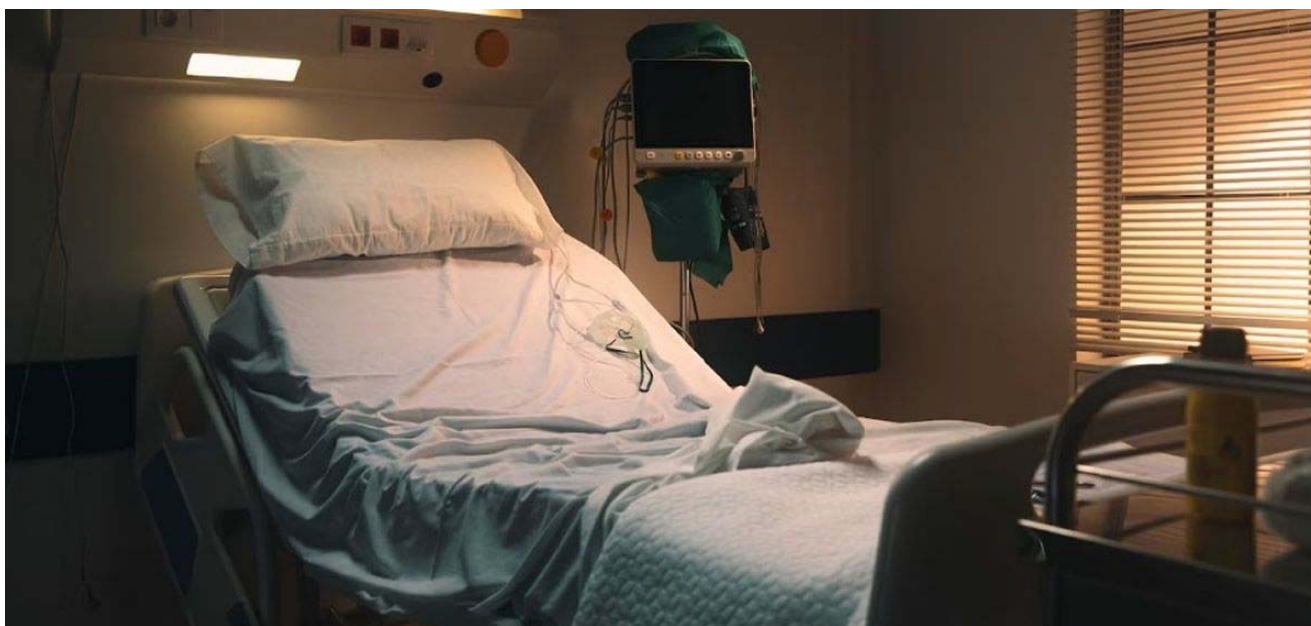


HOME > PACIENTES

DOLOR CRÓNICO

Las Unidades de Dolor cambian vidas, pero son de difícil acceso: "Los fármacos ya no me sirven"

Se trata de una unidad especializada en el manejo y tratamiento de todo tipo de cuadros dolorosos complejos, especialmente aquellos resistentes a tratamiento convencional



Habitación hospital (Foto: Freepik)

3 min

24.05.2023 - 13:00

Franc ha cumplido el sueño de su vida. Aunque suene raro, deseaba ir a una **Unidad de Dolor**. Desde hace **más de 10 años vive** con **dolor crónico** debido a su **trastorno neurológico funcional**. "He llegado a tener más de 21 cólicos renales al año. He tenido también dos **ictus** y vivo con dolor constante. **El dolor crónico me ha destrozado completamente**", cuenta a **Consalud.es**.

Según los últimos datos publicados, se calcula que en Europa el dolor crónico afecta al **20% de la población**. En España, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), un **32%** de la población mayor de 18 años padece algún tipo de dolor y **11%** que lo padece de manera crónica, es decir, sufre al menos un cuadro de dolor que dura más de seis meses. Es más, un 5% de la población adulta manifiesta dolor diariamente.

En España, hay unas **290 Unidades de Dolor** en diferentes comunidades que tratan a miles de pacientes. Son fundamentales para estos, ya que les ayuda a **reducir la intensidad del dolor** y, básicamente, les ayudan a tener una vida mejor. Para profundizar un poco más sobre ellas, Franc detalla que "son súper importantes **por la forma en la que tratan el dolor**". En ella te pueden tratar problemas físicos como **mentales**.

"Durante años me he medicado con diferentes fármacos, pero ya no me sirven de nada"

"La parte psicológica de la Unidad del Dolor es muy buena. Pero, he llegado he llegado a un punto muy alto con la medicación y tiene que ser esta área quien me lo controle todo. Además, en mi caso, necesito la **atención de diferentes especialistas** para poder mejorar mi calidad de vida: neurólogos, **psiquiatras**, psicólogos, médicos rehabilitadores y fisioterapeutas", cuenta.

Normalmente, estas unidades están coordinadas por un médico anestesiólogo **especialista en el tratamiento del dolor** y se establece un plan de tratamiento en el que podrán **intervenir otros especialistas** como son los neurocirujanos, traumatólogos, rehabilitadores, fisioterapeutas, reumatólogos, oncólogos, psicólogos, psiquiatras o médicos de **Atención Primaria**.

En ella, acuden pacientes con problemas de columna, como la lumbalgia, o aquellos que tienen dolor neuropático, fibromialgia o con molestias severas por **artritis** o artrosis más frecuentemente en columna, hombros, caderas o rodillas. El problema está en que hay pocos medios para todos aquellos pacientes que necesitan recurrir a ella. Franc tiene cita para esa área, pero para el próximo año. Sin embargo, él tiene claro que **"la culpa no es de los sanitarios"**. Pero él, no puede más.

"Tengo allegados que sí se han sentido más aliviados y han estado sin dolor durante meses, pero no es mi caso"

En su caso, Fran solo ha podido acceder a la parte psicológica. Antes de la **pandemia**, le aseguraron que le llamarían de forma urgente, pero por los hechos acontecidos, **ese aviso llegó más tarde**. Por eso, el ahora mismo solo puede hablar de la parte en donde le han tratado: en la sección de psicología.

"Mi problema ahora mismo es el dolor que tengo en el brazo. Y durante años me he medicado con diferentes fármacos, pero ya no me sirven de nada. Yo era policía nacional y me encantaba mi trabajo. Era una persona activa, me gustaba hacer deporte, quería seguir ascendiendo... Pero tuve que dejarlo por mi enfermedad. He tirado para delante todos estos el dolor. Me han abierto en canal para operarme del corazón, también por los dos ictus que he sufrido y **yo seguía adelante con mi vida**", relata emocionado Franc.

Lo cierto, es que cuando se le pregunta a Franc si para él ha habido un antes y un después tras acudir a esta unidad su respuesta es clara: **"no"**. "Tengo allegados que sí se han sentido más aliviados y **han estado sin dolor durante meses**, pero no es mi caso", detalla. Ahora tiene la esperanza de que la próxima vez que acuda a ella, pueda sentirse mejor. "El dolor no se quita, pero puedes aliviarlo".

Porque salud necesitamos todos... **ConSalud.es**

Te puede gustar

Enlaces Promovidos por Taboola

Tu página Web diseñada para empezar a convertir ya

Acespack

Reservar Ahora

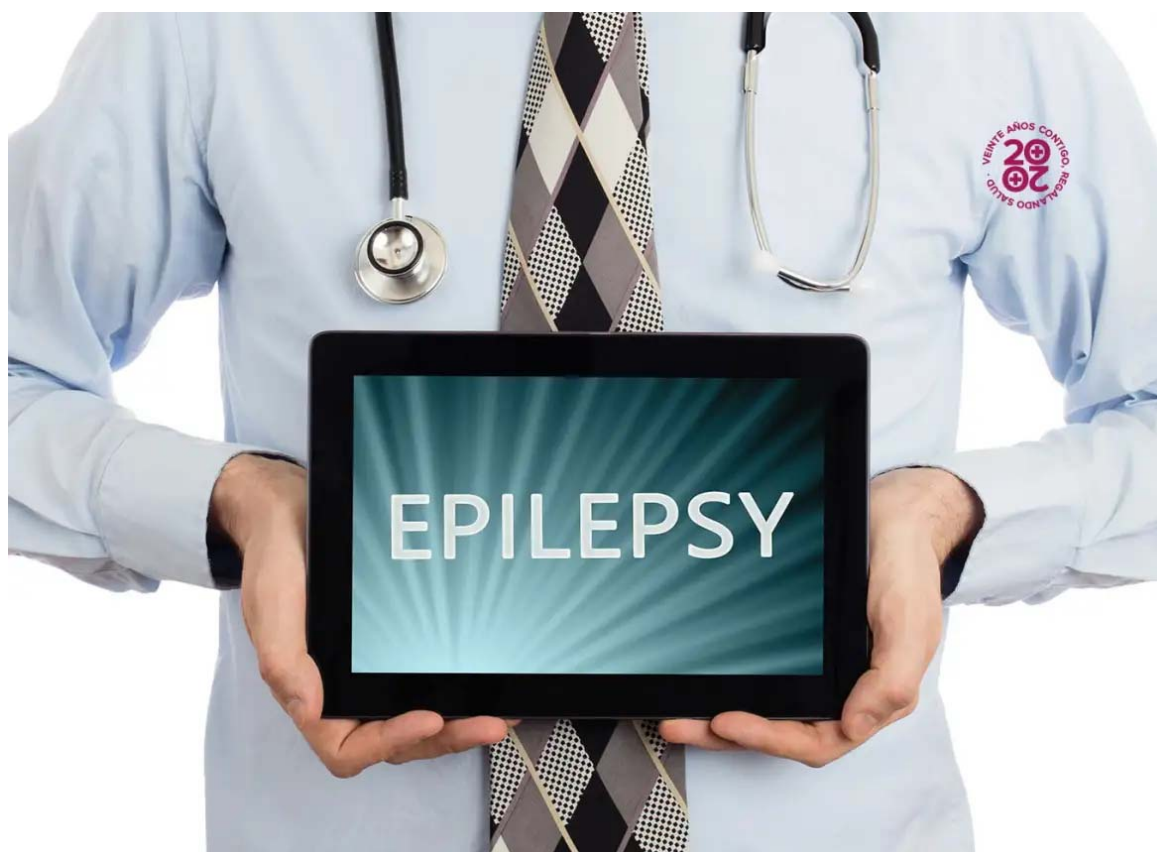
ENFERMEDADES

Epilepsia: los neurólogos insisten en la necesidad de implantar en toda España un 'Código Crisis'

Los pacientes tendrán un mejor pronóstico cuanto antes se trate su crisis.



por Redacción Consejos
3 horas antes



Desde el año 2006, cada 24 de mayo se conmemora en España el **Día Nacional de la Epilepsia** con el objetivo de concienciar sobre esta enfermedad que es el trastorno neurológico más frecuente en niños, además de la tercera enfermedad neurológica más prevalente en España. La **Sociedad Española de Neurología (SEN)** estima que más de **400.000 personas padecen epilepsia en España**, de los cuales, unos

100.000 corresponderían a casos en niños.

“Una persona padece epilepsia cuando ha tenido dos o más crisis epilépticas. Y se denomina crisis epiléptica a cualquier episodio neurológico generado por una excesiva actividad eléctrica de las neuronas cerebrales”, explica el Dr. Juan José Poza, Coordinador del Grupo de Estudio de Epilepsia de la Sociedad Española de Neurología. “Dependiendo de la parte del cerebro que se vea afectada por esta actividad eléctrica excesiva, las crisis pueden tener distintas presentaciones. Se han clasificado más de 30 tipos de crisis epilépticas, que pueden ir desde alteraciones breves del movimiento, de la memoria, de los sentidos, a alteraciones del nivel de conciencia con desconexión del medio, contracciones musculares o convulsiones prolongadas y graves. Aunque generalmente podemos decir que fundamentalmente existen dos tipos de crisis epilépticas: las crisis generalizadas, cuando afecta a toda la corteza cerebral, y las crisis parciales o focales cuando afecta a un grupo específico de neuronas cerebrales”.

Según datos de la SEN, cada año se diagnostican en España unos 20.000 nuevos casos de esta enfermedad, principalmente en niños y personas mayores de 65 años. Aunque en los últimos años, distintos estudios europeos están mostrando un descenso en la incidencia de epilepsia de nuevo inicio en niños, frente un aumento significativo en el grupo de las personas mayores de 65 años. En todo caso, las **causas de esta enfermedad** en estos dos grupos poblacionales suele ser diferente: **mientras que en niños suele ir ligada a alteraciones del desarrollo cerebral y/o a causas genéticas; en edades más avanzadas es más común que se asocie a causas degenerativas o como consecuencia de problemas vasculares, ictus, tumores o traumatismos.** No obstante, y a pesar de que en los últimos años de han dado grandes avances en el campo del diagnóstico de esta enfermedad, en entre el 25 y el 40% de nuevos casos de epilepsia, sobre todo en personas adultas, no se ha conseguido identificar la causa exacta detrás de esta enfermedad.

“Además, no todos los pacientes pueden acceder con facilidad a las técnicas diagnósticas, ya que su acceso es desigual en el territorio nacional. Esto, unido al hecho de que hasta un 25% de las crisis pueden pasar inadvertidas tanto por los pacientes como por sus familiares, o incluso por parte del personal sanitario, dificulta los tiempos de diagnóstico. Actualmente, el retraso en el diagnóstico de esta patología pueda alcanzar los 10 años, lo que hace que exista un importante porcentaje de pacientes aún sin diagnosticar. Y, por otra parte, el número de diagnósticos falsos positivos en esta enfermedad podría llegar hasta al 18%, lo que es sorprendentemente alto”, señala el Dr. Juan José Poza. “Hay que tener en cuenta que padecer una convulsión no significa que se padezca epilepsia. Hasta el 10% de

la población tendrá una convulsión a lo largo de la vida, pero solo un 3% de la población española padecerá epilepsia”.

Para enviar estos errores y retrasos diagnósticos, desde la SEN se insiste en la **necesidad de realizar pruebas diagnósticas a todos los pacientes sospechosos** de padecer esta enfermedad, principalmente una monitorización video-EEG prolongada, como primer paso para un correcto tratamiento de la epilepsia.

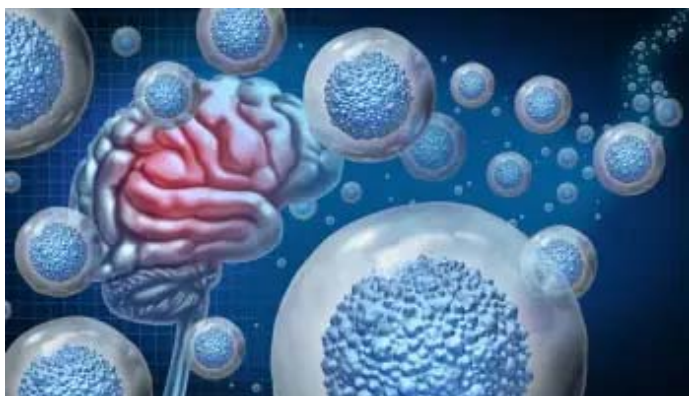
En las últimas décadas ha aumentado considerablemente las posibilidades de tratamiento de esta enfermedad. **No solo ha aumentado considerablemente el número de fármacos antiepilépticos disponibles**, que ha permitido que cerca de un 70% de los pacientes puedan controlar sus crisis, sino que aproximadamente un 5% de los pacientes con epilepsia también pueden beneficiarse del **tratamiento quirúrgico**. Sin embargo, alrededor de un 30% de los pacientes son farmacorresistentes y verán comprometida seriamente su calidad de vida. No en vano, la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** señala que la epilepsia es la segunda enfermedad neurológica en años de vida potencialmente perdidos o vividos con discapacidad. En Europa se calcula, además, que el 50% de los pacientes viven estigmatizados, que su expectativa de vida se ve reducida entre 2 y 10 años y que su tasa de mortalidad es 2-3 veces mayor que la de la población general. Además, el 60% de los pacientes europeos asocian otras comorbilidades como trastornos psiquiátricos, neurológicos o intelectuales.

Por otra parte, las crisis epilépticas son un motivo de ingreso frecuente en los servicios de Urgencias. Suponen en la actualidad entre el 1 y 3% del total de ingresos anuales y es, después del ictus, la segunda causa de atención neurológica en Urgencias. Además, los ingresos por crisis epilépticas tienen una morbimortalidad relevante, bien porque pueden ser consecuencia directa de alguna causa potencialmente grave (como traumatismos, ictus, meningoencefalitis...) o a complicaciones como el estatus epiléptico. El estado epiléptico es una emergencia neurológica que representa aproximadamente el 10% de crisis epilépticas urgentes y se asocia una mortalidad del 20% a corto plazo.

*“Por esa razón, desde la SEN, llevamos años trabajando con el objetivo de que se implante en todo el territorio nacional un ‘Código Crisis’, similar al ‘Código Ictus’. Las crisis epilépticas urgentes requieren de una **actuación diagnóstico-terapéutica precoz y precisa por parte de personal habituado al manejo de esta enfermedad, porque es una enfermedad tiempo-dependiente, es decir, que los pacientes tendrán un mejor pronóstico cuanto antes se trate su crisis, y porque la sensibilidad de las pruebas diagnósticas, como el EEG, es mayor en las primeras***

horas tras producirse una crisis”, destaca el Dr. Juan José Poza.

Estas noticias también te pueden interesar:



Epilepsia: más de 100.000 pacientes en España no responden al tratamiento

23 mayo, 2022



Día Internacional de la Epilepsia: para las formas farmacorresistentes existen opciones quirúrgicas y nuevos fármacos esperanzadores

13 febrero, 2023



Hasta un 50% de los pacientes con enfermedad neurológica también sufren depresión

16 noviembre, 2022

NOTICIAS

Un “Código Crisis” para actuar con rapidez en las crisis de epilepsia

Por **Helen Brujan** | Mayo 24, 2023



Con motivo del **Día Nacional de esta enfermedad**, hoy 24 de mayo, el coordinador del grupo de estudio de epilepsia de la Sociedad Española de Neurología (SEN), doctor Juan José Poza explica que una crisis de epilepsia es un episodio neurológico generado por una excesiva actividad eléctrica de las neuronas cerebrales.

Tipos de crisis de epilepsia

En función de **la parte del cerebro afectada por esa actividad eléctrica excesiva**, las crisis pueden presentarse de distintas maneras. De hecho, según el doctor Poza, se han clasificado más de 30 tipos que pueden ir desde las alteraciones breves del movimiento, de la memoria, de los sentidos hasta del nivel de conciencia con “desconexión del medio, contracciones musculares o convulsiones prolongadas y graves”.

No obstante, prosigue el experto, fundamentalmente hay dos tipos: las generalizadas, que son las que afectan a toda la corteza cerebral, y las parciales o focales, que implican a un grupo específico de neuronas cerebrales.

Según la SEN, más de 400.000 personas en España padecen epilepsia, de las que unas 100.000 son niños. De hecho, se trata del trastorno neurológico más frecuente en niños y la tercera enfermedad neurológica más prevalente.

Retraso en el diagnóstico



Los expertos lamentan la desigualdad en el acceso a las técnicas diagnósticas en función del territorio. **Esto unido a que las crisis de epilepsia pueden pasar inadvertidas hasta en el 25 % de los casos, tanto por los pacientes como por los familiares e incluso por parte del personal sanitario, "dificulta los tiempos de diagnóstico".**

En este sentido, la SEN **indica que el retraso en el diagnóstico puede demorar hasta diez años.**

"Hay que tener en cuenta que padecer una convulsión no significa que se padezca epilepsia. Hasta el 10 % de la población tendrá una convulsión a lo largo de la vida, pero solo un 5 % padecerá epilepsia", expresó el doctor Juan José Poza.

La rapidez es clave

"Por esa razón, desde la SEN, llevamos años trabajando con el objetivo de que se implante en todo el territorio nacional un 'Código Crisis', similar al 'Código Ictus'", sostiene el doctor.

El **"Código Ictus" fue diseñado con el fin de identificar, notificar y trasladar lo antes posible a los pacientes con ictus a los servicios de urgencias.** Si un paciente que sufre un ictus es atendido por un neurólogo en las primeras horas, la probabilidad de fallecer o quedar con una discapacidad grave se reduce a la mitad.

En el caso de las **crisis de epilepsia urgentes necesitan una actuación diagnóstico-terapéutica "precoz y precisa"** por parte del personal sanitario que está habituado al manejo de la enfermedad.

TEMAS:

CÓDIGO CRISIS

DÍA INTERNACIONAL DE LA EPILEPSIA

No te pierdas una noticia, [suscríbete](#) gratis para recibir DiarioSalud en tu correo, [siguenos en Facebook](#), [Instagram](#), [Twitter](#), [LinkedIn](#), [telegram](#) y [Youtube](#)



Helen Brujan

Publicidad

Publicidad

- PORTADA
- SANIDAD
- PROTAGONISTAS
- COLEGIOS
- UNIVERSIDAD
- OPOSICIONES
- PACIENTES
- PROVINCIA
- REGIÓN
- OPINIÓN
- CONTACTO



de las crisis epilépticas, sino también el tratamiento de las comorbilidades asociadas, como los problemas cognitivos, conductuales, motores o del sueño. Además, es fundamental ofrecer un apoyo psicológico y social tanto a los pacientes como a sus cuidadores y familiares, que sufren un gran estrés y aislamiento”.



“A menudo se enfrentan a la incomprensión, el rechazo o la discriminación por parte de su entorno”

Aibar destaca también la necesidad de seguir concienciando sobre la epilepsia y más concretamente sobre el síndrome de Dravet. “Las personas con epilepsia y síndrome de Dravet sufren un estigma social que les dificulta su integración y su desarrollo personal. A menudo se enfrentan a la incomprensión, el rechazo o la discriminación por parte de su entorno. Asimismo, tienen problemas para recibir una educación adaptada a sus necesidades, que les permita potenciar sus capacidades y su autonomía. Por todo ello, es importante concienciar sobre la epilepsia y el síndrome de Dravet, para visibilizar estas enfermedades y sensibilizar a la sociedad sobre los retos y dificultades que enfrentan los pacientes y sus familias”.

**Apoyamos a las PERSONAS y a las FAMILIAS
Influimos en la SOCIEDAD**

Asociación para la Atención de Personas con Discapacidad Intelectual o del Desarrollo y sus Familias de la provincia de Albacete

ASPRONA
Plena
inclusión
Castilla
La Mancha

Uno de cada 16.000

El Síndrome de Dravet, también llamado epilepsia mioclónica severa de la infancia, afecta a uno de cada 16.000 nacimientos, por lo que se considera una enfermedad rara, y tiene una tasa de mortalidad de alrededor del 15 por ciento. Se origina por la mutación de un gen, el SCN1A, y comienza a manifestarse en el primer año de vida del niño, con crisis desencadenadas por fiebre seguida de una epilepsia resistente a los fármacos. Además, ocasiona graves retrasos cognitivos, motores y del habla, así como problemas conductuales.

Hemeroteca



El SOS de las madres de Adrián, un niño con epilepsia

Apelan a la Consejería de Sanidad de Castilla-La Mancha.

Diario Sanitario

3



Carmen Picazo
VOTA

CATEGORÍAS

Elegir la categoría

BIBLIOTERAPIA



PP ALBACETE ENTRE TODOS

VOTA A **Manuel Serrano**
Candidato a la Alcaldía

28M

SE BUSCAN

¿Preparados para el buen tiempo?

FERIMOTOR

XXIII Feria del Automóvil Nuevo, Usado y de Ocasión
ALBACETE
25, 26, 27 y 28 de MAYO de 2023

www.fab.org

Cita previa

seg-cam Castilla-La Mancha

Farmacias de guardia
en Castilla - La Mancha

DIARIO SANITARIO

Receta saludable

loteria11ab.com

ÚLTIMA HORA

VIDEO | Detenida en el aeropuerto de Alicante por camuflar droga con un insólito método: dentro de una videoconsola

DESTACADOS

Las tormentas de norte a sur en la Comunitat Valenciana activan la alerta amarilla este jueves

Elecciones 28M
Villena

Elecciones 28M
CV

Elecciones 28M
Castellón

Elecciones 28M
Valencia

Elecciones 28M
Alicante

VILLENA | SOCIEDAD

Villena ilumina de naranja el campanario de la Iglesia de Santa María en conmemoración del día Nacional de la Epilepsia

ELPERIODIC.COM - 24/05/2023



- La Asociación Nacional de Personas con Epilepsia-ANPE organiza la campaña 'Ilumina de Naranja por la Epilepsia' para sensibilizar y difundir recomendaciones de seguridad ante eventuales crisis

Santa Marí, según ha informado la edil de Turismo, Paula García. La propuesta, que coincide con el Día Nacional de esta enfermedad, trata de sumar municipios emblemáticos de diferentes municipios de España como actividad de sensibilización e información sobre recomendaciones de seguridad para atender casos de brotes epilépticos.

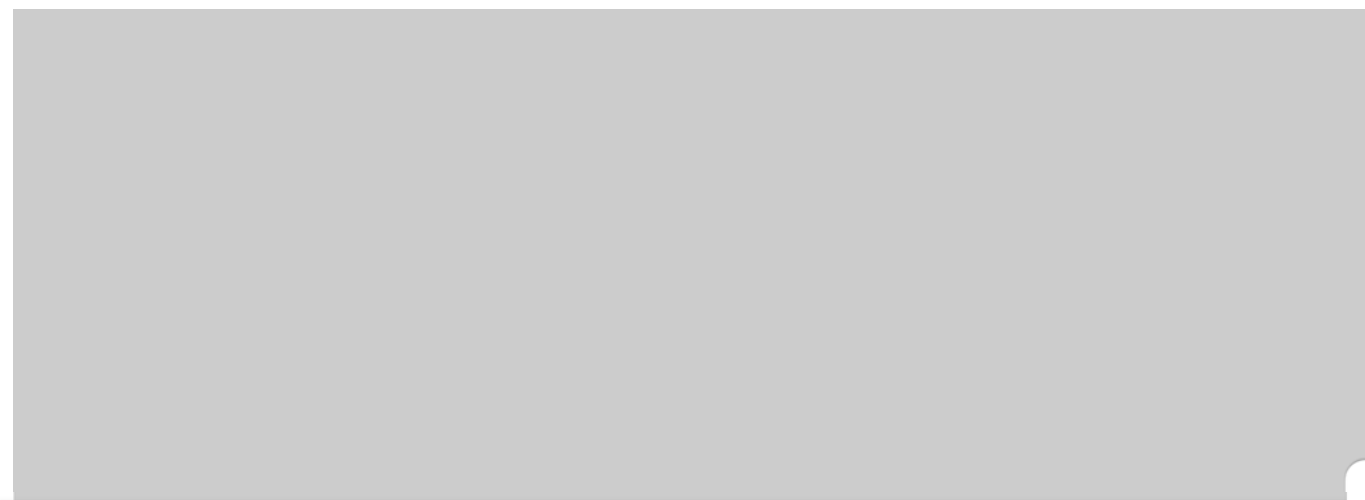
García ha explicado que “el Ayuntamiento de Villena se suma a toda iniciativa de interés y valor social, especialmente con aquellos colectivos con mayores dificultades y que necesitan explicar la realidad de las cosas y mejorar la visión social que se tiene de ellas, como es el caso de la epilepsia”. Desde su punto de vista, “lo que proponemos es un grano de arena más en una acción colectiva que debe sumar paulatinamente a más personas”.

Se calcula que el 3% de la población española sufre epilepsia, con unos 20.000 casos nuevos anuales. En la actualidad, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) hay casi 400.000 casos, de los cuales un 25% son menores.

Recomendaciones básicas

La Asociación Nacional de Personas con Epilepsia difunde una serie de pautas básicas para atender con seguridad a una persona con una crisis epiléptica. Los siete puntos esenciales son mantener la calma, no introducir nada en la boca del afectado y no sujetar a la persona que está sufriendo la crisis. En la medida de lo posible, se recomienda colocar a la persona en una posición segura con algo blando bajo la cabeza, aflojar la ropa y asegurar que pueda respirar con normalidad, retirar de su alcance objetos que le puedan generar lesiones y avisar al 112 en caso de que la situación se extienda más allá de los cinco minutos.

MÁS FOTOS



Una investigación de un doctor santiagués liga la periodontitis con el riesgo de padecer ictus isquémico o Alzheimer

Una investigación liderada por el doctor santiagués Yago Leira ha identificado que padecer periodontitis, una enfermedad que afecta a las encías, aumenta el riesgo de padecer ictus isquémico y demencia de tipo Alzheimer.



Europa Press | Miércoles, 24 de mayo de 2023, 17:06



0



ÚLTIMA HORA

Los precios industriales aumentan su caída al 4% en abril en Galicia

Cristina Fallarás y David Rodríguez debaten este jueves sobre la repercusión del 15M de la mano del CCG

La huelga en Avincis prevé una campaña contra incendios a medio gas: "No se [Mis preferencias](#)



helicópteros"

La Academia de Ciencias y la Diputación de Pontevedra organizan este jueves una jornada sobre el 'Big Data'

Una investigación liderada por el doctor santiagués Yago Leira ha identificado que padecer periodontitis, una enfermedad que afecta a las encías, aumenta el riesgo de padecer ictus isquémico y demencia de tipo Alzhéimer.

El estudio elaborado por la Sociedad Española de Periodoncia y la Sociedad Española de Neurología bajo la coordinación del periodoncista e investigador del IDIS ha relacionado que la inflamación crónica y persistente que provoca esta dolencia incrementa la posibilidad de padecer complicaciones neurológicas con el paso de los años.

"Las personas con periodontitis pueden tener casi el doble de riesgo de padecer alzhéimer y el triple de sufrir un ictus isquémico", ha señalado

Mis preferencias

el doctor Yago Leira, que ha incidido en que la enfermedad cerebrovascular y la demencia son las dos enfermedades sobre las que existe una mayor evidencia científica en su relación con la infección de las encías.

La periodontitis es una infección de las encías que daña el tejido blando alrededor de los dientes y que puede llegar a destruir el hueso. Según IDIS, se estima que pueden padecerlo ocho de cada diez españoles adultos.

Así pues, la investigación liderada por Leira apunta a que emplear como marcador de riesgo a pacientes de periodontitis "son de gran ayuda para evitar, reducir o minimizar el impactos de este tipo de desórdenes neurológicos".

Los estudios apuntan a la inflamación crónica como un desencadenante de consecuencias negativas a nivel neurológico que, además, puede terminar afectando a "órganos diana" que comprometen la salud cardiovascular o la diabetes.

En el ictus, la periodontitis desencadenaría un estado protrombótico de hipercoagulabilidad y de disfunción del endotelio vascular que aumenta el riesgo de trombosis cerebral, como respuesta inmunoinflamatoria crónica, según señalan los investigadores.

En el caso del alzhéimer, la inflamación persistente a bajo grado y las bacterias que se producen durante la infección, contribuyen al proceso neurodegenerativo y disfunción cognitiva.

LO MÁS LEÍDO

1 Largas retenciones en la AP-9 a su paso por Culleredo al caer una persona desde un paso elevado

2 Sindicatos mantienen la tercera jornada de huelga en el metal de Lugo al no haber acuerdo en la reunión con la patronal

3 Muere Tina Turner la 'Reina del Rock'n Roll'

4 La huelga en Avincis prevé una campaña contra incendios a medio gas: "No saldrán todos los helicópteros"

PUEDEN INTERESARTE



0

Una investigación de un doctor santiagués liga la periodontitis con el riesgo de padecer ictus isquémico o Alzheimer

Una investigación liderada por el doctor santiagués Yago Leira ha identificado que padecer periodontitis, una enfermedad que afecta a las encías, aumenta el riesgo de padecer ictus isquémico y demencia de tipo Alzheimer.

Por **Europa Press** - 24 mayo, 2023

Una investigación liderada por el doctor santiagués Yago Leira ha identificado que padecer periodontitis, una enfermedad que afecta a las encías, aumenta el riesgo de padecer ictus isquémico y demencia de tipo Alzheimer.

El estudio elaborado por la Sociedad Española de Periodoncia y la Sociedad Española de Neurología bajo la coordinación del periodoncista e investigador del IDIS ha relacionado que la inflamación crónica y persistente que provoca esta dolencia incrementa la posibilidad de padecer complicaciones neurológicas con el paso de los años.

«Las personas con periodontitis pueden tener casi el doble de riesgo de padecer alzhéimer y el triple de sufrir un ictus isquémico», ha señalado el doctor Yago Leira, que ha incidido en que la enfermedad cerebrovascular y la demencia son las dos enfermedades sobre las que existe una mayor evidencia científica en su relación con la infección de las encías.

La periodontitis es una infección de las encías que daña el tejido blando alrededor de los dientes y que puede llegar a destruir el hueso. Según IDIS, se estima que pueden padecerlo ocho de cada diez españoles adultos.

Así pues, la investigación liderada por Leira apunta a que emplear como marcador de riesgo a pacientes de periodontitis «son de gran ayuda para evitar, reducir o minimizar el impactos de este tipo de desórdenes neurológicos».

Los estudios apuntan a la inflamación crónica como un desencadenante de consecuencias negativas a nivel neurológico que, además, puede terminar afectando a «órganos diana» que comprometen la salud cardiovascular o la diabetes.

En el ictus, la periodontitis desencadenaría un estado protrombótico de hipercoagulabilidad y de disfunción del endotelio vascular que aumenta el riesgo de trombosis cerebral, como respuesta inmunoinflamatoria crónica, según señalan los investigadores.

En el caso del alzhéimer, la inflamación persistente a bajo grado y las bacterias que se producen durante la infección, contribuyen al proceso neurodegenerativo y disfunción cognitiva.

📍 Pau Claris, 184 Barcelona | ✉ info@grupotodoplano.es

📅 mayo 25, 2023 | ⌚ Última actualización: May 24, 2023 2:00 pm

Descanso

Bienestar

Hogar

Novedades

Tendencias

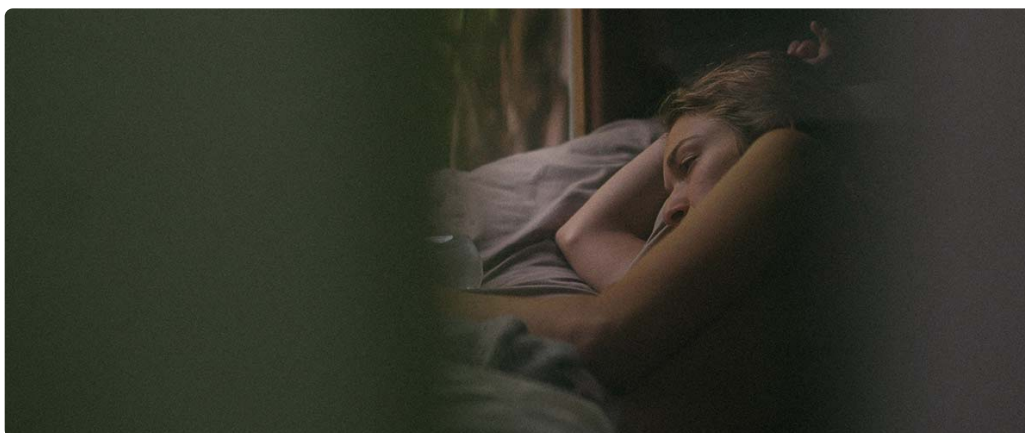


Grupo Todoplano > Blog test > Bienestar > **7 rutinas que te ayudarán a conciliar el sueño**

BIENESTAR DESCANSO HOGAR

7 rutinas que te ayudarán a conciliar el sueño

📅 MAYO 24, 2023 ⌚ 7 MINUTES READ



Incorporar rutinas a la hora de irnos a dormir es fundamental para conciliar el sueño y descansar

correctamente. Dormir es un privilegio que, a veces, damos por sentado. Para muchos, es una actividad diaria, que se lleva a cabo de forma natural. Pero para otros, puede ser una auténtica lucha.

Conseguir un sueño reparador nos permitirá afrontar nuestra vida con energía y lucidez, además de gozar de una óptima salud física y mental. Es común que, tanto el estrés como los trastornos del sueño, dificulten el proceso de irse a dormir y, por consecuencia, cueste descansar como es debido.

Cambio de hábitos para abordar el problema

Comenzar el día con una rutina marcada, que siempre tiene los mismos pasos, es una práctica muy común: ventilamos nuestra habitación, nos aseamos, desayunamos, nos vestimos... Hacer de despertar un ritual nos permite economizar mejor nuestro tiempo e irnos despegando la pereza.

Al ser una práctica muy eficaz por la mañana, la lógica nos dice que incorporar una rutina a la hora de irnos a dormir será igual de eficiente. Al final, las rutinas son las que nos brindan equilibrio y tranquilidad en nuestro día a día, elementos óptimos e indispensables cuando llega la hora de meterse en la cama.

La **Sociedad Española de Neurología** (SEN) estima que entre un 20% y un 48% de la población adulta sufre en algún momento dificultad para conciliar el sueño o

mantenerlo. Los problemas de insomnio puntual son tan comunes en la sociedad actual que tendemos a normalizarlos y eso agrava las consecuencias de un mal descanso.

Cuando dormir es un desafío, en vez de ser una recompensa, debemos afrontar la situación y buscarle solución. Los expertos en descanso de Grupo Todoplano te traen 7 rutinas que facilitarán el irte a dormir y conciliar el sueño.

7 rutinas para conciliar el sueño

1. Repite y vencerás

Seguro que has notado que cuando se acerca la hora de comer, tu cuerpo reacciona acorde: rugen las tripas, aparece la sensación de hambre... Eso es porque, normalmente, comemos en el mismo rango horario. Mantener esta rutina hace que, cuando se acerca el momento de comer, nuestro cuerpo lo sepa y se prepare. Con el sueño, pasa lo mismo.

El primer paso para que tu ritual de sueño funcione es la constancia. Para lograr que tu cuerpo se acostumbre a esta rutina, deberás repetirla todas las noches a la misma hora y siguiendo los mismos pasos. Si siempre te acuestas a una hora más o menos parecida, acostumbrarás a tu cuerpo a anticipar esta actividad y prepararse.

Crea una serie de pasos que seas capaz de repetir cada día, en el mismo orden: cierra puertas y ventanas, apaga

todas las luces, prepara tu ropa para el día siguiente, aséate, ponte el pijama, prepara el despertador... Una rutina distendida, pero marcada, ayudará a que tu cuerpo asocie estas actividades con irse a dormir y, poco a poco, irá relajándose.

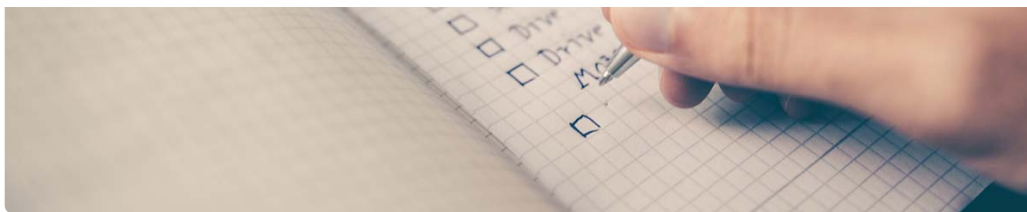
2. Haz una lista

El realizar una lista de tareas para el día siguiente aportará beneficios a tu descanso y a tu bienestar. Es una práctica que te llevará un máximo de 5 minutos y te proporcionará paz y la sensación de tenerlo “todo controlado”.

Esta práctica reducirá el estrés, ya que al anotar las tareas pendientes, liberamos a nuestra mente de la carga de olvidar algo importante. Así, notarás que tu estado de tranquilidad crece y tu angustia disminuye. También mejorará tu sueño, puesto que tu mente se sentirá más organizada y preparada para el día siguiente.

Presenta también beneficios de cara al día de mañana. Tendremos una productividad mayor, nuestras tareas ya estarán marcadas y evitaremos tener que “acordarnos en el momento”. Seremos más eficientes, efectivos y ordenados. Y es una oportunidad perfecta para que ambas rutinas, la de la noche y la de mañana, se encuentren.





Reduce tu estrés y afronta el mañana con más calma realizando una lista de tareas

3. Crea un ambiente agradable

Tener un ambiente perfecto para el descanso marcará un antes y un después en nuestra rutina de sueño. El ruido de fondo, el frío o el calor en exceso, o una luz muy potente, dificultará que nos quedemos dormidos. Intenta que tu dormitorio carezca de televisor, minimiza los ruidos, elige un pijama cómodo y consigue una temperatura agradable.

Usa la cama para dormir, únicamente. Utilizar la cama para estudiar, ver la tele, trabajar o comer, hace que tu cerebro, inconscientemente, relacione la cama con la actividad. La cama se convierte en un estímulo y, al acostarte, tu sistema nervioso se activará. Por eso, es necesario que tu dormitorio sea un oasis para el descanso y el relax.

El **protector de colchón Velfont Termo-regulador 3 capas** te permitirá crear el ambiente térmico ideal para tu descanso. Su estructura en 3 capas absorbe, almacena y libera el calor corporal. La cara exterior está confeccionada con tejido termo-regulador 100% algodón que crea una zona individual de confort, manteniendo un microclima constante, ni demasiado frío ni demasiado calor.

Puedes complementarlo con la **funda almohada Velfont® Termo Reguladora**, que garantiza la correcta circulación de aire, reacciona a la temperatura térmica corporal y actúa proporcionando una zona térmica individualizada. El **pack Kering B-Sensible** también es una excelente incorporación. Está compuesto por la **sábana bajera B-Sensible Naturzinc** y por la **funda de almohada B-Sensible Naturzinc**, ambas impermeables, transpirables, frescas y extremadamente suaves.

Por otro lado, la **almohada Viscoelástica Zynia Sport** brindará un adecuado apoyo para tu cabeza y el cuello, y los mantendrá correctamente alineados. Además, como cuenta con dos caras diferenciadas, una de algodón para el invierno y una con tejido cold para el verano, podrás conseguir siempre la temperatura perfecta, sin importar la estación.

4. Envía a tu cuerpo las señales adecuadas

Es importante que prepares tu cuerpo para ir a dormir, al menos 30 min antes de la hora prevista para acostarte. Como parte de esta preparación para el sueño, se incluye la rebaja progresiva del nivel de actividad. Por ejemplo, ejercicios de respiración, aromaterapia, la atenuación progresiva de las luces...

La adaptación progresiva de tu cuerpo al descanso te permitirá sincronizarte con tus **ritmos circadianos** y entrar paulatinamente en modo reposo: es el paso previo a un descanso de calidad. Si tu cuerpo detecta que el ritmo está

bajando, él mismo se relajará.

5. Conecta con los tuyos

La realización de rutinas familiares a la hora de ir a dormir es una actividad excelente para descansar mejor y conoceros más. Si toda la familia participa en esta práctica, podrás crear un ambiente más óptimo para ir a dormir (ya que todos tendréis el mismo tipo de energía) y será una oportunidad estupenda para conectar con los tuyos. Puedes leerle un cuento a los peques, comentar lo mejor del día con tu pareja e, incluso, programar actividades conjuntas para el próximo fin de semana.

Este tipo de ejercicios son ideales para mejorar la comunicación, ya que dan pie a conversaciones significativas sobre un sinfín de temas: qué han aprendido hoy, qué planes tienen para el futuro, o qué les preocupa. Tener una comunicación abierta fortalece la confianza y estrecha nuestros lazos familiares. Además, es la oportunidad perfecta para liberarnos de aquello que nos preocupa y dormir plácidamente.



Crear una rutina junto a la familia os permitirá bajar el ritmo a la vez

6. Cuanto más ligera la cena, mejor

Existe un dicho que dice “desayuna como un rey, almuerza como un príncipe y cena como un mendigo”. Y aunque es una frase popular, debemos darle la razón en lo último: las comidas copiosas hacen que nuestro cuerpo haga una digestión más pesada, genera una mayor actividad metabólica... Todo lo que comamos antes de ir a dormir va a influir en nuestro descanso.

Y hacer justo lo contrario también tiene efectos sobre nuestro descanso. Si nos vamos a la cama con hambre, tampoco podremos descansar. La sensación de hambre nos desvela. Así pues, lo ideal es una cena ligera, pero que nos sacie, acompañada de agua. Así, nuestro cuerpo podrá realizar la disminución metabólica de manera natural.

7. Si te cuesta conciliar, levántate

Hay veces que nos acostamos cansados, preparados para dormir, y de repente, el insomnio aparece. Tendemos a quedarnos dando vueltas, aumentando así la ansiedad y creando una conexión entre la cama y el insomnio. Si en los 15 minutos posteriores a tumbarte, eres incapaz de dormir, lo mejor que puedes hacer es levantarte y hacer alguna actividad relajante: leer, meditar, yoga...

Puedes “engañar” a tu organismo con rutinas que van marcando el camino hacia la cama, pero debes evitar

forzarlo. Tus opciones de éxito se multiplicarán si te vas a la cama cuando realmente sientes sueño.

Establecer unos pasos diarios para irnos a dormir es la manera ideal de preparar nuestro cuerpo para el descanso. Las rutinas nos tranquilizan, nos dan un orden, y nada es mejor que la calma y la serenidad para conciliar el sueño.

En Grupo Todoplano te asesoramos para que tengas el mejor equipo de descanso y disfrutes de un sueño reparador.

Share This Post:



También te puede interesar



infosalus / investigación

Una investigación asocia la periodontitis con el riesgo de padecer ictus isquémico o Alzheimer



Archivo - Dentista, boca, paciente. Periodontitis.
- ZLIKOVEC / ZLIKOVEC - Archivo

Infosalus

Publicado: miércoles, 24 mayo 2023 17:23

@infosalus_com



✉ Newsletter

SANTIAGO DE COMPOSTELA, 24 May. (EUROPA PRESS) - Una investigación liderada por el doctor santiagués Yago Leira ha identificado que padecer periodontitis, una enfermedad que afecta a las encías, aumenta el riesgo de padecer ictus isquémico y demencia de tipo Alzheimer.

El estudio elaborado por la Sociedad Española de Periodoncia y la Sociedad Española de Neurología bajo la coordinación del periodoncista e investigador del IDIS ha relacionado que la inflamación crónica y persistente que provoca esta dolencia incrementa la posibilidad de padecer complicaciones neurológicas con el paso de los años.

"Las personas con periodontitis pueden tener casi el doble de riesgo de padecer Alzheimer y el triple de sufrir un ictus isquémico", ha señalado el doctor Yago Leira, que ha incidido en que la enfermedad

cerebrovascular y la demencia son las dos enfermedades sobre las que existe una mayor evidencia científica en su relación con la infección de las encías.

La periodontitis es una infección de las encías que daña el tejido blando alrededor de los dientes y que puede llegar a destruir el hueso. Según IDIS, se estima que pueden padecerlo ocho de cada diez españoles adultos.

Así pues, la investigación liderada por Leira apunta a que emplear como marcador de riesgo a pacientes de periodontitis "son de gran ayuda para evitar, reducir o minimizar el impactos de este tipo de desórdenes neurológicos".

Los estudios apuntan a la inflamación crónica como un desencadenante de consecuencias negativas a nivel neurológico que, además, puede terminar afectando a "órganos diana" que comprometen la salud cardiovascular o la diabetes.

En el ictus, la periodontitis desencadenaría un estado protrombótico de hipercoagulabilidad y de disfunción del endotelio vascular que aumenta el riesgo de trombosis cerebral, como respuesta inmunoinflamatoria crónica, según señalan los investigadores.

En el caso del Alzheimer, la inflamación persistente a bajo grado y las bacterias que se producen durante la infección, contribuyen al proceso neurodegenerativo y disfunción cognitiva.

[UNCATEGORISED.](#)

- [Portada](#)
- [Galicia](#)
- [Local](#)
- [Opinión](#)
- [Deportes](#)
- [Economía](#)
- [Sociedad](#)
- [Cultura](#)
- [España](#)
- [Internacional](#)
- [Vídeos](#)



La Voz de Galicia

La Voz de Galicia

- [Galicia](#)
- [Opinión](#)
- [Deportes](#)
- [Economía](#)
- [Sociedad](#)
- [España](#)
- [Internacional](#)
- [Vídeos](#)

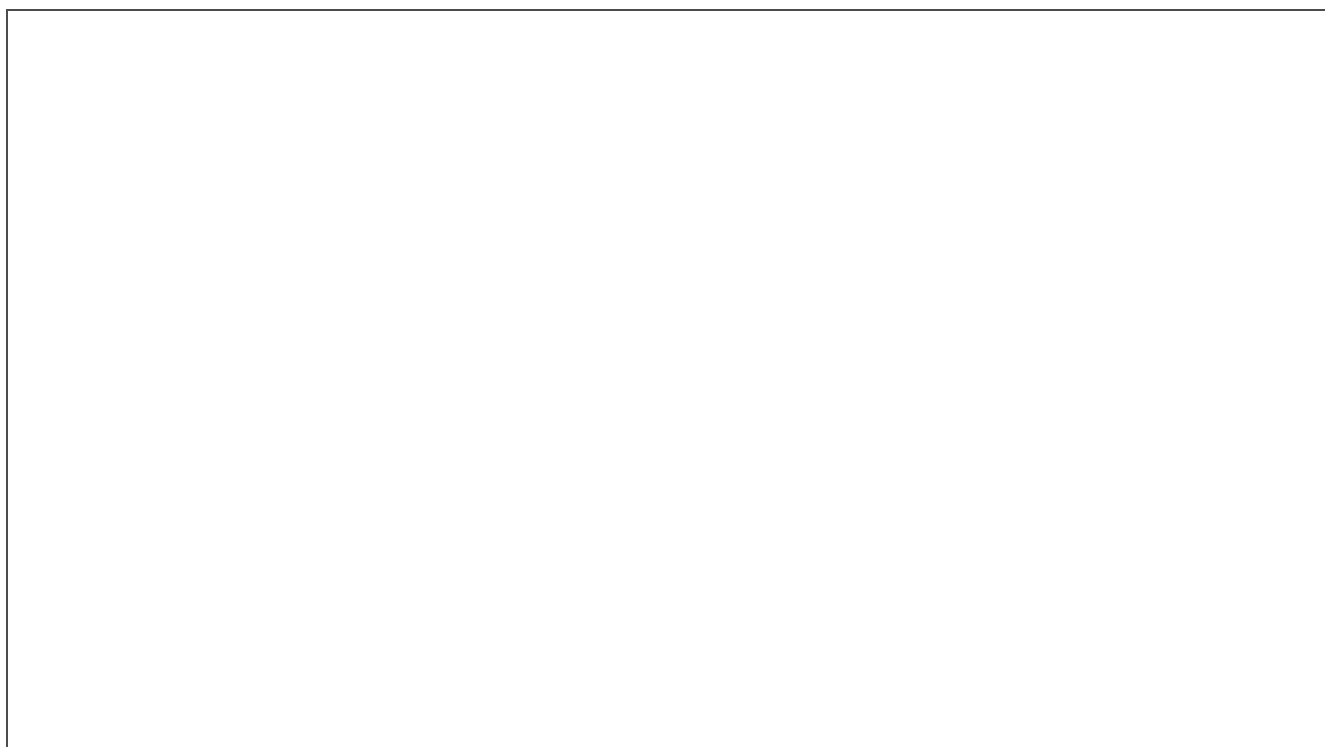
Contenido desarrollado para




[INSTITUTO PULEVA DE NUTRICIÓN](#)

Dormir mucho y bien: el secreto para conciliar el sueño y decir adiós al insomnio

Tomar un vaso de leche antes de irse a la cama no solo es un placer, sino que también favorece la relajación. Para ayudarnos a conciliar el sueño Puleva presenta Puleva Buenas Noches, una leche desnatada y sin lactosa enriquecida con NaturCalm®, una combinación de extracto de tila y de melisa, que favorecen la relajación e inducción al sueño, y triptófano, un aminoácido precursor de la melatonina



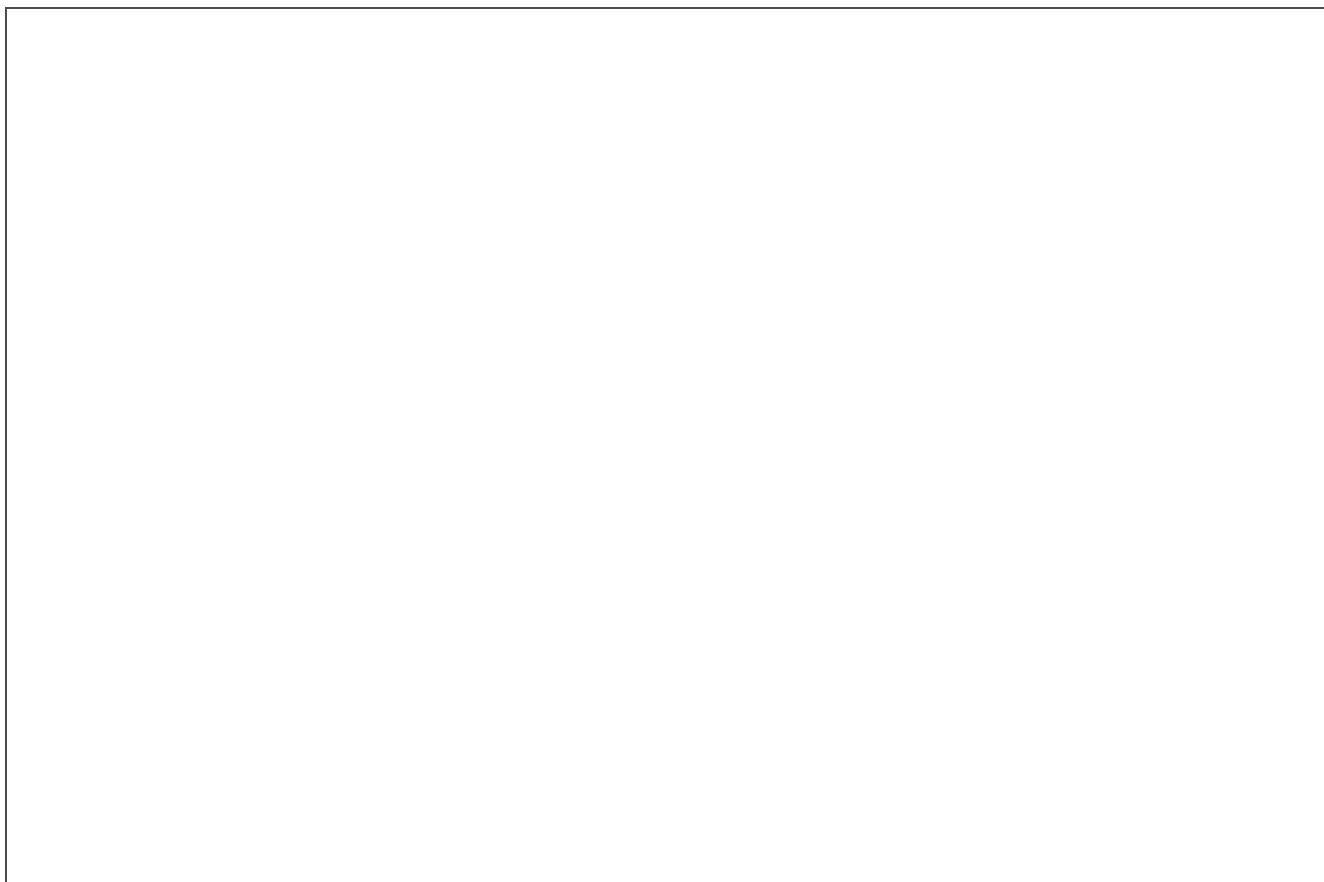
 **Ángela Zorrilla**
23 mayo, 2023 - 16:47

Compartir

-
-
-

Que el sueño es importante es, actualmente, una obviedad y uno de aquellos mantras que ya ha encontrado su lugar fijo en la conciencia de todos. Tanto es así que gran parte de las personas padece mala calidad del sueño o un sueño insuficiente. De hecho, más de la mitad de la población española presenta trastornos del sueño, según los últimos datos del Ministerio de Sanidad, con mayor prevalencia en el caso de las mujeres. En concreto, el 50,6% de los hombres y el 58,1% de las mujeres tiene problemas de sueño. Pero esta situación no solo se da en adultos. En torno a un 20% de los niños españoles también tiene dificultades con el sueño a lo largo de su desarrollo y, según datos del estudio Mintel 2022, fuera de nuestras fronteras el 61% de los ingleses reconoce tener problemas de sueño tras la pandemia.

Los datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) agregan que más de 12 millones de españoles «no descansa de forma adecuada» y más de cuatro millones de personas padece algún trastorno crónico y grave, siendo el insomnio el más frecuente, seguido del síndrome de las piernas inquietas y del síndrome de apneas-hipopneas del sueño. Problemas todos que suponen un factor de riesgo para la salud como recuerda la SEN: «Si no conseguimos dormir bien se reduce la calidad de vida, aumenta el riesgo de hipertensión y, por tanto, de sufrir un accidente cerebrovascular, y se pueden agravar otras enfermedades que parezcamos. Pero además nuestras funciones cognitivas se ven afectadas: baja la concentración y la capacidad de atención, el tiempo de reacción aumenta, se pueden producir fallos de memoria, cambios bruscos de humor y alteraciones en el proceso de toma de decisiones, problemas de aprendizaje, etc. Por lo tanto, tener una buena calidad de sueño es fundamental».



Los lácteos mejoran la calidad del sueño

En este contexto, no es de extrañar que el descanso y el sueño sean una preocupación creciente en todas las etapas de la vida y que cada vez más personas se busquen más remedios naturales para favorecerlos. Según un estudio publicado en [Advances in Nutrition](#), una dieta saludable es sinónimo de buena salud. Y eso también quiere decir que la alimentación juega un papel determinante en la calidad del sueño. Dicho informe señala que consumir lácteos podría mejorar la calidad del sueño al aumentar la producción endógena de melatonina.

Un vaso de Puleva Buenas Noches con Naturcalm® aporta más del 30% de la cantidad diaria de triptófano, un aminoácido presente en la leche y precursor de la melatonina

Y esto tiene una explicación científica. Las principales fuentes de proteína en los lácteos –la caseína, el suero y la α -lactalbúmina (A-LAC)– son ricas en TRP, y dado que es un precursor de la hormona melatonina que promueve el sueño, las proteínas lácteas pueden afectar favorablemente la calidad del sueño al aumentar la ingesta de TRP.

Conscientes de que en España el consumo de leche es de 3.000 millones de litros, de los que más de 210 millones de litros se consumen entre la cena y después de cenar, como apunta un estudio de Kantar de 2022, [Puleva](#), marca comprometida con el bienestar de toda la familia, acaba de lanzar [Puleva Buenas Noches](#), una leche desnatada y sin lactosa enriquecida con NaturCalm® que ayuda a conciliar el sueño de una manera eficaz. Su fórmula contiene extracto de tila, para ayudar a la relajación; extracto de melisa, para inducir al sueño; y triptófano, un aminoácido presente de forma natural en la leche y precursor de la melatonina.

Puleva Buenas Noches, única en el mercado, es una leche ligera y muy fácil de digerir y aporta al organismo con un solo vaso más del 30% de la cantidad diaria recomendada de triptófano. Además, ese vaso de leche de antes de acostarnos tiene cuatro veces más extracto activo de melisa que la exigencia de la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria y el 50% del principio activo de la tila que encontraríamos en una pastilla de venta en farmacias.

Compartir

-
-
-

Este contenido ha sido desarrollado para el **Instituto Puleva de Nutrición** por **Content Factory**, la **unidad de contenidos de marca de Vocento**. En su elaboración no ha intervenido la redacción de este medio.

© Copyright LA VOZ DE GALICIA S.A. Polígono de Sabón, Arteixo, A CORUÑA (ESPAÑA) Inscrita en el Registro Mercantil de A Coruña en el Tomo 2438 del Archivo, Sección General, a los folios 91 y siguientes, hoja C-2141. CIF: A-15000649.

villenear
Del 16 de mayo al 30 de junio de 2023



Descarga la APP 03400 Villena y gana

2.000€



Miércoles, 24 Mayo 2023



portada.info

De Villena, Biar, La Canyada, Camp de Mirra i Beneixama

Buscar noticia

ACTUALIDAD MUNICIPAL DEPORTES OPINIÓN FOTOGALERÍA VISTO EN COMARCA AGENDA MOROS Y CRISTIANOS



La Casa de la Luz
La tienda de Iluminación LED

Calle Joaquín María López, 6 B Villena. T: 695 49 64 26

En CASA DE LA LUZ ya estamos en modo ventilador



EL VERANO SERÁ MAS AGRADABLE EN CASA, EN TU OFICINA, EN EL TRABAJO CON LOS VENTILADORES DE LA CASA DE LA LUZ DE VILLENA

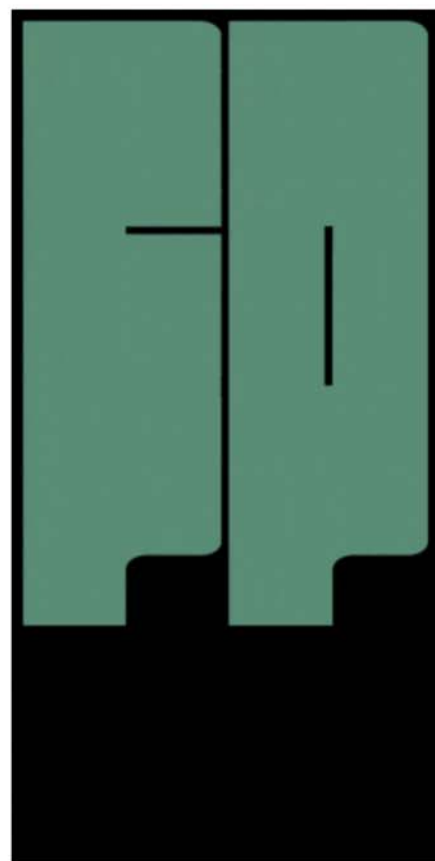
VOLVER AL INICIO

Villena ilumina de naranja el campanario de la Iglesia de Santa María por el día Nacional de la Epilepsia



24 mayo 2023

by Editor



FRANCISCO INIESTA

Utilizamos "cookies" propias y de terceros para elaborar información estadística y mostrarle contenidos, servicios y publicidad personalizada a través del análisis de su navegación.

Ok

El Ayuntamiento de Villena se suma hoy a la campaña organizada por la Asociación Nacional de Personas con Epilepsia-ANPE 'Ilumina de Naranja por la Epilepsia' con la iluminación del campanario de la Iglesia de Santa Marí, según ha informado la edil de Turismo, Paula García. La propuesta, que coincide con el Día Nacional de esta enfermedad, trata de sumar municipios emblemáticos de diferentes municipios de España como actividad de sensibilización e información sobre recomendaciones de seguridad para atender casos de brotes epilépticos.

García ha explicado que "el Ayuntamiento de Villena se suma a toda iniciativa de interés y valor social, especialmente con aquellos colectivos con mayores dificultades y que necesitan explicar la realidad de las cosas y mejorar la visión social que se tiene de ellas, como es el caso de la epilepsia". Desde su punto de vista, "lo que proponemos es un grano de arena más en una acción colectiva que debe sumar paulatinamente a más personas".

Se calcula que el 3% de la población española sufre epilepsia, con unos 20.000 casos nuevos anuales. En la actualidad, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) hay casi 400.000 casos, de los cuales un 25% son menores.

Recomendaciones básicas

La Asociación Nacional de Personas con Epilepsia difunde una serie de pautas básicas para atender con seguridad a una persona con una crisis epiléptica. Los siete puntos esenciales son mantener la calma, no introducir nada en la boca del afectado y no sujetar a la persona que está sufriendo la crisis. En la medida de lo posible, se recomienda colocar a la persona en una posición segura con algo blando bajo la cabeza, aflojar la ropa y asegurar que pueda respirar con normalidad, retirar de su alcance objetos que le puedan generar lesiones y avisar al 112 en caso de que la situación se extienda más allá de los cinco minutos.



Utilizamos "cookies" propias y de terceros para elaborar información estadística y mostrarle contenidos, servicios y publicidad personalizada a través del análisis de su navegación.

Ok

Día nacional de la Epilepsia 2023



Una crisis epiléptica es un episodio neurológico generado por una actividad eléctrica excesiva de las neuronas cerebrales. el lo explica **coordinador del grupo de estudio de epilepsia de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Juan José Poza** En ocasión de **dia nacional de esta enfermedad** hoy 24 de mayo.

Tipos de ataques de epilepsia

Dependiendo de la parte del cerebro afectada por esta actividad eléctrica excesiva, las convulsiones pueden presentarse de diferentes maneras. De hecho, según el Dr. Poza, se han clasificado más de 30 tipos que pueden ir desde alteraciones breves del movimiento, la memoria, los sentidos, hasta el nivel de conciencia con “desconexión del entorno, contracturas musculares o convulsiones prolongadas y severas”.

Sin embargo, prosigue el experto, existen básicamente dos tipos: generalizadas, que son las que afectan a toda la corteza cerebral, y parciales o focales, que involucran a un grupo específico de neuronas cerebrales.

Según la SEN, **Más de 400.000 personas en España padecen epilepsia** de los cuales algunos **100.000 son niños**. De hecho, es el trastorno neurológico más común en niños y la tercera enfermedad neurológica más prevalente.

Retraso en el diagnóstico

Los expertos lamentan la desigualdad en el acceso a las técnicas de diagnóstico según el territorio. Esto, unido a que las crisis epilépticas pueden pasar desapercibidas hasta en un 25% de los casos, tanto por los pacientes como por los familiares e incluso por el personal sanitario, “dificulta los tiempos de diagnóstico”.

Otras notas de Salud: [Consejos para prevenir la artrosis](#)

En este sentido, la SEN indica que la demora en el diagnóstico puede demorar hasta diez años.

“Hay que tener en cuenta que tener una convulsión no significa que tengas epilepsia. Hasta un 10% de la población tendrá una convulsión a lo largo de su vida, pero solo un 3% sufrirá epilepsia”, añade Juan José Poza.



EFE/Enric Fontcuberta

Por todo ello, los expertos insisten en la necesidad de realizar pruebas diagnósticas a todos los pacientes con sospecha de padecer este trastorno. Y eso es, principalmente, con un seguimiento video-EEG (electroencefalograma) prolongado, como primer paso para un correcto tratamiento.

armas terapéuticas

Y es que en las últimas décadas las armas terapéuticas contra la enfermedad han aumentado considerablemente. Pero no sólo la cantidad de fármacos antiepilépticos disponibles, que han permitido a casi el 70% de los pacientes con epilepsia controlar sus crisis. Además, el 5% puede beneficiarse del tratamiento quirúrgico.

Sin embargo, el 30% de los pacientes son resistentes a los medicamentos. Esto significa que “su calidad de vida se verá seriamente comprometida”.

El 50% de los afectados viven “estigmatizados”, según la SEN. Con una esperanza de vida respecto al resto de la población que se reduce entre dos y diez años. Y con una tasa de mortalidad que puede incluso triplicarse.

Las crisis epilépticas son una causa frecuente en Urgencias y suponen entre el 1 y el 3% del total de ingresos hospitalarios anuales. No debemos olvidar que es la segunda causa de atención neurológica en Urgencias tras el ictus.

la velocidad es clave

“Por eso, desde la SEN venimos trabajando desde hace años con el objetivo de implantar en todo el territorio nacional un **‘Código de crisis’** similar al ‘Código Ictus’”, dice el Dr. Poza.

Otras notas de Salud: [Descifrar el caos de la genética del cáncer, un avance para casos graves](#)

El **“Código de trazo”** Fue diseñado con el objetivo de identificar, notificar y trasladar a los pacientes con ictus a los servicios de emergencia lo antes posible. Si un paciente que sufre un ictus es atendido por un neurólogo en las primeras horas, la probabilidad de morir o quedar gravemente discapacitado se reduce a la mitad.

En el caso de las crisis epilépticas urgentes, requieren una actuación diagnóstico-terapéutica “precoz y precisa” por parte del personal sanitario habituado al manejo de la enfermedad.

Vídeo cedido por la SEN

Y es que la epilepsia es una “enfermedad dependiente del tiempo”. Esto significa que los pacientes tendrán mejor pronóstico cuanto antes se trate su crisis y “porque la sensibilidad de las pruebas diagnósticas, como el EEG, es mayor en las primeras horas tras producirse la crisis”, subraya el neurólogo.

La SEN no olvida que los ingresos por crisis tienen una “morbimortalidad relevante”. Esto se debe a que puede ser consecuencia directa de alguna causa potencialmente grave (como un traumatismo, un accidente cerebrovascular, entre otros) o de complicaciones como el estado epiléptico.

De ahí que la SEN sostenga que “el estado epiléptico es una emergencia neurológica”. Representa aproximadamente el 10% de las crisis epilépticas urgentes y se asocia a una mortalidad a corto plazo del 20%.

FESMES: Acreditación en Medicina del Sueño



El Comité Español de Acreditación de Medicina del Sueño (CEAMS) se ha transformado en La **Federación Española de Sociedades de Medicina del Sueño (FESMES)**. La FESMES está integrada por la Sociedad Española de Sueño (SES), la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR), la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP), la Asociación Española de Pediatría (AEP), la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL CCC), la Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Sociedad Española de Medicina Dental del Sueño (SEMDeS).

[PINCHE AQUI PARA MAS INFORMACIÓN](#)



El masajeador de ojos que enamoró a Leo Harlem en 'El Hormiguero'



| sport

PUBLICIDAD

El humorista acudió al programa de Antena 3 para presentar su nueva película, donde confesó 'odiar' las nuevas tecnologías

R. Gómez

24/05/2023 - Act. a las 11:08 [CEST](#)



0

Anti tecnología. Así es como se declaró abiertamente el humorista y actor **Leo Harlem** este pasado lunes en 'El Hormiguero', el access prime time de Antena 3 presentado por Pablo Motos.

PUBLICIDAD

El leonés acudió al espacio de la primera cadena de Atresmedia para presentar su nueva película '*Como Dios manda*', donde confesó no ser muy fan de las nuevas tecnologías. Tal es su 'odio', que ha mostrado cual es su móvil actual. Y no, no se trata de un smartphone de última tecnología.

Por ello, desde **'El Hormiguero'** han querido hacerle un regalo muy especial que, según ha señalado Motos, le va a "cambiar la vida". Se trata de un masajeador de ojos de la marca RENPHO, cuya función principal es aliviar la tensión ocular y mejorar el sueño.

Así es el masajeador de ojos de Leo Harlem

Este dispositivo está pensado para aliviar la tensión ocular. Cuenta con un sistema de calefacción y presión oscilante que ayuda a relajar la zona. Mejora la fatiga ocular, la hinchazón, y los dolores de cabeza. Si lo usas antes de ir a dormir te ayudará a conciliar el sueño más fácilmente, lo que también puede reducir las crisis de migraña. Cuenta con altavoces integrados y bluetooth.

PUBLICIDAD

Se debe utilizar durante 15 minutos antes de acostarse. Eso sí, no está recomendado para aquellos pacientes que se han sometido a una operación ocular, afección de la retina, cataratas, glaucoma, etc.

Especialmente indicado para personas que sufren recurrentemente migraña, una de las cefaleas primarias más habituales.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) en España la padecen alrededor de 5 millones de personas. Y también sequedad ocular. Los síntomas más habituales de **ojo seco** son molestias como sensación de arenilla, tener un cuerpo extraño, notar cierto ardor... Y son más frecuentes a primera y última hora del día.



COMPRAR EN AMAZON POR 56,94€

Cuenta con altavoces integrados y sonidos pregrabados para mejorar la relación. Incluso se puede conectar a través de bluetooth para reproducir tus propias listas de música. Y es que, está demostrado que la música reduce la ansiedad y el estrés, mientras que mejora la comunicación.

PUBLICIDAD

El masajeador de ojos RENPHO tiene 5 modos de uso, con un temporizador automático de 15 minutos y una batería de larga duración: 120 minutos. Teniendo en cuenta que se va a usar únicamente durante 15 minutos al día, tiene una vida útil de casi 10 días.

Más de 22.000 valoraciones

Los usuarios que han probado este masajeador de ojos destacan de él que es fácil de usar, con estilo y buena relación calidad-precio. De hecho, es el número 1 en ventas en Amazon y tiene 4,2 sobre 5 estrellas.

"Lo compre y ha sido una grata sorpresa, me alivia las migrañas que padezco, es básico pero muy bien conseguido y lo puedes llevar a donde quieras, para un relax de verdad", explica una usuaria.

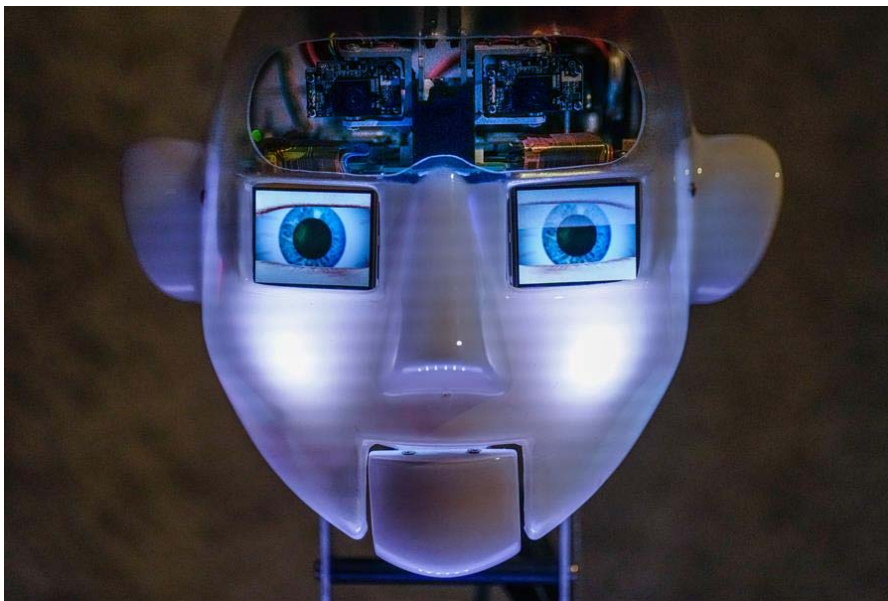
"Lo compré porque con la alergia que tengo los ojos me pican mucho y se me irritan. Lo probé un día después de tener los ojos muy cargados y esa irritación y picor se calmaron y además conseguí



Time News

“Code Crisis” to act quickly in epilepsy seizures

📄 Health | 🕒 May 24, 2023 | 💬 No Comments



2023-05-24 09:16:38

Acting quickly and precisely in the event of an epileptic seizure is key to a better prognosis for patients, which is why experts propose the implementation of a “Seizure Code”, similar to the “Stroke Code”. In addition, the sensitivity of diagnostic tests is greater in the first hours after an episode occurs.

Un “Código Crisis” para actuar con rapidez en las crisis de



Este contenido ha sido desarrollado para el Instituto Puleva de Nutrición por Content Factory, la unidad de contenidos de marca de Vocento. En su elaboración no ha intervenido la redacción de este medio.

[ALICANTE](#) [ELCHE CF](#) [HÉRCULES CF](#) [DEPORTES](#) [ECONOMÍA](#) [POLÍTICA](#) [MUNDO](#) [SUCESOS](#) [CULTURAS](#) [PLANES](#) [GENTE Y ESTILO](#)

?

[ALICANTE](#) [ELCHE CF](#) [HÉRCULES CF](#) [DEPORTES](#) [ECONOMÍA](#) [POLÍTICA](#) [MUNDO](#) [SUCESOS](#) [CULTURAS](#) [PLANES](#) [GENTE Y ESTILO](#)

Contenido desarrollado para



instituto
PULEVA
de nutrición

[INSTITUTO PULEVA DE NUTRICIÓN](#)

Dormir mucho y bien: el secreto para conciliar el sueño y decir adiós al insomnio

Tomar un vaso de leche antes de irse a la cama no solo es un placer, sino que también favorece la relajación. Para ayudarnos a conciliar el sueño Puleva presenta Puleva Buenas Noches, una leche desnatada y sin lactosa enriquecida con NaturCalm®, una combinación de extracto de tila y de melisa, que favorecen la relajación e inducción al sueño, y triptófano, un aminoácido precursor de la melatonina



23 mayo, 2023 - 16:47

Àngela Zorrilla

Compartir

•
•
•

Que el sueño es importante es, actualmente, una obviedad y uno de aquellos mantras que ya ha encontrado su lugar fijo en la conciencia de todos. Tanto es así que gran parte de las personas padece mala calidad del sueño o un sueño insuficiente. De hecho, más de la mitad de la población española presenta trastornos del sueño, según los últimos datos del Ministerio de Sanidad, con mayor prevalencia en el caso de las mujeres. En concreto, el 50,6% de los hombres y el 58,1% de las mujeres tiene problemas de sueño. Pero esta situación no solo se da en adultos. En torno a un 20% de los niños españoles también tiene dificultades con el sueño a lo largo de su desarrollo y, según datos del estudio Mintel 2022, fuera de nuestras fronteras el 61% de los ingleses reconoce tener problemas de sueño tras la pandemia.

Los datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) agregan que más de 12 millones de españoles «no descansa de forma adecuada» y más de cuatro millones de personas padece algún trastorno crónico y grave, siendo el insomnio el más frecuente, seguido del síndrome de las piernas inquietas y del síndrome de apneas-hipopneas del sueño. Problemas todos que suponen un factor de riesgo para la salud como recuerda la SEN: «Si no conseguimos dormir bien se reduce la calidad de vida, aumenta el riesgo de hipertensión y, por tanto, de sufrir un accidente cerebrovascular, y se pueden agravar otras enfermedades que parezcamos. Pero además nuestras funciones cognitivas se ven afectadas: baja la concentración y la capacidad de atención, el tiempo de reacción aumenta, se pueden producir fallos de memoria, cambios bruscos de humor y alteraciones en el proceso de toma de decisiones, problemas de aprendizaje, etc. Por lo tanto, tener una buena calidad de sueño es fundamental».



Los lácteos mejoran la calidad del sueño

En este contexto, no es de extrañar que el descanso y el sueño sean una preocupación creciente en todas las etapas de la vida y que cada vez más personas se busquen más remedios naturales para favorecerlos. Según un estudio publicado en [Advances in Nutrition](#), una dieta saludable es sinónimo de buena salud. Y eso también quiere decir que la alimentación juega un papel determinante en la calidad del sueño. Dicho informe señala que consumir lácteos podría mejorar la calidad del sueño al aumentar la producción endógena de melatonina.



Un vaso de Puleva Buenas Noches con Naturcalm® aporta más del 30% de la cantidad diaria de triptófano, un aminoácido presente en la leche y precursor de la melatonina

Y esto tiene una explicación científica. Las principales fuentes de proteína en los lácteos –la caseína, el suero y la α -lactalbúmina (A-LAC)– son ricas en TRP, y dado que es un precursor de la hormona melatonina que promueve el sueño, las proteínas lácteas pueden afectar favorablemente la calidad del sueño al aumentar la ingesta de TRP.

Conscientes de que en España el consumo de leche es de 3.000 millones de litros, de los que más de 210 millones de litros se consumen entre la cena y después de cenar, como apunta un estudio de Kantar de 2022, [Puleva](#), marca comprometida con el bienestar de toda la familia, acaba de lanzar [Puleva Buenas Noches](#), una leche desnatada y sin lactosa enriquecida con NaturCalm® que ayuda a conciliar el sueño de una manera eficaz. Su fórmula contiene extracto de tila, para ayudar a la relajación; extracto de melisa, para inducir al sueño; y triptófano, un aminoácido presente de forma natural en la leche y precursor de la melatonina.

Puleva Buenas Noches, única en el mercado, es una leche ligera y muy fácil de digerir y aporta al organismo con un solo vaso más del 30% de la cantidad diaria recomendada de triptófano. Además, ese vaso de leche de antes de acostarnos tiene cuatro veces más extracto activo de melisa que la exigencia de la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria y el 50% del principio activo de la tila que encontraríamos en una pastilla de venta en farmacias.

Compartir



Este contenido ha sido desarrollado para el **Instituto Puleva de Nutrición** por **Content Factory**, la **unidad de contenidos de marca de Vocento**. En su elaboración no ha intervenido la redacción de este medio.

TODOAlicante

a su salud

**A SU SALUD**

Día Nacional de la Epilepsia

24/05/2023 **05:22**

Según la Sociedad Española de Neurología, unas 400.000 personas en nuestro país padecen epilepsia. Se trata de una de las patologías neurológicas más frecuentes. Hoy, 24 de mayo, es el Día Nacional de la Epilepsia.

-0:21

[IR AL DIRECTO](#)

A SU SALUD
Día Nacional de la Epilepsia



Noticias Salud

Un "Código Crisis" para actuar con rapidez en las crisis de epilepsia

📅 24/05/2023 👤 @tvluz 💬 0 comentarios

Con motivo del **Día Nacional de esta enfermedad, hoy 24 de mayo, el coordinador del grupo de estudio de epilepsia de la Sociedad Española de Neurología (SEN), doctor Juan José Poza** explica que una crisis de epilepsia es un episodio neurológico generado por una excesiva actividad eléctrica de las neuronas cerebrales.

Tipos de crisis de epilepsia

Buscar



Entradas recientes

[Un "Código Crisis" para actuar con rapidez en las crisis de epilepsia](#)

[Realiza programación abastecimiento de medicamentos 2024 en hospitales](#)

[Los Reemplazos de hombros con prótesis reversa es una realidad en RD](#)

[Cirujanos ortopedas celebran 30 aniversario de Cirugía Endoscópica de Columna Vertebral](#)

[Con Ednita Nazario como invitada y besando a su gordita, Romeo inicia conciertos en PR](#)

Archivos

clasificación más de 30 tipos que pueden ir desde las alteraciones breves del movimiento, de la memoria, de los sentidos hasta del nivel de conciencia con "desconexión del medio, contracciones musculares o convulsiones prolongadas y graves".

No obstante, prosigue el experto, fundamentalmente hay dos tipos: las generalizadas, que son las que afectan a toda la corteza cerebral, y las parciales o focales, que implican a un grupo específico de neuronas cerebrales.

Según la SEN, más de 400.000 personas en España padecen epilepsia, de las que unas 100.000 son niños. De hecho, se trata del trastorno neurológico más frecuente en niños y la tercera enfermedad neurológica más prevalente.

Retraso en el diagnóstico

Los expertos lamentan la desigualdad en el acceso a las técnicas diagnósticas en función del territorio. **Esto unido a que las crisis de epilepsia pueden pasar inadvertidas hasta en el 25 % de los casos, tanto por los pacientes como por los familiares e incluso por parte del personal sanitario, "dificulta los tiempos de diagnóstico".**

En este sentido, la SEN **indica que el retraso en el diagnóstico puede demorar hasta diez años.**

"Hay que tener en cuenta que padecer una convulsión no significa que se padezca epilepsia. Hasta el 10 % de la población tendrá una convulsión a lo largo de la vida, pero solo un 3 % padecerá epilepsia", expresó el doctor Juan José Poza.

La rapidez es clave

"Por esa razón, desde la SEN, llevamos años trabajando con el objetivo de que se implante en todo el territorio nacional un 'Código Crisis', similar al 'Código Ictus'", sostiene el doctor.

El **"Código Ictus" fue diseñado con el fin de identificar,**

febrero 2023

enero 2023

diciembre 2022

noviembre 2022

octubre 2022

septiembre 2022

agosto 2022

julio 2022

junio 2022

mayo 2022

abril 2022

marzo 2022

febrero 2022

INICIO LA LUZ FM 88.7 SALUD CULTURA CIENCIA FARÁNDULA DEPORTES

TECNOLOGÍA CONTACTO

La probabilidad de fallecer o quedar con una discapacidad grave se reduce a la mitad.

En el caso de las **crisis de epilepsia urgentes necesitan una actuación diagnóstico-terapéutica "precoz y precisa"** por parte del personal sanitario que está habituado al manejo de la enfermedad.

fecha:

[← Realiza programación abastecimiento de medicamentos 2024 en hospitales](#)

Deja una respuesta

Tu dirección de correo electrónico no será publicada. Los campos obligatorios están marcados con *

Comentario *

Nombre *

Correo electrónico *

Villena ilumina de naranja el campanario de la Iglesia de Santa María en conmemoración del día Nacional de la Epilepsia

24 May, 2023 | M.I. Ayuntamiento informa, Portada

Uso de cookies

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra [política de cookies](#), pinche el enlace para mayor información.

ACEPTAR

Translate »



Uso de cookies

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra [política de cookies](#), pinche el enlace para mayor información.

[ACEPTAR](#)

[Translate »](#)

La Asociación Nacional de Personas con Epilepsia-ANPE organiza la campaña 'Ilumina de Naranja por la Epilepsia' para sensibilizar y difundir recomendaciones de seguridad ante eventuales crisis

Villena, 24 de mayo.- El Ayuntamiento de Villena se suma hoy a la campaña organizada por la Asociación Nacional de Personas con Epilepsia-ANPE 'Ilumina de Naranja por la Epilepsia' con la iluminación del campanario de la Iglesia de Santa Marí, según ha informado la edil de Turismo, Paula García. La propuesta, que coincide con el Día Nacional de esta enfermedad, trata de sumar municipios emblemáticos de diferentes municipios de España como actividad de sensibilización e información sobre recomendaciones de seguridad para atender casos de brotes epilépticos.

García ha explicado que "el Ayuntamiento de Villena se suma a toda iniciativa de interés y valor social, especialmente con aquellos colectivos con mayores dificultades y que necesitan explicar la realidad de las cosas y mejorar la visión social que se tiene de ellas, como es el caso de la epilepsia". Desde su punto de vista, "lo que proponemos es un grano de arena más en una acción colectiva que debe sumar paulatinamente a más personas".

Se calcula que el 3% de la población española sufre epilepsia, con unos 20.000 casos nuevos anuales. En la actualidad, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) hay casi 400.000 casos, de los cuales un 25% son menores.



Recomendaciones básicas

La Asociación Nacional de Personas con Epilepsia difunde una serie de pautas básicas para atender con seguridad a una persona con una crisis epiléptica. Los siete puntos esenciales son mantener la calma, no introducir nada en la boca del afectado y no sujetar a la persona que está sufriendo la crisis. En la medida de lo posible, se recomienda colocar a la persona en una posición segura con algo blando bajo la cabeza, aflojar la ropa y asegurar que pueda respirar con normalidad, retirar de su alcance objetos que le puedan generar lesiones y avisar al 112 en caso de que la situación se extienda más allá de los cinco minutos.

Uso de cookies

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra [política de cookies](#), pinche el enlace para mayor información.

ACEPTAR

Translate »

villenear
Del 16 de mayo al 30 de junio de 2023



Descarga la APP 03400 Villena y gana

2.000€



Miércoles, 24 Mayo 2023



portada.info

De Villena, Biar, La Canyada, Camp de Mirra i Beneixama

Buscar noticia

ACTUALIDAD MUNICIPAL DEPORTES OPINIÓN FOTOGALERÍA VISTO EN COMARCA AGENDA MOROS Y CRISTIANOS

La Casa de la Luz
La tienda de Iluminación LED
Calle Joaquín María López, 6 B Villena. T: 695 49 64 26

En CASA DE LA LUZ ya estamos en modo ventilador

EL VERANO SERÁ MAS AGRADABLE EN CASA, EN TU OFICINA, EN EL TRABAJO CON LOS VENTILADORES DE LA CASA DE LA LUZ DE VILLENA

[VOLVER AL INICIO](#)

2x1
GAFAS de MARCA
monofocales o progresivas con cristales antirreflejos robustos.

OPTICALJA MURILLO
C/ Joaquín María López, 15 - Villena (ALICANTE) - Tel. 966 153 153
C/ San José, 53 - Yecla (MURCIA) - Tel. 968 111 968
Ver condiciones en tienda.

Villena ilumina de naranja el campanario de la Iglesia de Santa María por el día Nacional de la Epilepsia



FRANCISCO INIESTA

VERDES DE EUROPA

24 mayo 2023

by Editor



Utilizamos "cookies" propias y de terceros para elaborar información estadística y mostrarle contenidos, servicios y publicidad personalizada a través del análisis de su navegación.

Ok

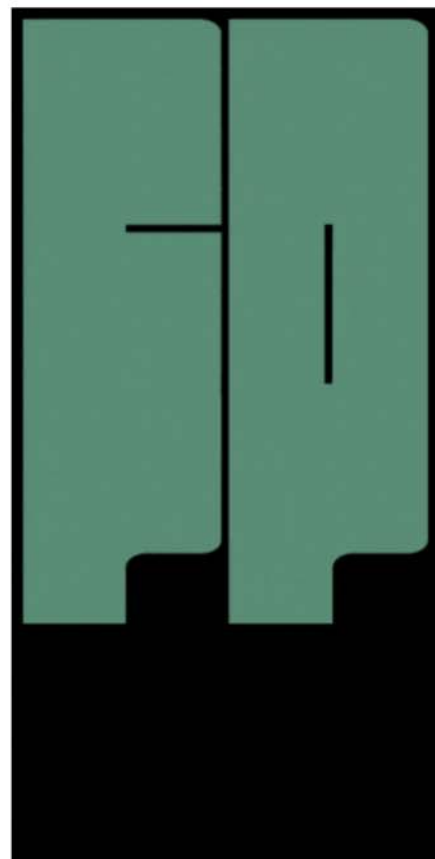
El Ayuntamiento de Villena se suma hoy a la campaña organizada por la Asociación Nacional de Personas con Epilepsia-ANPE 'Ilumina de Naranja por la Epilepsia' con la iluminación del campanario de la Iglesia de Santa María, según ha informado la edil de Turismo, Paula García. La propuesta, que coincide con el Día Nacional de esta enfermedad, trata de sumar municipios emblemáticos de diferentes municipios de España como actividad de sensibilización e información sobre recomendaciones de seguridad para atender casos de brotes epilépticos.

García ha explicado que "el Ayuntamiento de Villena se suma a toda iniciativa de interés y valor social, especialmente con aquellos colectivos con mayores dificultades y que necesitan explicar la realidad de las cosas y mejorar la visión social que se tiene de ellas, como es el caso de la epilepsia". Desde su punto de vista, "lo que proponemos es un grano de arena más en una acción colectiva que debe sumar paulatinamente a más personas".

Se calcula que el 3% de la población española sufre epilepsia, con unos 20.000 casos nuevos anuales. En la actualidad, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) hay casi 400.000 casos, de los cuales un 25% son menores.

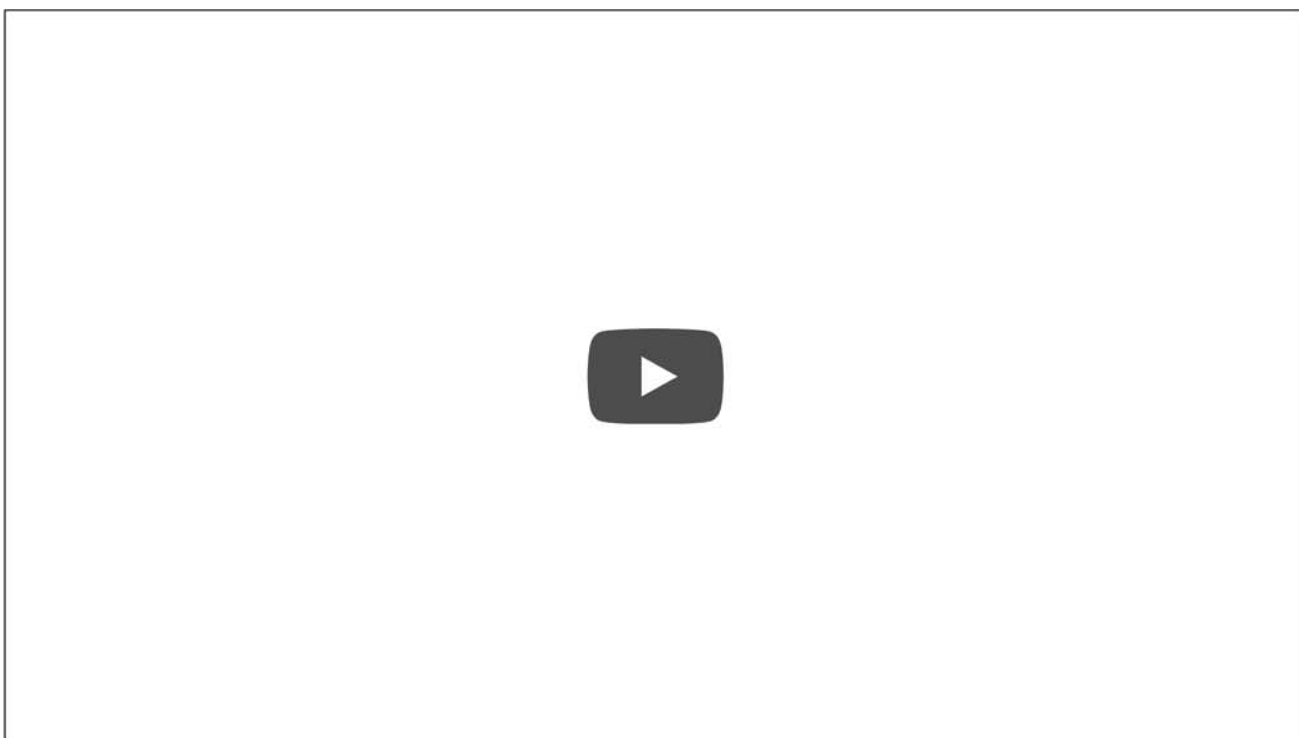
Recomendaciones básicas

La Asociación Nacional de Personas con Epilepsia difunde una serie de pautas básicas para atender con seguridad a una persona con una crisis epiléptica. Los siete puntos esenciales son mantener la calma, no introducir nada en la boca del afectado y no sujetar a la persona que está sufriendo la crisis. En la medida de lo posible, se recomienda colocar a la persona en una posición segura con algo blando bajo la cabeza, aflojar la ropa y asegurar que pueda respirar con normalidad, retirar de su alcance objetos que le puedan generar lesiones y avisar al 112 en caso de que la situación se extienda más allá de los cinco minutos.





Buscar



Epilepsia: qué es y datos clave | CuídatePlus



CuídatePlus

28,1 K suscriptores

Suscribirse

👍 0



➦ Compartir



12 visualizaciones hace 3 horas

En esta información, expertos de la Sociedad Española de Neurología explican qué es la epilepsia y dan datos clave sobre esta enfermedad que afecta a adultos y a niños.

Mostrar más

CANAL PERSONAL
[MAGO MORE]
COMPLEMENTOS DESEMINALIZADOS
DIRECTOR ARTÍSTICO DE LA MÚSICA Y EL SONIDO A
LA BARRAZCA.COM

ElCursodetuVida
Anuncio · elcursodetuvida.com

[Ver más](#)

Todos

CuídatePlus

Pacientes

Relacionados

Subidas recientes

Vi



🇫🇮❤️🇪🇸 **KÄÄRIJÄ aprende ESPAÑOL y nos enseña a hablar FINLANDÉS | Euromovidas**

Euromovidas
39 K visualizaciones · hace 1 mes



Prueba este nuevo reto de abdomen | CuídatePlus



Buscar



Metro de Madrid contra el ictus

**Fundación Freno ...**

788 suscriptores

Suscribirse



1



Compartir

**15 visualizaciones** 24 may 2023

Metro de Madrid y la Fundación Freno al Ictus unen fuerzas para dar visibilidad a la enfermedad.

- El Ictus figura como la primera causa de muerte en mujeres siendo la segunda a nivel global y la primera causa de discapacidad en el adulto.

- Más del 50% de los afectados por un ictus quedan con secuelas discapacitantes o fallecen, y el 35% se producen en edad laboral.

- En caso de ictus el tiempo es fundamental, saber identificar los síntomas y actuar correctamente evita mortalidad y discapacidad.

- La buena noticia es que el 90% de los casos se podrían evitar con la detección precoz, la adecuada prevención de los factores de riesgo y un estilo de vida saludable.

Madrid, 03 de mayo de 2023- Metro de Madrid se une a la lucha contra el ictus, Doña Silvia Roldán Fernández, Consejera Delegada de Metro de Madrid y el presidente de la Fundación Freno al Ictus, Don Julio Agredano, han firmado un acuerdo de colaboración para desarrollar e impulsar proyectos de forma conjunta que tengan como objetivo mejorar el conocimiento sobre el ictus y su prevención, y sensibilizar a la sociedad madrileña a través de sus trabajadores, su red de estaciones, sus canales de comunicación y sus soportes.

El objeto de este convenio de colaboración es el establecimiento de un marco común para la



Ictus", seminarios, jornadas o conferencias de concienciación dirigidas a los empleados de Metro.

Además, este convenio permitirá la realización de campañas divulgativas y de concienciación a los millones de usuarios de Metro de Madrid, a través de la red de estaciones, soportes gráficos y los canales de comunicación de Metro durante el mes de octubre, estas acciones estarán enmarcadas dentro del Día Mundial del ICTUS.

La firma de dicho convenio estuvo precedida por una charla informativa al Comité de Dirección Consejo de Administración de Metro de Madrid, en la que Agredano ha transmitido mensajes potentes sobre la patología, dando visibilidad al impacto que tiene el ictus en nuestro entorno y como Metro Madrid, puede ayudar a cambiar la situación, información sobre la importancia del tiempo y como identificar un ictus si ocurre en su entorno. Asimismo, se han explicado las líneas de colaboración entre las dos organizaciones.

Ambas entidades consideran que informar a la población es una iniciativa clave en la lucha contra el ictus, así como visibilizar la existencia y dimensión de esta enfermedad cerebrovascular que afecta a más de 120.000 personas cada año en España, 14.000 de ellas en Madrid y figura como la primera causa de muerte en mujeres siendo la segunda a nivel global y la primera causa de discapacidad en el adulto.

Al respecto, Silvia Roldán Fernández, Consejera Delegada de Metro de Madrid ha señalado que "La firma de este convenio pone de manifiesto el compromiso de Metro de Madrid con la salud y el bienestar de sus empleados y sus viajeros, ya que la finalidad de esta firma es divulgar y difundir la importancia de la prevención y detección precoz de esta enfermedad y la promoción de la salud en el entorno laboral."

Por su parte, Agredano ha explicado que "Este convenio supondrá un impacto muy positivo en la situación actual del ictus en la sociedad y especialmente en Madrid, gracias al apoyo de Metro de Madrid haremos que el ictus sea una enfermedad más visible y conocida por todos los madrileños, gracias a este convenio se conseguirá que haya menos mortalidad y menos discapacidad por ictus en nuestro entorno".

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), más del 50% de los afectados por un ictus quedan con secuelas discapacitantes o fallecen, y el 35% se producen en edad laboral. La buena noticia es que el 90% de los casos se podrían evitar con la detección precoz, la adecuada prevención de los factores de riesgo y un estilo de vida saludable.

Para la Fundación Freno al Ictus informar y formar al colectivo de empleados de esta organización es fundamental para prevenir esta enfermedad,

Una correcta y rápida actuación ante un caso de ictus puede mejorar el pronóstico y reducir posibles secuelas, que afectarían seriamente a la calidad de vida de los afectados.

www.frenoalictus.org

Mostrar menos