



Levedol

Un abordaje efectivo para el alivio del dolor pélvico crónico asociado a endometriosis⁽¹⁾

Bibliografía: 1. Lete I, Mendoza N, de la Viuda E, Carmona F. Effectiveness of an antioxidant preparation with N-acetyl cysteine, alpha lipoic acid and bromelain in the treatment of endometriosis-associated pelvic pain: LEAP study. Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol. 2018 Sep;228:221-224.



¿POR QUÉ LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE AFECTA MÁS A LAS MUJERES?



Adamed Mujer en 30/05/2023 - 8:42 am en Destacados, Enfermedades

La **esclerosis múltiple (EM)** es una enfermedad crónica autoinmune, inflamatoria y degenerativa que afecta al cerebro y a la médula espinal (sistema nervioso central). Según datos de la [Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#), la padecen 47.000 personas en España, 700.000 personas en Europa y 2,5 millones de personas en todo el mundo.

Cada año se diagnostican 1.800 nuevos casos en nuestro país, de los cuales, el 70% corresponden a personas en edades comprendidas entre los 20 y los 40 años. Además, en las últimas dos décadas, el número de pacientes con esclerosis múltiple se ha duplicado.

En la actualidad, **la esclerosis múltiple tiene tres veces más incidencia en mujeres que en hombres**, como suele ocurrir en otras enfermedades de origen autoinmune.

¿Por qué la esclerosis múltiple afecta más a la mujer?

Aún se desconoce el origen de la enfermedad. Existe el componente genético, se ha estimado que **la genética representa poco más de la mitad del riesgo de**

ÚLTIMAS NOTICIAS

MÁS RECIENTE

TRENDING

ALEATORIO

Cáncer

LA ALIMENTACIÓN NO SALU...

Un estudio realizado publicado en el 'Journal of Infectious Diseases'

Destacados, Embarazo

EMBARAZO Y ENDOMETRIO...

El Dr. Iñaki Lete, Jefe de Servicio de Ginecología y Obstetricia del Hospital

Destacados, Enfermedades

¿POR QUÉ LA ESCLEROSIS ...

La esclerosis múltiple (EM) es una enfermedad crónica autoinmune,

Destacados, Embarazo

LA TRANSMISIÓN DEL VPH ...

Pese a que el virus del papiloma humano (VPH) es común en mujeres

Cáncer de ovario, Destacados-2

UN ANÁLISIS DE SANGRE AV...

Un equipo de investigadores de Reino Unido ha trabajado en un ensayo con

BUSCAR

Busca en la Web

Búsqueda

MENÚ

[Iniciar Sesión](#)

presentar una mayor relación con el alelo HLA-DRB1, un gen muy importante del sistema inmunitario. Una progresión más rápida de la enfermedad es el denominado HLA-DRB1, un gen muy importante del sistema inmunitario.

No obstante, las últimas investigaciones han identificado **ciertos factores medioambientales** que podrían condicionar la aparición de la enfermedad y que **muestran una mayor susceptibilidad de las mujeres**.

- La **mayor complejidad del sistema inmunitario** en las mujeres, que interacciona más y es modulado por el sistema endocrino (hormonal) femenino.
- Los **niveles de hormonas sexuales femeninas** (los estrógenos principalmente) juegan un papel clave. Algunas investigaciones, como la publicada en la revista *Immunology*, evidencian el impacto de los factores hormonales en la esclerosis múltiple. Muchas mujeres son diagnosticadas cuando tienen entre 16 y 40 años, una de las etapas más activas de la vida y coincidiendo con su edad fértil. Los niveles **elevados de estrógenos se asocian con una menor actividad de la esclerosis múltiple**. De hecho, **estudios** han comprobado como mujeres con EM presentan menos síntomas y una menor actividad de la enfermedad durante el embarazo, cuando los niveles de estrógenos están elevados.
- **Cambios en los hábitos de vida:** sedentarismo, tabaquismo, obesidad o una peor alimentación.
- **Déficit de vitamina D** (por la menor exposición a la luz del sol). Algunas **investigaciones** señalan que cuanto más nos exponamos a la luz solar y más alto sea el nivel de vitamina D producida de manera natural, menor es el riesgo de sufrir esclerosis múltiple. Esto, probablemente, se debe a que esta vitamina fortalece la función inmunitaria en nuestro organismo.

Síntomas de la esclerosis múltiple en las mujeres

La enfermedad afecta al sistema nervioso central, por lo que, dependiendo de en qué grado esté activa y en qué grado estén afectados los tejidos nerviosos, la esclerosis múltiple puede provocar diversos síntomas:

- Problemas de visión.
- Entumecimiento y hormigueo de las extremidades del cuerpo.
- Sensación de rigidez y espasmos musculares involuntarios.
- Debilidad y fatiga.
- Problemas de movilidad.
- Disfunciones intestinales o de la vejiga.
- Mareos y vértigos.
- Dolor.
- Cambios cognitivos y de aprendizaje.
- Disfunciones sexuales.



Un abordaje efectivo para el alivio del dolor pélvico crónico asociado a endometriosis⁽¹⁾

Bibliografía: 1. Lete I, Mendoza N, de la Viuda E, Carmona F. Effectiveness of an antioxidant preparation with N-acetyl cysteine, alpha lipoic acid and bromelain in the treatment of endometriosis-associated pelvic pain: LEAP study. Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol. 2018 Sep;228:221-224.



Instagram: Adamed Bienestar

[jr_instagram id="2"]

MENÚ

Iniciar Sesión

hecho, las mujeres con esta enfermedad suelen sentirse peor durante sus periodos menstruales, y los síntomas como la fatiga y la depresión o la debilidad pueden ser más acusados.

Desafortunadamente, aun no existe cura para la esclerosis múltiple, pero diferentes medicamentos y terapias complementarias pueden ayudar a controlar los síntomas o incluso retrasar el avance de la enfermedad.

- Foto: [Freepik](#)

[cambios hormonales](#) [esclerosis múltiple](#) [estrógenos](#) [sistema inmunitario](#)

[vitamina D](#)

ADAMED MUJER

Redacción de Adamed Mujer



 0 Comentario Opina



SIGUIENTE ARTÍCULO

EMBARAZO Y ENDOMETRIOSIS

31/05/2023 - 8:18 am

ARTICULO ANTERIOR

LA TRANSMISIÓN DEL VPH DE MADRE A HIJO ES POCO FRECUENTE Y NO PERSISTE MÁS ALLÁ DE LOS SEIS MESES

29/05/2023 - 8:58 am

QUIÉNES SOMOS

BUSCADOR

Busca en la Web Búsque

INFORMACIÓN DE CONTACTO

C/ Rosas de Aravaca, 31
28023 Aravaca
Madrid (Spain)
+34 91 357 11 25
www.adamedfarma.es

AVISO

La información proporcionada en Adamed Mujer ha sido planteada para apoyar, no reemplazar, la relación directa que existe los pacientes/visitantes de este sitio web y su médico. Si tiene problemas de salud, consulte a su médico.

ENFERMEDAD CRÓNICA/

¿Qué es la miastenia gravis? Si tienes debilidad muscular y fatiga puede que la padezcas

La miastenia grave o miastenia gravis (MG) es una enfermedad autoinmune crónica que afecta a los músculos del cuerpo humano. Los que la padecen sienten como, tras cada pequeño esfuerzo, sus músculos se debilitan, algo que les impide llevar una vida cien por cien activa.



- ¿Qué es la hipertrofia mamaria? La enfermedad que padece Ruth Lorenzo
- ¿Qué es el cáncer de piel metastásico? La enfermedad por la que ha fallecido Patricia Rite

- [¿Qué es el síndrome alcohólico fetal? La enfermedad que sufre el hermano de Paula Gonu](#)



Míriam Martos

Barcelona



Actualizado: **Miércoles, 31 mayo, 2023 14:11**

Publicado: **Miércoles, 31 mayo, 2023 12:28**

Según [la Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#), cada año se diagnostican 700 nuevos casos de **miastenia** en España, afectando a más de 15.000 personas en toda la península. Tras este peculiar nombre se esconde una de esas **enfermedades** en las que nuestro organismo se convierte en nuestro peor enemigo.

Como toda **afección de salud grave**, la miastenia cambia radicalmente la vida de aquellos que la padecen. Sus cuerpos se debilitan y experimentan una fragilidad física que les impide llevar a cabo las tareas cotidianas como cualquier otra persona.

Miastenia gravis: Todo sobre esta enfermedad autoinmune

Los **músculos** son los tejidos que resultan más afectados en las personas que padecen miastenia grave. Se trata de una enfermedad que se caracteriza por un **debilitamiento de los músculos del cuerpo humano**, concretamente los voluntarios, aquellos que nosotros podemos controlar. Por ese motivo, con los esfuerzos que efectúan a diario, los tejidos suelen fatigarse con mayor rapidez.

A día de hoy, los expertos aún no han podido dar con la causa principal de su aparición, pero apuntan a que probablemente se trate de una **enfermedad autoinmune**, es decir, creada por nuestro sistema inmunitario. Los **anticuerpos** se dedican a destruir los receptores encargados de mantener las comunicaciones entre los nervios y los músculos, algo que provoca esa debilidad muscular.

La ciencia apunta a que se trata de una enfermedad **poco frecuente**, pero no entiende de edades. Aun así, la mayoría de los afectados suelen ser

mujeres y normalmente, suele desarrollarse antes de los 40 años. También se puede detectar en niños, conocida como **miastenia gravis congénita**, aunque deben tener un trastorno genético hereditario.

Síntomas de la enfermedad

Aunque dependerá de la persona, se han encontrado **patrones** que se repiten entre los afectados, concretamente se han podido destacar aquellos grupos musculares que suelen resultar más perjudicados. Como primeros síntomas, la persona puede experimentar como los **músculos de los ojos** cambian, con caídas involuntarias de los párpados o incluso visión doble.

Otro de los primeros síntomas en las personas con miastenia se produce en los **músculos de la cara y la garganta**, pues cuando se debilitan, tanto el habla, como la acción de masticar y la deglución se complican.

A nivel más grave, los síntomas pueden llegar a afectar a los **músculos de las extremidades**, por lo que podemos tener dificultades para caminar o ser incapaces de sostener la cabeza con el cuello. También pueden llegar a tener implicaciones sobre los **músculos del aparato respiratorio**, provocando insuficiencia respiratoria y obligando al enfermo a ser hospitalizado.

¿La miastenia se puede curar?

Es por medio de la **actividad física** que aumentan las consecuencias de esta afección, aunque el paso de los años también la complica más. Con descanso, los afectados suelen recuperarse en parte. Desafortunadamente, aún **no existe una cura** para acabar con la miastenia gravis, por lo que se puede considerar una **enfermedad crónica**. A pesar de este diagnóstico, las afectaciones pueden llegar a reducirse considerablemente si se detecta de forma temprana.

Las personas que la sufren son sometidas a un tratamiento para **fortalecer las estructuras musculares** y reducir las consecuencias. También se suelen recetar ciertos **medicamentos** que inciden directamente en el

sistema inmunitario.

Más Noticias



Qué es la hipersomnia y cómo puede afectar a tu vida



Si tienes estos rasgos de personalidad eres una persona emprendedora



Cuidado con estos tupperes, podrían ser peligrosos



¿P
Co

En algunos casos, se opta por **extirpar el timo** -un pequeño órgano ubicado bajo el esternón con un papel destacado en el sistema inmunitario-, pues aunque aún no se ha constatado exactamente sus implicaciones en la miastenia, se cree que puede estar relacionado con el comportamiento incorrecto de los anticuerpos.

[Novamas](#) » [Vida](#)

Más sobre este tema:

[salud](#) [Enfermedades](#) [cuerpo](#)

Vídeos

[\(index.html\)](#)[Menu](#)[Acceso Consejo](#)

Esclerosis Múltiple, una vida en comunidad, una vida con más oportunidades

La Esclerosis Múltiple afecta a 55.000 personas en España, 1.000.000 en Europa, y 2,8 millones en todo el mundo. Es fundamental que se combine el tratamiento farmacológico con el tratamiento rehabilitador realizado por profesionales que forman parte de un equipo transdisciplinar.



30-05-2023

Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha



(https://www.coficam.org/imagenes/noticias/imagen_noticia_1744.1685434204.jpg)

La Esclerosis Múltiple es una enfermedad neurodegenerativa, que afecta al Sistema Nervioso Central. La mayoría de los casos se diagnostican en personas que tienen entre 20 y 40 años, pero también puede aparecer en niños, adolescentes y ancianos. Esta dolencia afecta a 55.000 personas en España, 1.000.000 en Europa, y 2.8 millones en todo el mundo.

Según la Sociedad Española de Neurología, la Esclerosis Múltiple es la segunda causa de discapacidad entre los jóvenes después de los accidentes de coche y la primera causa de discapacidad no traumática en España.

No es una enfermedad mortal, aunque la esperanza de vida es ligeramente menor, según las últimas investigaciones. Los síntomas son diferentes en cada persona y aparecen con distinta intensidad, es decir, es heterogénea, por ello, se le suele llamar "la enfermedad de las mil caras".

Su causa es desconocida, pero numerosas investigaciones parecen indicar que su aparición se debe a una combinación de genes (aunque no se considera una enfermedad hereditaria), factores del entorno y el estilo de vida.

Es incurable, por ello, el manejo terapéutico de la Esclerosis Múltiple busca el control de su actividad a través de tratamientos modificadores del curso de la enfermedad, tratamiento de los brotes y el tratamiento de los síntomas o secuelas que puedan aparecer. Para ello, es fundamental que se combine el tratamiento farmacológico con el tratamiento rehabilitador realizado por profesionales que forman parte de un Equipo Transdisciplinar (Neuropsicología, Fisioterapia, Logopedia, Terapia Ocupacional, Trabajo Social, etc). Todos ellos deben trabajar de forma coordinada y orientada a alcanzar objetivos comunes.

Es recomendable que la atención sea temprana, ya que, un programa de rehabilitación iniciado en las primeras fases puede mejorar el estado físico, cognitivo, emocional y social. Además, puede ayudar en la educación en salud de las personas con Esclerosis Múltiple y sus familias/cuidadores y prevenir complicaciones.

La Esclerosis Múltiple impacta a todos los niveles, de manera muy especial en la vida laboral. El acceso al empleo o el mantenimiento del puesto de trabajo tras el diagnóstico sigue siendo el problema más destacado asociado a la economía familiar.

Además del importante impacto económico, dejar de trabajar deriva con frecuencia en ansiedad, estrés, incluso depresión. El 77% reconoce que dejar de trabajar afecta a su autoestima.

Al no contar con medidas de protección social adecuadas tras el diagnóstico, para muchas personas decir en sus puestos de trabajo que tienen Esclerosis Múltiple, es un problema. El miedo al estigma o a la pérdida del empleo, provoca que más de un 30% de personas con EM no lo cuente en el trabajo.

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha se suma a la Asociación Esclerosis Múltiple España en la conmemoración del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, con un foco muy claro que queda reflejado en el lema de este año: Una vida en comunidad. Una vida con más oportunidades. Y para que existan estas oportunidades, es necesario ofrecer medidas de protección adecuadas desde el momento de diagnóstico que garanticen, entre otras cosas, la posibilidad de adaptar el puesto de trabajo en función del avance de la enfermedad; una enfermedad muy heterogénea, de evolución impredecible, y condicionada por síntomas a menudo invisibles como la fatiga, los problemas de visión o el dolor.

Alicia Martínez Medina. Colegiada Nº 870 de COFICAM



EN NUMEROS:

- 2.800.000** Personas con EM en el mundo
- 1.000.000** Personas con EM en Europa
- Más de **55.000** en España
- Más de 1900 nuevos casos cada año
- 1 nuevo caso cada 5 horas

HABITOS DE VIDA SALUDABLE y tener en cuenta algunos factores ambientales en el día a día, influyen positivamente en la calidad de vida

EXISTEN TRATAMIENTOS FARMACOLÓGICOS que pueden ayudar a manejar la evolución, los brotes y los síntomas

M Esclerosis Múltiple España

INFORMATE EN LA ORGANIZACIÓN DE PERSONAS CON ESCLEROSIS MÚLTIPLE MÁS PRÓXIMA @esclerosisEME f t i www.esclerosismultiple.com

Acceder a la noticia (<https://www.coficam.org/comunicacion/noticias/1744/Esclerosis-Multiple-una-vida-en-comunidad-una-vida-con-mas-oportunidades>)

Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España

(<https://twitter.com/cgcfce>)

([https://www.facebook.com/pages/Consejo-General-de-Colegios-de-Fisioterapeutas-de-](https://www.facebook.com/pages/Consejo-General-de-Colegios-de-Fisioterapeutas-de-Espa%C3%B1a/570721846402107?fref=ts)

[Espa%C3%B1a/570721846402107?fref=ts](https://www.facebook.com/pages/Consejo-General-de-Colegios-de-Fisioterapeutas-de-Espa%C3%B1a/570721846402107?fref=ts))

(<https://www.youtube.com/channel/UCgkipLvev8u4IURFrMujEfw>)

(<https://www.instagram.com/consejofisioterapia/>)

- Política de cookies ([politica-de-cookies](#))
- Aviso legal ([aviso-legal](#))
- Política de privacidad ([politica-de-privacidad](#))



Miembro de la Unión Profesional (<http://www.unionprofesional.com/>)

Desarrolla ViaFisio, S.L. - www.viafisio.com (<https://www.viafisio.com/>)

Esta página web usa cookies

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Puedes obtener más información aquí: Más información ([politica-de-cookies](#))

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

[/canariastequero/](https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/))



Canarias Te Quiero

TU CANAL DE COMUNICACIÓN

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

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

Ciencia y salud (<https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/ciencia/>) /

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

Los neurólogos alertan del aumento de los casos de esclerosis y no saben por qué



Ordena tu ropa o tu cuarto, pero siempre a tu gusto

(https://wwc.addoor.net/r/?trigger_id=4468&channel_id=2555&item_id=42209&syndication_id=3187&pos=0&uid=BKUKC9UWUJFy&sid=4zzSGLzjQTB&event_id=NCSG358&query_id=syndication-3187-es-1&r=https%253A//track.adform.net/C/%253Fbn%253D61495114)

Los neurólogos alertan del aumento de los casos de esclerosis: un 20% más en 5 años y no saben por qué

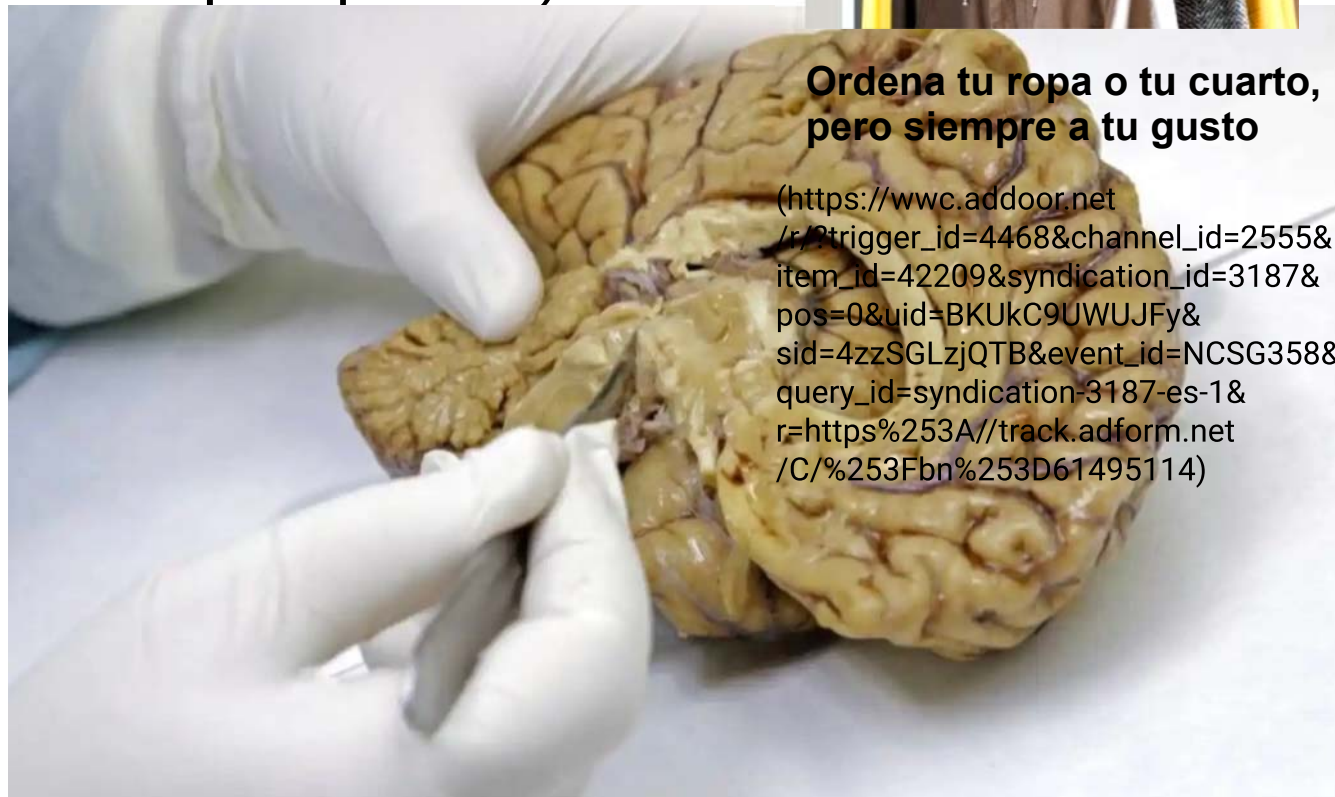
El 31 mayo, 2023 (<https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/2023/05/los-neurologos-alertan-del-aumento-de-los-casos-de-esclerosis-un-20-mas-en-5-anos-y-no-saben-por-que/>) by Canarias Te Quiero (<https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/author/salvador/>)

(<https://www.facebook.com/sharer/sharer>.

Canarias Te Quiero
neurologos-alertan-del-aumento-de-los-casos-de-
anos-y-no-saben-por-que%2F)
(http://diariodeavisos.lespanol.com/canariaste...

(http://twitter.com/intent/tweet?text=Los%
%C3%B3logos%20alertan%20del%20aumento%2
%3A%20un%2020%25%20m%C3%A1s%20en%2
%C3%B1os%20y%20no%20saben%20por%20qu
%2Fdiariodeavisos.lespanol.com%2Fcanariaste
alertan-del-aumento-de-los-casos-de-esclerosis-
que%2F)

(https://api.whatsapp.com/send?text=Los%
%C3%B3logos%20alertan%20del%20aumento%2
%3A%20un%2020%25%20m%C3%A1s%20en%2
%C3%B1os%20y%20no%20saben%20por%20qu
%2F%2Fdiariodeavisos.lespanol.com%2Fcanariaste
neurologos-alertan-del-aumento-de-los-casos-de-
saben-por-que%2F)



Ordena tu ropa o tu cuarto, pero siempre a tu gusto

(https://wwc.addoor.net
/r/?trigger_id=4468&channel_id=2555&
item_id=42209&syndication_id=3187&
pos=0&uid=BKUKC9UWUJFy&
sid=4zzSGLzjQTB&event_id=NCSG358&
query_id=syndication-3187-es-1&
r=https%253A//track.adform.net
/C/%253Fbn%253D61495114)

La Sociedad Española de Neurología ha alertado del incremento de casos en los últimos años.

Por **MARÍA P. BONMATÍ**. En sus 155 años de historia, la esclerosis múltiple ha cambiado

mucho (https://www.elespanol.com/ciencia/salud/20171028/esclerosis-multiple-cosas-no-sabes/257475096_0.html). De ser una enfermedad que condenaba al desahucio a los pacientes en el siglo XIX se ha pasado a tratamientos que garantizan, en la mayoría de los casos, una mejor calidad de vida (https://www.elespanol.com/ciencia/salud/20220608/farmaco-luchar-esclerosis-multiple-supone-cambio-sustancial/678682314_0.html). Sin embargo, queda por responder la gran pregunta: qué causa esta enfermedad. Conseguirlo es necesario para resolver las otras incógnitas que rodean a esta patología. Entre ellas, **por qué está aumentando su número de casos**.

Así lo advierte la Sociedad Española de Neurología (SEN), en el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple. Según los datos que maneja la institución, este problema ha aumentado su incidencia cerca de **un 20% en tan sólo cinco años**, alcanzando en nuestro país a más de 55.000 personas.

La cifra se acerca a la que se desprende de los informes Múltiple España. En su memoria de 2018 (https://www.e/uploads/2019/06/Memoria_Anual_EME_EsclerosisMult) que el número de afectados de nuestro país rondaba, por aquel entonces, los 47.000 casos. A día de hoy, **el dato está por encima de los 55.000**, lo que supone un incremento del 14,5%.



Ordena tu ropa o tu cuarto, pero siempre a tu gusto

La variación entre números se debe a que no hay un registro de los que como el número de pacientes en nuestro país. Hay algunos estudios epidemiológicos que toman datos de informes regionales, como uno elaborado (<https://www.elsevier.es/revista-neurologia-295-avance-resumen-incidencia-prevalencia-esclerosis-multiple-espana-S0213485322000342>) en 2022 por el Centro Nacional de Epidemiología y que corroboraba este aumento en la incidencia de la enfermedad. No obstante, advierte que esto es algo que se ha ido desarrollando **de forma exponencial en las últimas décadas**.

«Detrás de este aumento están implicados tanto la mejora de técnicas de diagnóstico como el aumento de las opciones de tratamiento, pero también **causas que aún se desconocen**», apunta Ana Belén Caminero, jefa de la Sección de Neurología del Complejo Asistencial de Ávila y coordinadora del Grupo de Estudio de Enfermedades Desmielinizantes de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Una enfermedad de vikingos

Según detalla la experta, ha habido países que, tradicionalmente, se han asociado con cotas as altas de la enfermedad: «La esclerosis empezó siendo una enfermedad de los as vikingos». **Naciones del norte de Europa suelen ser un habitual** en las listas (https://diariodeavisos.elespanol.com/canariastequero/) (https://www.msif.org/wp-content/uploads/2020/10/Atlas-Epidemiology-report-Sept-2020-Final-ES.pdf) de sitios con riesgo alto de enfermedad, pero la globalización ha facilitado que la predisposición se repartiera por todo el mundo. «Digamos que hay genes que se han ido distribuyendo un poco desde las poblaciones nórdicas», indica Caminero.

Se cree que la esclerosis se origina en personas genéticamente predispuestas ante la exposición a ciertos factores ambientales, como infecciones o **falta de vitamina D**, un punto ⊗ en el que repara la neuróloga: «En España, la población E de vitamina D. Esto, junto con las mezclas raciales, pued os de países como el nuestro, Italia o Francia, donde también s de casos».

Mujeres jóvenes —entre 20 y 40 años— son el perfil predi es o, es lógico pensar que en ellas se diagnostiquen más casos. Sin embargo, la tendencia advierte que este aumento **se está sosteniendo principalmente en base al sexo femenino**. «Estamos asistiendo a un número cada vez más creciente de nuevos casos en mujeres», alerta la neuróloga.

Ni ella ni el resto de la comunidad científica saben dar respuesta al porqué de esta incógnita. «Se piensa que puede haber **factores hormonales** que están influyendo o **factores genéticos ligados al cromosoma X**, pero no hay evidencia científica para demostrarlo», contesta.

Los estilos de vida también juegan un papel predominante en esta cuestión, pues el tabaco se ha postulado como otro factor de riesgo para la enfermedad. No hay que olvidar que las mujeres están adhiriéndose ahora al hábito tabáquico (https://www.elespanol.com/ciencia/salud/20221117/muertes-cancer-pulmon-mujeres-disparan-oficio-riesgo/718678460_0.html), lo que podría alumbrar un poco de luz a la cuestión. Sin embargo, como añade Caminero, **todo son «elucubraciones»**.

Incidencia atascada en hombres

Lo que sí se sabe es que es una tendencia a nivel mundial. Por ejemplo, los datos daneses de



Ordena tu ropa o tu cuarto, pero siempre a tu gusto

(https://wwc.addoor.net/r/?trigger_id=4468&channel_id=2555&item_id=42209&syndication_id=3187&pos=0&uid=BKUKC9UWUJFy&sid=4718GLzjQTB&content_id=NC9C258&query_id=syndication-3187-es-1&r=https%253A//track.adform.net/C/%253Fbn%253D61495114)

esclerosis múltiple observan exactamente el mismo fenómeno (<https://www.lespanol.com/ciencia/salud/20220723/esclerosis-multiple-dispara-mujeres-xxi-hombres-estanca>) (https://diariodeavisos.lespanol.com/689681360_0.html): un crecimiento entre un 15% y un 20% de los casos en mujeres, mientras que **en los hombres la incidencia es la misma que en los años 50**.

También se conoce que son las mayores afectadas por la esclerosis múltiple **remite** **recurrente**, que atañe al 80% de todas las personas con esta enfermedad. «**Por cada tres mujeres, hay un varón**», contesta la neuróloga. De ahí que haya diferencias en cómo comienza la patología en cada uno de ellos.

En hombres, por encajar más dentro de la **esclerosis múltiple progresiva**, se habla de problemas neurológicos que aparecen a partir de los 40 y se producen de forma continuada. Una vez que llegan, nunca se van. En mujeres, -dentro de la **esclerosis múltiple recurrente remite**- se sucede antes de esa edad y **en forma de «brotes»**. «Suelen tener síntomas como pérdida de visión o de movilidad en una extremidad parcialmente. Si llega una mujer joven con estos síntomas a atención», advierte la portavoz de la SEN.

Posted in Ciencia y salud (<https://diariodeavisos.lespanol.com/>),

Destacadas (<https://diariodeavisos.lespanol.com/canariastequero/destacadas/>)



Ordena tu ropa o tu cuarto, pero siempre a tu gusto

◀ **La NASA reconoce que no puede explicar los avistamientos ovnis**

(https://www.addoor.net/7/?trigger_id=4468&channel_id=2555&item_id=42209&syndication_id=6187&pos=0&uid=BKUKC9UWUJFy&sid=4zzSGLzjQTB&event_id=NCSG358&query_id=syndication-3187-es-1&r=https%253A//track.adform.net/C/%253Fbn%253D61495114) ▶

TE PUEDE INTERESAR

SANIDAD

Un nuevo estudio desafía la creencia científica: el signo que aumenta el riesgo de Alzheimer

Una reciente investigación publicada en la revista 'Nature Medicine' indica que el amiloide no es el principal culpable del Alzheimer

La vitamina que evita el alzhéimer y que apenas tomamos en España

Anuncian un nuevo fármaco para el Alzheimer que retrasa un 35%

Alzhéimer: los 6 sencillos hábitos que protegen el cerebro y evitan



Un nuevo estudio desafía la creencia científica. Imagen de recurso

DIARIO DE AVISOS 31/05/2023 - 14:21

Efectos serios para tu salud



¿En qué posición duermes?
Descubre qué efectos tiene
para tu organismo

02 Fibra, móvil y sencillez

Fibra + Fijo M
500Mb + 5
38€

Una tarifa con la mayor red de fibra y tecnología 5G. Precio final sin sorpresas.

02 Me interesa

Diario de Avisos/Pablo García Santos. | Los expertos recomiendan llevar un estilo de vida saludable que incluya una dieta equilibrada y la práctica de ejercicio físico de forma regular, pues estos simples hábitos pueden ayudarnos a prevenir algunas enfermedades crónicas. El [Alzheimer](#), por ejemplo, sigue siendo la forma más común de demencia en España, según los datos de la [Sociedad Española de Neurología](#) (SEN). Respecto a esta enfermedad existen factores de riesgo que no podemos comprobar, como es el caso del amiloide.

Esta proteína tiende a acumularse en el cerebro de los pacientes que padecen enfermedades neurodegenerativas. **Es por esto que la acumulación de placas amiloides se ha considerado uno de los principales rasgos distintivos de esta enfermedad en el tejido cerebral.** Durante muchas décadas, los científicos creyeron que la acumulación de placas amiloides y los ovillos de proteína tau eran los principales responsables del desarrollo de esta enfermedad.

No obstante, un estudio publicado recientemente en la revista *Nature* **amiloide no es el principal culpable del Alzheimer.** Investigadores de la Universidad de Pittsburgh en Estados Unidos llevaron a cabo un estudio con 1.000 personas sin problemas cognitivos, y descubrieron que el avance de la posibilidad de desarrollar la enfermedad de manera individual



CITROËN C3

CITROËN ESTRENA 2 VECES. C
cada 3 años

Efectos serios para tu salud



**¿En qué posición duermes?
Descubre qué efectos tiene
para tu organismo**

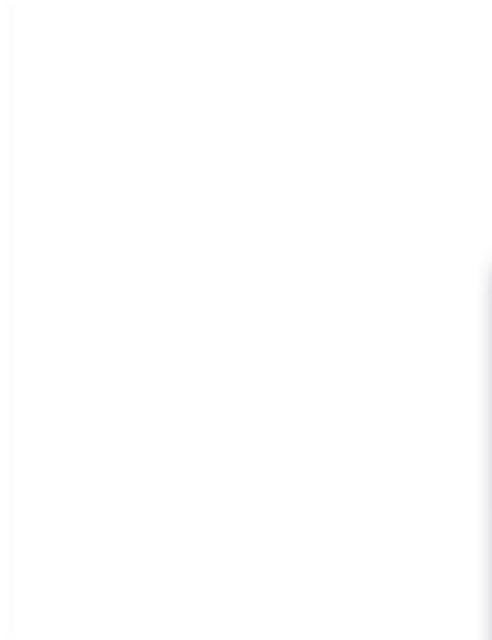
Solo aquellas personas que presentan una combinación de amiloide y **marcadores sanguíneos anormales de activación de astrocitos** corren el riesgo de sufrir esta enfermedad. Hasta el momento se sabía muy poco acerca de los astrocitos y se desconocía su papel en la comunicación entre las neuronas. Sin embargo, gracias a un descubrimiento realizado en España, se ha demostrado que **actúan como intermediarios.**

La doctora Bruna Bellaver, autora principal del estudio que reveló la importancia de estos astrocitos en pacientes con Alzheimer, los describe como "coordinadores de la relación entre el amiloide cerebral y la proteína tau, como directores de orquesta".

Por su parte, el doctor Tharick Pascoal, profesor de Psiquiatría y Neurología de la Universidad de Pittsburgh y otro autor del estudio, agrega que este descubrimiento desafía la noción de que el amiloide es suficiente para desencadenar la enfermedad de Alzheimer y **sitúa a los astrocitos como reguladores clave de su progresión.**

El experto también señala que, debido a la creencia de que el amiloide era el principal responsable del Alzheimer, la investigación y el [desarrollo de fármacos](#) se han centrado principalmente en

combatir el amiloide y la tau, pasando por alto la importancia de otros procesos cerebrales.



Efectos serios para tu salud ✕



**¿En qué posición duermes?
Descubre qué efectos tiene
para tu organismo**

Pascoal considera que la alteración de otros procesos cerebrales | la propia carga amiloide a la hora de iniciar la muerte de las neuronas que caracteriza al rápido deterioro cognitivo. Uno de esos procesos cerebrales es la inflamación del cerebro, también conocida como encefalitis, en la que los astrocitos juegan un papel clave para su protección.

TE PUEDE INTERESAR



Aquí está tu nueva cocina

En IKEA te ofrecemos asesores para encontrar la cocina que buscas



Property News

España: No Vendas Tu Casa Hasta Que Hayas Leído Esto



CITROËN C3

CITROËN ESTRENA 2 VECES. Compra, devuelve o cambia cada 3 años



408 Plug-In Hybrid

Placer premium. Iluminación ambiental led 8 colores



CITROËN C4

CITROËN ESTRENA 2 VECES. Compra, devuelve o cambia cada 3 años



Tu Mejor Oferta

Comparamos entre todas las tarifas de telefonía y encontramos la mejor



Bienestar

PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA

Los somníferos naturales que seguro tienes en casa y te ayudarán a dormir del tirón

El vaso de leche puede ser un remedio para conciliar el sueño, pero hay más alimentos que favorecen un descanso de calidad. Un aporte adecuado de minerales y vitaminas es una buena estrategia contra el insomnio



Foto: iStock.

Por **Ángeles Gómez**

31/05/2023 - 10:05



Dormir es una necesidad fisiológica, y un sueño de calidad y reparador es casi un **seguro de salud**. No dormir suficientes horas (se recomienda entre 7 y 9 horas seguidas para los adultos) acarrea serias consecuencias, desde alteraciones cardiovasculares a **hipertensión arterial** y agravamiento de problemas digestivos, como reflujo, síndrome de intestino irritable o **úlcera péptica**, recoge un artículo en la revista [Gastroenterología y Hepatología](#).

Nadie cuestiona que hay que dormir y **hacerlo bien**, pero no es tan sencillo como ponerse cómodo y dejarse llevar. Muchas personas tienen rutinas que les ayudan a **conciliar el sueño** (acunarse con el murmullo de la tele, tomarse un vaso de leche caliente, leer, etc), pero no siempre alcanzan el objetivo. La Sociedad Española de Neurología apunta que entre el 20% y el 48% de la población adulta tiene **problemas para iniciar el sueño** o para mantenerlo, y en el 10% existe un trastorno de sueño crónico.

Los alimentos son uno de los mantras más repetidos a la hora de dormir bien... o mal. "La relación entre la nutrición y el sueño es, sorprendentemente, un área insuficientemente estudiada y permite pocas afirmaciones categóricas. Esto es, la relación de causalidad no está probada científicamente", aclara **Diego García Borreguero**, director médico del **Instituto Internacional del Sueño**. Ahora bien, "el sueño es un **mecanismo tan delicado** que cualquier cosa puede afectarle, incluida la alimentación".

Determinadas dietas de adelgazamiento pueden provocar estados carenciales que afectan a la calidad del sueño

Partiendo de estas premisas, un estado nutricional correcto es importante para la calidad y cantidad de sueño, y "unas dietas inadecuadas pueden causar fatiga, irritabilidad, depresión e insomnio". ¿Qué dieta es una buena aliada del sueño? Un **estudio español** publicado en la revista *Sleep*, y realizado sobre más de 1.596 participantes, ha encontrado que la **dieta mediterránea** se asocia a mejor calidad del sueño y **mantenida en el tiempo**. En el lado opuesto, otras dietas de adelgazamiento pueden afectar a la calidad del sueño debido a que, alerta García Borreguero, "si no son supervisadas por un especialista, con facilidad pueden llevar a estados carenciales".

Nutrientes imprescindibles

Esos déficits de ciertos minerales y vitaminas son los que están más relacionados con los trastornos de sueño. El director médico del Instituto Internacional del Sueño subraya que "existe una escasez de información científica sobre la importancia de los **minerales** para el sueño", y la investigación que hay en este sentido es, sobre todo, en animales. "No obstante -dice- si faltan en la dieta o si su absorción es insuficiente puede producirse **insomnio crónico**", y apunta directamente al magnesio, complejo vitamínico B, calcio, zinc, **cobre y hierro**, que parecen afectar al sueño. Los **frutos secos** (sobre todo pipas de girasol y almendras) son una buena fuentes de estos minerales.

¿Cuáles son los más importantes?

Vitamina C: se asocia al insomnio. La falta de esta vitamina provoca un exceso de histamina, “una sustancia estimulante que **produce vigilia**”, describe el neurólogo. Además, la vitamina C favorece la absorción de hierro, y si “disminuyen los niveles de hierro en el organismo, es posible a su vez que favorezca un síndrome de **piernas inquietas**”. Los **kiwis** son ricos en vitamina C y **algunos trabajos** los relacionan con la calidad del sueño.

Magnesio: insomnio. En animales de experimentación se ha demostrado que administrar magnesio promueve un **sueño más sólido**, con menos despertares. Algunos insomnes tienen déficit de magnesio, y se apunta que el aporte diario de 250 a 300 mg de **magnesio** puede corregir este déficit y mejorar. García Borreguero señala que “si se toma magnesio, es conveniente hacerlo en una proporción de 1:2 con **relación al calcio**”. En la dieta, se encuentra en los **frutos secos**, frutas y verduras.

Calcio: tiene efectos sedantes sobre el sistema nervioso. Es uno de los minerales más importantes del sistema nervioso, se obtiene de los **lácteos y legumbres**. Actúa conjuntamente con el magnesio, como relajante natural.

Zinc: insomnio. El déficit de este mineral se manifiesta en forma de mayor número de **despertares nocturnos**. Las principales fuentes dietéticas del zinc son las carnes, pescados, **huevos, cereales integrales** y legumbres.

Aluminio: mala calidad del sueño. El aporte excesivo de aluminio, un mineral que se incluye en algunos antiácidos, puede disminuir la calidad del sueño, “lo cual puede explicar algunos de los problemas de sueño observados en personas que utilizan regularmente antiácidos”.

El complejo vitamínico B: regulación del sueño. Interviene en la utilización que el organismo hace del **triptófano** y otros aminoácidos relacionados con el sueño. La niacina, o vitamina B3, puede mejorar el insomnio y ser más útil en pacientes con **despertares precoces**. La vitamina B12 interviene en la regulación del ritmo sueño-vigilia, y puede ser útil para personas con el ritmo del **sueño cambiado**, durante el *jet lag* o incluso en algunos casos de insomnio en los ancianos. Los **huevos, pescados azules** y legumbres tienen un alto contenido en vitaminas del grupo B.

Vitamina D: somnolencia. Su falta de vitamina puede intervenir en la aparición de sensación de cansancio con somnolencia durante los meses de invierno. En su producción interviene la luz solar. No está **suficientemente claro** que su aporte en la dieta mejore el cuadro. Lácteos y pescados azules son abundantes en vitamina D.

Es mejor evitar

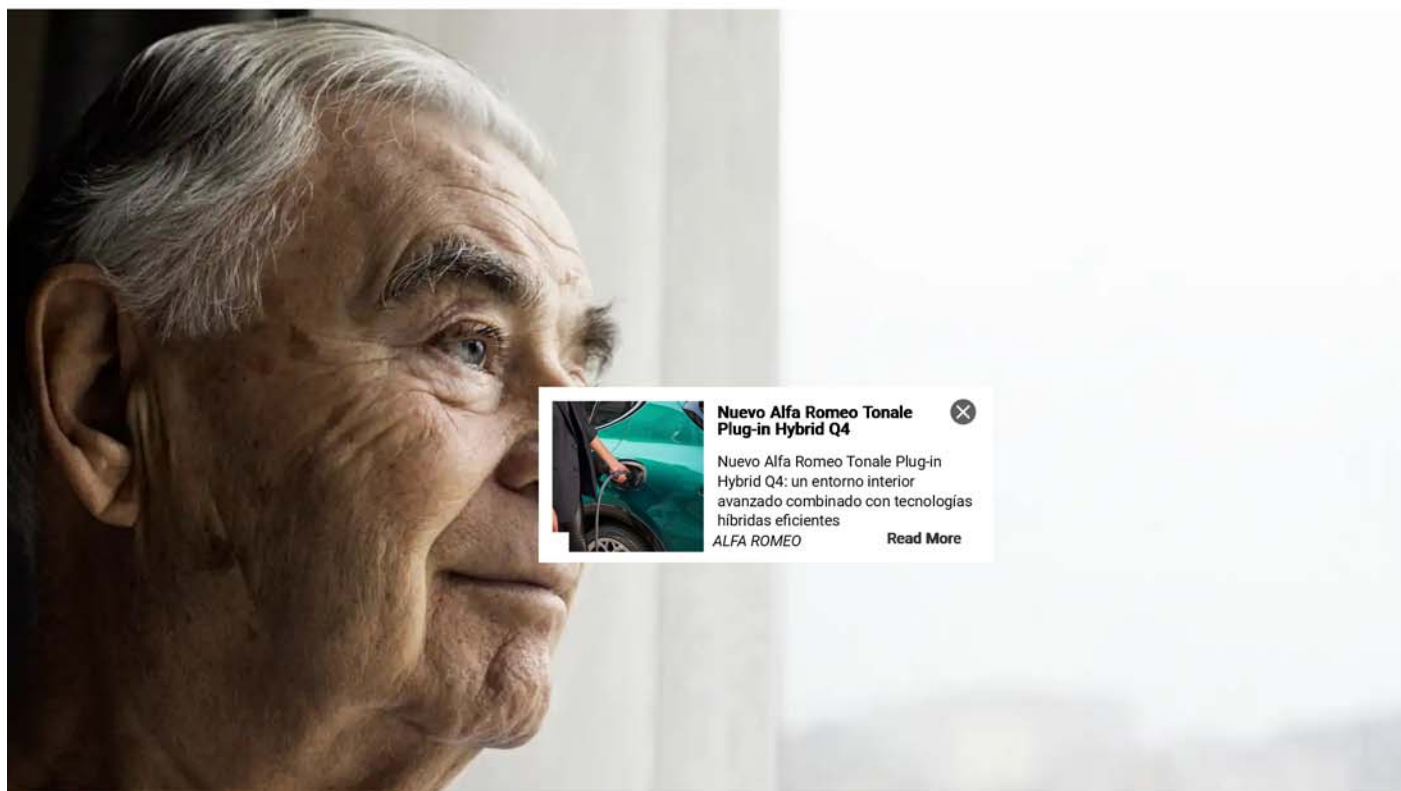
Además de estos alimentos, Diego García Borreguero añade que “se ha demostrado que los **hidratos de carbono** tienen un efecto importante sobre la cantidad de sueño de ondas lentas y de sueño REM, y que una dieta abundante en carbohidratos produce más somnolencia que una rica en proteínas”.

Foto: Unsplash/@picoftasty.

Pero insiste en que falta evidencia científica sobre la **causalidad** de ciertos alimentos y las alteraciones de sueño, lo que no le impide hacer una serie de recomendaciones dietéticas orientadas a favorecer el sueño y el descanso:

- Evitar **comida precocinada** y similares. Elegir **verdura fresca**, no almacenarla durante mucho tiempo y evitar la cocción prolongada. Dar prioridad a las ensaladas y al consumo de vegetales frescos.
- Cambiar los cereales refinados por **integrales**. Aumentar el consumo de fibra y el de cereales no azucarados. Estas

EN VIVO Guerra Rusia-Ucrania | Cinco muertos en la ocupada Lugansk tras los bombardeos del Ejército ucraniano



Un hombre de edad avanzada mira por la ventana de su hogar. iStock

El nuevo signo que dispara el riesgo de alzhéimer: un estudio advierte que los científicos se equivocan

Un nuevo estudio sobre el origen de esta enfermedad neurodegenerativa revela que la acumulación de placas amiloides no es el culpable directo.

31 mayo, 2023 - 03:17

GUARDAR

EN: [ALZHEIMER](#) [CEREBRO](#) [NEUROCIENCIA](#)

Pablo García Santos



40.000 nuevos casos, que se suman a los 800.000 españoles que ya padecen esta patología. Los expertos recomiendan llevar un estilo de vida saludable, en particular una buena dieta y ejercicio físico, ya que puede protegernos de [algunas enfermedades crónicas](#). Sin embargo, hay otros factores ante los que poco podemos hacer, como es el caso del amiloide.

Esta proteína se suele acumular en el cerebro de aquellos pacientes que sufren enfermedades neurodegenerativas como el alzhéimer. Es por este motivo que **la acumulación de placas amiloides se considera uno de los rasgos más distintivos de esta enfermedad**, en cuanto al tejido cerebral se refiere. De hecho, durante muchas décadas los neurocientíficos creyeron que la acumulación de placas amiloides era, junto con los ovillos de proteína tau, el culpable directo del desarrollo de esta enfermedad.

PUBLICIDAD

En cambio, un estudio que se ha publicado este lunes en [la revista *Nature Medicine*](#) muestra que **el amiloide no es el principal responsable de que una persona sufra alzhéimer**. Así lo han comprobado los investigadores de la Escuela de Medicina de la Universidad de Pittsburgh (Estados Unidos) tras haber realizado un análisis de sangre a más de 1.000 personas. Todas ellas sin ningún problema a nivel cognitivo.

Fármacos con otro fin

Los resultados de esta investigación revelan, en primer lugar, que el amiloide no es un claro indicativo de que una persona pueda desarrollar alzhéimer. Al menos, si se detecta de manera individual, pues, como han hallado los investigadores, **sólo aquellas personas que presenten una combinación de amiloides y marcadores sanguíneos de activación anormal de los astrocitos** corren el riesgo de sufrir esta enfermedad.

Recomendado por Outbrain

Si necesitas pasar el tiempo, este juego clásico es imprescindible. Juega sin instalar.

Forge Of Empires

De los astrocitos se desconocían prácticamente todo desde hace bien poco. No se consideraba siquiera que pudieran tener un papel importante en la comunicación entre neuronas. Sin embargo, gracias a un hallazgo con sello español, se pudo saber que **actúan como intermediarios en la comunicación entre las neuronas**. "Los astrocitos coordinan la relación entre el amiloide cerebral y la proteína tau como un director de orquesta". Quien habla es la doctora principal Bruna Bellaver, autora principal del estudio que ha revelado la importancia de esta célula en pacientes con alzhéimer.

[\[El mal hábito diario muy extendido en España que daña el cerebro y acelera el alzhéimer\]](#)

"El descubrimiento sitúa a los astrocitos en el centro como reguladores clave de la progresión de la enfermedad, desafiando la noción de que el amiloide es suficiente para desencadenar la enfermedad de Alzheimer", añade el doctor Tharick Pascoal, profesor de Psiquiatría y Neurología de la Universidad de Pittsburgh y otro de los autores del trabajo.

El experto también señala que, debido a la suposición de que el amiloide era "responsable directo" del alzhéimer, la fabricación de fármacos con los que reducir los efectos de esta enfermedad se había destinado sobre todo a la lucha contra el amiloide y la tau, pasando por alto la relevancia de otros procesos.

Es por ello por lo que Pascoal considera que la alteración de otros procesos cerebrales puede ser tan importante como la propia carga amiloide a la hora de iniciar la muerte de las neuronas que caracteriza al rápido deterioro cognitivo. Uno de esos procesos cerebrales es la inflamación del cerebro, también conocida como encefalitis, en la que **los astrocitos juegan un papel clave para su protección**.

En una investigación anterior este profesor de la universidad estadounidense y su grupo descubrieron que la inflamación del tejido cerebral es una causa directa del deterioro cognitivo en pacientes con alzhéimer.

[SUSCRÍBETE](#)

cada vez más tempranas de la enfermedad, lo que hace que el diagnóstico precoz correcto del riesgo de alzhéimer sea fundamental para el éxito. Sin embargo, la presencia de amiloide en un individuo ha dejado, tras el presente estudio, de considerarse como un factor suficiente como para invitar a dicha persona a probar la terapia experimental.

Es decir, la inclusión de marcadores como los astrocitos que no cumplen con su función original permitirá mejorar la selección de pacientes con probabilidades de progresar a fases posteriores del Alzheimer y, por tanto, **ayudar a afinar la selección de candidatos** a intervenciones terapéuticas que tengan más probabilidades de beneficiarse.

SIGUE LOS TEMAS QUE TE INTERESAN

[+ ALZHEIMER](#) [+ CEREBRO](#) [+ NEUROCIENCIA](#)

31 May 2023

¿Hay un insomnio familiar fatal e incurable?: angustia en España

Por Yarisley Urrutia (SPUTNIK)

El insomnio familiar fatal es una enfermedad hereditaria ultrarrara que provoca la muerte en unos meses y por ahora no hay tratamiento a corto plazo. La mayor parte de los casos diagnosticados en todo el mundo se acumulan en España. Sputnik conversó con especialistas para conocer más detalles sobre esta patología, sus síntomas y raíces.

El insomnio familiar fatal es una patología neurodegenerativa hereditaria y, en la actualidad, terrible: no tiene tratamiento ni tampoco hay fármacos que combatan los síntomas. Es una enfermedad de tipo genético que hace que quienes la padecen tengan un 50% de probabilidades de transmitirla a su descendencia y provoca la muerte en unos meses.

Durante la aflicción, la mutación de un gen provoca una neurodegeneración que afecta todas las fases del sueño y produce ataxia. Las regiones que acumulan la mayor parte de los casos diagnosticados en todo el mundo son el País Vasco y Jaén.

El insomnio y las alteraciones del sueño al uso suelen tener una raíz psicológica. Pero este no es el caso del insomnio familiar fatal que, además, contabiliza mayoritariamente en España todos los casos detectados en el mundo. "En la actualidad hay diagnosticados aproximadamente 100 casos en todo el mundo, aunque la mayoría de ellos en España", confirma a Sputnik la doctora Renata Egatz, especialista en Neurofisiología Clínica y Medicina Familiar y Comunitaria del sistema público de salud madrileño.

El causante de la enfermedad son unas partículas proteicas denominadas priones que actúan como un agente infeccioso que se propaga por el cerebro. "Los priones rompen el equilibrio celular de las células del sistema nervioso central, en este caso del tálamo, alterando el ciclo sueño-vigilia", explica Egatz, que cita entre otros síntomas alteraciones neuropsiquiátricas tales como "alucinaciones, déficit de memoria y atención, trastornos motores como mioclonías [espasmos musculares], ataxia [falta de coordinación en los movimientos] y parkinsonismo".

"Los estudios de sueño muestran una arquitectura de sueño desestructurada, con afectación de todas las fases de sueño (sueño profundo NREM y sueño REM), siendo característica la falta de atonía muscular durante las fases de sueño REM, durante las cuales se producen normalmente las ensoñaciones o sueños".

Renata Egatz

Neurofisióloga

"Es un insomnio absoluto, extremo, los pacientes dejan de dormir", resume la neuróloga Celia García Malo, vocal de la Sociedad Española de Neurología (SEN) e integrante de su Grupo de Estudios de Trastornos de la Vigilia y el Sueño. En conversación con Sputnik, explica que, además del tálamo, otras zonas del cerebro y del cerebelo también resultan afectadas. "De ahí que haya esos otros síntomas y trastornos neurológicos", señala.

Rápida y letal

Como es tan inusual, el insomnio familiar fatal puede confundirse en su etapa inicial con otras enfermedades degenerativas. "La carcinomatosis meníngea y las enfermedades priónicas, como la de Creutzfeldt-Jakob, tienen también cuadros neurológicos fatales y progresivos", recuerda Celia García Malo.

"Hay que tener en cuenta que los síntomas son inespecíficos y aparecen

en numerosas patologías que no tienen que ver con esta enfermedad neurodegenerativa, por lo tanto, el diagnóstico es difícil", añade Renata Egatz, que explica que la confirmación del diagnóstico suele obtenerse mediante "un estudio genético específico en pacientes con alta sospecha clínica de tener una mutación del gen PRNP del cromosoma 20". Una vez diagnosticada, la dolencia avanza rápidamente y culmina en un desenlace letal en cuestión de meses.

"La esperanza de vida en promedio es de más o menos un año", afirma la doctora García Malo, que destaca su aparición a edades medias. "Hay casos más tempranos y otros más tardíos, pero sobreviene entre los 40 y 60 años de edad, en ningún caso durante la infancia", añade. En la progresión de la enfermedad, los pacientes presentan también alteraciones psiquiátricas, como alucinaciones y ansiedad.

Como no existen todavía tratamientos curativos ni terapias que permitan alargar la vida del paciente, la medicina se limita a ofrecer cuidados paliativos. "Solamente se realizan medidas de soporte para controlar y aliviar los síntomas", confirma la doctora Egatz. "De modo que es importante contar con un sistema sanitario para acceder a cuidados paliativos que permitan reducir el dolor y el sufrimiento de los afectados", explica.

Hereditaria y centrada en España

La enfermedad la desarrolla quien sea portador del gen PRNP mutado ubicado en el cromosoma 20, lo que lleva a una sobreproducción de proteínas priónicas capaces de neurodegenerar varias áreas del cerebro. Y la descendencia de un portador tiene un 50% de posibilidades de albergar esa mutación génica y desarrollar la enfermedad.

Solo España, China, Alemania, EEUU e Italia han dado cuenta de la presencia de la enfermedad. Pero el país ibérico concentra más de la mitad de los casos detectados a nivel global, que supuestamente alcanzan el centenar en todo el mundo. Y se concentran sobre todo en dos regiones: en el País Vasco y en una zona específica de la provincia de Jaén, la sierra

del Segura. Esto se explica por un mismo origen en la figura de un ancestro común y en las migraciones.

"Aparecen muy pocos casos en pocos países y no de manera espontánea", explica a Sputnik Joaquín Castilla, investigador principal del Laboratorio de Investigación de Priones en el CIC bioGUNE de Bilbao, un centro de investigación científica de vanguardia en el País Vasco. Este científico resalta que la aparición de nuevos casos depende "del tamaño de las familias y de cuántas nuevas familias han podido formar los portadores de la mutación".

Un primer portador viajero

El origen de la mutación se ubica en el este de Europa, asegura Castilla, con un primer portador "que migró y fundó una familia probablemente en el norte de Italia". De ahí alguien viajó y se asentó en la provincia de Álava y en el condado de Treviño "hace siglos".

"Se cree que hay 10 familias diferentes, pero si vas hacia arriba, todas tienen un ancestro común -prosigue Castilla en su explicación-, y una de esas familias viajó y recaló en Jaén, donde generó otro núcleo familiar con una cantidad de potenciales portadores bastante grande". En esta dispersión geográfica, también hay algún caso en Galicia, en la provincia de Segovia y en Cataluña. Pero todos, insiste Castilla, comparten un ancestro común.

"Así que hablar de prevalencia es difícil, depende del tamaño de las familias. Estamos haciendo los árboles genealógicos y, teniendo en cuenta que se trata de una enfermedad que se hereda al 50%, creemos que en España podría haber unos 300 portadores, quizá alguno más. En Italia es una sola familia y no más de 50 portadores".

Joaquín Castilla

Investigador del CIC bioGUNE

Líneas de investigación

El laboratorio que dirige Joaquín Castilla en el CIC bioGUNE trabaja en dos direcciones, ambas todavía en fase preclínica de experimentación con animales. Una utiliza células farmacológicas para interferir en la propagación de la proteína patógena que aparece en el cerebro, y otra se basa en una terapia génica para impedir el proceso de propagación.

"En el primer caso, tratamos de que la molécula farmacológica proteja a la proteína endógena, encorsetándola para que cuando llegue la proteína patógena se impida su proceso de propagación", detalla Castilla. "En la segunda línea llevamos una proteína dominante negativa a la zona donde va a ocurrir la propagación y bloqueamos el proceso, pues se interpone evitando la propagación o 'malpegamiento' de las proteínas de al lado. Esta terapia está en una fase temprana y creemos que es la más efectiva", explica.

En otros centros de investigación se trabaja en la reducción de los niveles de la proteína endógena para eliminar el sustrato de la proteína maligna y evitar la propagación. El resultado con animales es esperanzador, asegura Castilla. "Y en humanos, la farmacéutica Ionis tiene previsto comenzar la fase 1 para comprobar la toxicidad", agrega, sin especificar plazos más allá de "pronto".

La solución embrionaria

Pero también hay una solución preventiva, totalmente eficaz. Es la selección embrionaria. En esencia, se trata de realizar un estudio genético en los posibles portadores y aislar los embriones que están mutados.

"Es una solución radical y si se hiciera con cualquier enfermedad genética acabaríamos con ellas", afirma Castilla, advirtiendo acto seguido de que el asunto es "mucho más complejo" en realidad, pues no todas las personas potencialmente afectadas desean saber si albergan la mutación. "Dentro de las familias hay personas que no desean saberlo", añade Celia García Malo, que destaca también el derecho que les asiste a mantenerse en esa

incertidumbre.

"Pero a nivel de divulgación, saber si eres o no eres portador tiene importancia sobre todo para tus hijos, para tu descendencia, porque hacer una selección genética de tus embriones para evitar que tus hijos puedan tener la enfermedad es una forma de prevenirla".

Celia García Malo

Neuróloga de Clínica CISNe

"El problema es que la mayoría de la gente no quiere saber si es portadora y además quiere tener hijos sanos. Se enfrentan a una situación en que no quieren tener hijos con la mutación, pero no quieren saber si ellos mismos la tienen. Así que esta selección embrionaria se llama indirecta y se hace buscando embriones no afectados", conviene Castilla.

Tampoco se vislumbra que la teórica solución eugenésica que plantea la selección embrionaria puede hacer sombra a la investigación de una cura. "Porque las terapias seguirán siendo necesarias, sobre todo porque están pensadas para casos esporádicos, pues seguirá habiendo uno o dos casos por cada millón", concluye Joaquín Castilla.

FISI[👉]NOTICIAS

DIAS MUNDIALES

Esclerosis Múltiple, una vida en comunidad. Una vida con más oportunidades.

Por **COFICAM** 30 de mayo de 2023 🗨️ 0 👁️ 21



Imagen del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha se suma a la **Asociación Esclerosis Múltiple España** en la conmemoración del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple. con un foco muy claro que queda reflejado en el lema de este año: Una vida en comunidad. Una vida con más oportunidades.

La **Esclerosis Múltiple** es una enfermedad neurodegenerativa, que afecta al Sistema Nervioso Central. La mayoría de los casos se diagnostican en personas que tienen entre 20 y 40 años, pero también puede aparecer en niños, adolescentes y ancianos. Esta dolencia afecta a 55.000 personas en España, 1.000.000 en Europa, y 2.8 millones en todo el mundo.

Según la Sociedad Española de Neurología, la EM es la segunda causa de discapacidad entre los jóvenes después de los accidentes de coche y la primera causa de discapacidad no traumática en España.

La enfermedad de las mil caras

No es una enfermedad mortal, aunque la esperanza de vida es ligeramente menor, según las últimas investigaciones. Los síntomas son diferentes en cada persona y aparecen con distinta intensidad, es decir, es heterogénea, por ello, se le suele llamar “la enfermedad de las mil caras”.

Su causa es desconocida, pero numerosas investigaciones parecen indicar que su aparición se debe a una combinación de genes (aunque no se considera una enfermedad hereditaria), factores del entorno y el estilo de vida.

Es incurable, por ello, el manejo terapéutico de la Esclerosis Múltiple busca el control de su actividad a través de tratamientos modificadores del curso de la enfermedad, tratamiento de los brotes y el tratamiento de los síntomas o secuelas que puedan aparecer. Para ello, es fundamental que se combine el tratamiento farmacológico con el tratamiento rehabilitador realizado por profesionales que forman parte de un Equipo Transdisciplinar. Neuropsicología, Fisioterapia, Logopedia, Terapia Ocupacional, Trabajo Social, etc. todos ellos deben trabajar de forma coordinada y orientada a alcanzar objetivos comunes.

Es recomendable que la atención sea temprana, ya que, un programa de rehabilitación iniciado en las primeras fases puede mejorar el estado físico, cognitivo, emocional y social. Además, puede ayudar en la educación en salud de las personas con Esclerosis Múltiple y sus familias/cuidadores y prevenir complicaciones.

La Esclerosis Múltiple impacta en la vida laboral

La Esclerosis Múltiple impacta a todos los niveles, de manera muy especial en la vida laboral. El acceso al empleo o el mantenimiento del puesto de trabajo tras el diagnóstico sigue siendo el problema más destacado asociado a la economía familiar.

Además del importante impacto económico, dejar de trabajar deriva con

frecuencia en ansiedad, estrés, incluso depresión. El 77% reconoce que dejar de trabajar afecta a su autoestima.

Al no contar con medidas de protección social adecuadas tras el diagnóstico, para muchas personas decir en sus puestos de trabajo que tienen Esclerosis Múltiple, es un problema. El miedo al estigma o a la pérdida del empleo, provoca que más de un 30% de personas con EM no lo cuente en el trabajo.

El COFICAM se suma a la conmemoración del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, cuyo lema habla de una vida con más oportunidades. Y para que existan estas oportunidades, es necesario ofrecer medidas de protección adecuadas desde el momento de diagnóstico. Con el objetivo de garantizar, entre otras cosas, la posibilidad de adaptar el puesto de trabajo en función del avance de la enfermedad. Una enfermedad muy heterogénea, de evolución impredecible, y condicionada por síntomas a menudo invisibles como la fatiga, los problemas de visión o el dolor.

Alicia Martínez Medina. Colegiada N° 870 de COFICAM

“Se está investigando mucho en terapias que controlen la degeneración y la inflamación restringida al SNC en EM”

Ana Belén Caminero (SEN) explica a Gaceta Médica cuáles son las últimas novedades terapéuticas en la enfermedad

Por **Ana Sánchez Caja** - 30 mayo 2023

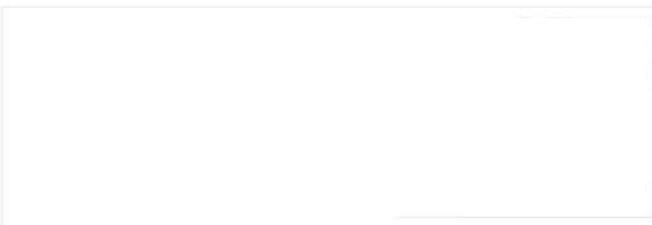
La **esclerosis múltiple (EM)** es una enfermedad crónica, inflamatoria y autoinmune que afecta al Sistema Nervioso Central (SNC). Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), **afecta a alrededor de 55.000 personas en España**, pero cada año se diagnostican 2.500 nuevos casos. La edad de inicio suele oscilar entre los 20 y 40 años, lo que la convierte en la segunda causa de discapacidad más frecuente en los adultos jóvenes españoles, solo por detrás de los accidentes de tráfico.

Los **síntomas de la enfermedad son muy variados**, al igual que su curso y gravedad. Los más frecuentes son la aparición de trastornos de movilidad o sensibilidad en alguna parte del cuerpo, problemas visuales, trastornos del equilibrio, problemas de control del esfínter, fatiga o dolor entre otros. La EM disminuye notablemente la calidad de vida de quien la padece, sobre todo si no se trata. Para ello, un diagnóstico temprano y un seguimiento adecuado de los pacientes puede ayudar a las personas con la enfermedad a controlar los síntomas y a mejorar su calidad de vida.

Hoy en día **no existe una cura para la EM**, por lo que los tratamientos están centrados en retrasar la progresión de la enfermedad, prevenir recaídas y controlar los síntomas de manera efectiva. Según Farmaindustria, la **innovación farmacéutica ha evolucionado de manera muy significativa** en este campo en los últimos años con la incorporación al arsenal terapéutico de nuevos tipos de tratamientos y la apertura de nuevas líneas de investigación.



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



Actualidad (https://www.geriaticarea.com/categorias/actualidad/)

La Sociedad Española de Neurología publica su «Manual de Urgencias Neurológicas»

Mayo, 2023 (https://www.geriaticarea.com/2023/05/31/la-sociedad-espanola-de-neurologia-publica-su-manual-de-urgencias-neurológicas/)



Con el objetivo de ayudar en la toma de decisiones rápidas y precisas en situaciones de emergencia para minimizar las consecuencias de las enfermedades neurológicas y mejorar la calidad de vida de los pacientes, la Sociedad Española de Neurología (SEN) ha publicado el «Manual de Urgencias Neurológicas».

(https://pinterest.com/nin/create/bookmarklet...
om/share?url=https://www.geriaticarea.com/2023/05/31/la-sociedad-espanola-de-neurologia-publica-su-manual-de-urgencias-neurológicas/&send_text=...
... como 2023 de la Dr. José María López, presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), ha publicado su manual de Urgencias Neurológicas. Este manual de urgencias se ha ido actualizando y mejorando con el tiempo, ya que el paciente se ha ido haciendo más complejo y las enfermedades neurológicas han aumentado de forma notable en los servicios de urgencias. Todos sabemos que en el momento de la urgencia, el tiempo es un factor clave para la atención de un paciente: tiempo es vida. Este manual de Urgencias Neurológicas (SEN) es una herramienta esencial para los neurólogos de Urgencias de Neurología (SEN).



lookvision.es

LA SEEBV colabora en las II Jornadas de Neurooftalmología que se celebrarán en junio en Valencia - Revista óptica Lookvision

~2 minutos

II JORNADAS DE NEUROOFTALMOLOGÍA
15-16 Junio 2023
Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Valencia

ORGANIZAN

SEN
GRUPO DE ESTUDIO DE NEUROOFTALMOLOGÍA

SOCIEDAD VALENCIANA DE NEUROOFTALMOLOGÍA
1988

COLABORAN

SOCIEDAD OFTALMOLÓGICA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA (SÓCV)

SEEBV
Sociedad Española de Especialistas en Baja Visión

La Sociedad Española de Especialistas en Baja Visión –SEEBV– participará como entidad colaboradora en la segunda edición de las Jornadas de Neurooftalmología, que se celebrarán en el Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Valencia los días 15 y 16 de junio. Estas jornadas, que se podrán seguir tanto en formato presencial como online, pretenden ser un punto de encuentro entre profesionales de la visión con el ánimo de mejorar la comunicación y el abordaje multidisciplinar de las personas que sufren problemas visuales de origen neurológico. Junto a la SEEBV participarán también los grupos

de estudio de Neurooftalmología de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la Sociedad Valenciana de Neurología (SVN) y la Sociedad Oftalmológica de la Comunidad Valenciana (SOCV).

“Las Jornadas nos servirán para poner al día algunos conocimientos y, también, para afianzar las redes de colaboración que se iniciaron el año pasado y que ya están dando sus primeros frutos”, comenta José María Losada, Coordinador del Grupo de Estudio de Neurooftalmología de la Sociedad Española de Neurología. “Aprovechamos –continúa– para agradecer su ayuda a las diferentes sociedades científicas y laboratorios farmacéuticos que colaboran con la organización de esta reunión. Con todo esto, esperamos que estas Jornadas sean satisfactorias para todos y todas y que sigamos con ganas de repetir cada año. ¡Nos vemos en Valencia el 15 y 16 de junio!”

En el siguiente enlace encontraréis toda la información referente a estas Jornadas, así como el programa y el formulario de inscripción:

<https://2023.jornadaneurooftalmologia.com/home>

Si desea más información, puede contactar también en:

info@seebv.com



MEDICINA
RESPONSABLE

Suscribirme

HOME / ACTUALIDAD SANITARIA

Descubren por qué unas personas sufren alzhéimer y otras no

La clave se encuentra en unas células con forma de estrella, denominadas astrocitos

Compartir     



Por [Eva Abajo](#)

30 de mayo de 2023

El alzhéimer es una enfermedad que afecta a 47 millones de personas en todo el mundo. Sólo en España hay más de 800.000 personas diagnosticadas, con una prevalencia superior en mujeres mayores de sesenta años.

De acuerdo con el doctor Juan Fortea, coordinador del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología (SEN), el alzhéimer deriva en el deterioro cognitivo irreversible de la persona que lo sufre,

reduciendo de forma drástica su calidad de vida. “Es una enfermedad que se caracteriza por producir, de manera gradual y progresiva, la pérdida y muerte de neuronas, lo que conduce al deterioro de las funciones cognitivas, alterando la capacidad funcional y produciendo una gran discapacidad y dependencia”.

Hasta la fecha no se conocía la causa que provoca que unas personas desarrollen alzhéimer sintomático, mientras que otras no presentan un deterioro cognitivo manifiesto vinculado a la enfermedad. Esta incógnita podría despejarse tras el hallazgo realizado por varios investigadores de la Facultad de Medicina de la Universidad de Pittsburgh, en Estados Unidos. Según su investigación, centrada en las primeras fases preclínicas de la enfermedad, los astrocitos, encargados de suministrar nutrientes a las células cerebrales, juegan un papel clave en la progresión del alzhéimer.

El estudio analizó la progresión de la enfermedad en más de 1.000 personas, con una media de edad de 70 años que no padecían ningún deterioro cognitivo. De acuerdo con su investigación, mediante un análisis de sangre se puede determinar si una persona sana, con acumulación de proteína amiloide en el cerebro, desarrollará alzhéimer en el futuro. “Nuestros hallazgos sugieren que la detección de la anomalía del biomarcador de reactividad de los astrocitos es fundamental para predecir si las personas con deterioro cognitivo y proteína amiloide positiva desarrollarán patología tau y, en consecuencia, síntomas clínicos”, afirman los investigadores.

La detección precoz tiene una inmensa importancia, puesto que permite el inicio temprano de terapias orientadas a mejorar los síntomas y la calidad de vida de los pacientes durante varios años. No obstante, los síntomas del alzhéimer se confunden, en muchas ocasiones, con el deterioro cognitivo normal asociado a la vejez. Por ello, es muy importante erradicar la idea de que los despistes y las pérdidas de memoria son parte del proceso habitual de envejecimiento cerebral. En palabras del doctor Fortea, “el alzhéimer y sus síntomas no forman parte del envejecimiento normal del cerebro. Se tiende a pensar que es normal que una persona, con los años, pierda memoria y capacidades cognitivas. Pero esto es una idea errónea que solo ayuda a que la enfermedad de alzhéimer esté infradiagnosticada”.

El descubrimiento de la Universidad de Pittsburgh podría cambiar las reglas del juego en el tratamiento del alzhéimer. La inclusión de marcadores de reactividad de los astrocitos entre las pruebas diagnósticas facilitará la selección de aquellos pacientes que, por sus características, tienen mayores probabilidades de sufrir alzhéimer en el futuro.

Este estudio, además, abre la puerta al desarrollo de nuevas terapias que, implementadas de manera precoz, permitan mejorar la calidad de vida de los pacientes.

Noticias relacionadas



ACTUALIDAD SANITARIA

España, a la cabeza de Europa en esperanza de vida

Según el informe “Comparación del Sistema Sanitario Español con los Países de la Unión Europea”, la



ACTUALIDAD SANITARIA

16 millones de euros para Salud Mental

El Gobierno ha aprobado un nuevo plan para afrontar los efectos en la salud mental generados por la

ACTUALIDAD SANITARIA

Alertan de la presencia de histamina en conservas de atún

La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición avisa de que los lotes afectados van a ser

espanol.medscape.com

El nexa entre la periodontitis y el riesgo de ictus y Alzheimer: necesidad de acciones conjuntas

Carla Nieto Martínez

1-2 minutos

MADRID, ESP. Las últimas investigaciones confirman el impacto que tiene la periodontitis en las enfermedades neurológicas y, más concretamente, en el aumento del riesgo de [ictus](#) y de [enfermedad de Alzheimer](#).

Con el objetivo de revisar, actualizar y concretar la evidencia científica más reciente sobre este nexa, la Sociedad Española de Periodoncia y Osteointegración (SEPA) y la Sociedad Española de Neurología (SEN) acaban de presentar un informe en el que se recogen los últimos datos al respecto y se detallan una serie de recomendaciones prácticas que, en base a esta evidencia, deben aplicarse en las clínicas dentales y en las consultas de neurología. [1]

TOP PICKS FOR YOU

{cmds=contentId=5910934,type=related,size=3, recommendedReading=q=Enfermedad de Alzheimer,page=0,size=6,locale=es}

Lea más

Su nombre es obligatorio.

Inicio > Salud > Alzheimer: primeros sinto...

SABER DETECTARLO A TIEMPO PARA TRATARLO

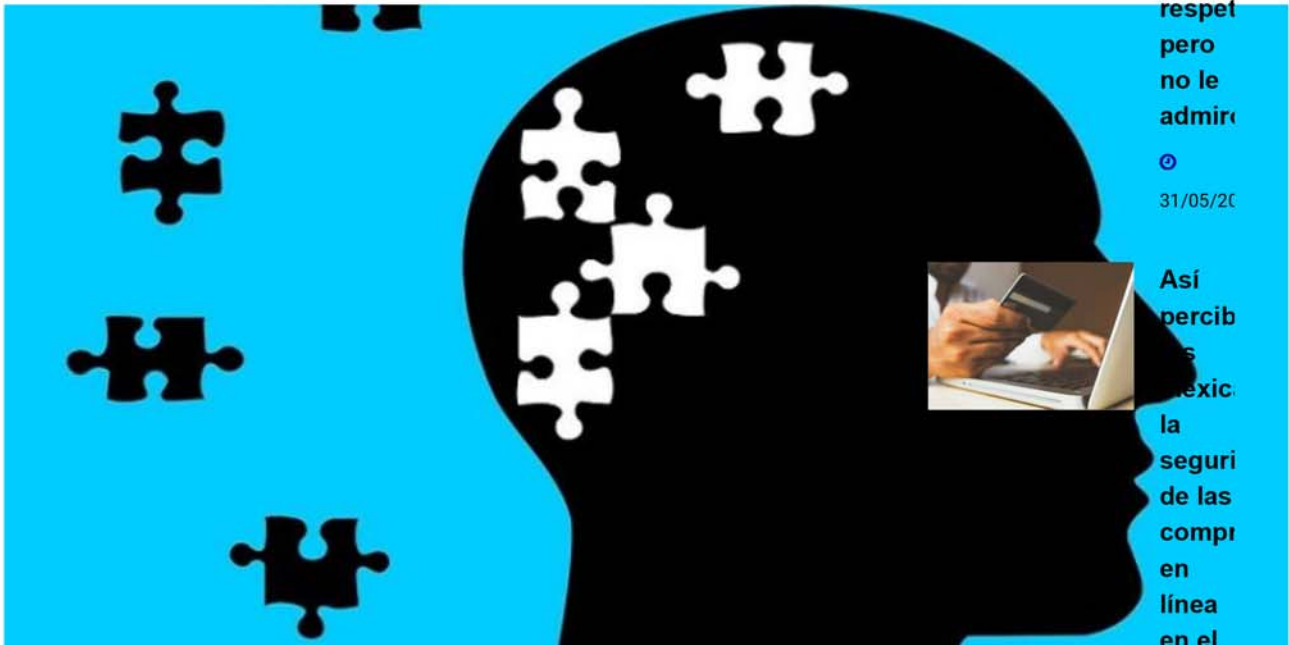
Alzheimer: primeros síntomas y posibles causas

ACTUALMENTE AFECTA A UNAS 800.000 PERSONAS



José María García Llanos: "Le respet pero no le admir" 31/05/2023

por redacción prnoticias - 31/05/2023 en Salud



Así percib... México la seguridad de las compr en línea en el Hot Sale 31/05/2023

Compartir en Facebook

Compartir en Twitter

La enfermedad de Alzheimer sigue siendo la causa de demencia más frecuente en España. Según los datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), cada año se diagnostican en nuestro país unos 40.000 nuevos casos

PUBLICIDAD

PUBLICIDAD

Mejor Banca Privada en España, según Euromoney

CaixaBank Banca Privada

El Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa que afecta a una gran cantidad de personas en todo el mundo. Según la Sociedad Española de Neurología (SEN), en España se han registrado en 2021 aproximadamente unas 800.000 personas que padecen dicha enfermedad. El deterioro progresivo de la



saber **detectarlo para tratarlo cuanto antes es lo más recomendable,**

Síntomas iniciales en casos de Alzheimer

Ahora bien, cabe recordar que el Alzheimer es una enfermedad progresiva. ¿Qué significa eso? **detectarla no es posible de un día para otro,** ya que sus síntomas aparecen de forma ocasional hasta que poco a poco se van agravando y haciéndose notar. En caso de detectarlos, se debe acudir a profesionales, de hecho, un **seguro médico familiar te puede ayudar mucho** al facilitar el acceso a pruebas de diagnóstico y los mejores especialistas en el menor tiempo posible. Sin embargo, antes de detectar la enfermedad. Para ello, hay que fijarse en una serie de **síntomas** in



Uno de los síntomas más comunes del Alzheimer es la **pérdida de memoria.** En las primeras fases de esta enfermedad es posible que la persona pueda tener dificultades para recordar algo que ha sucedido recientemente, como puede ser una fecha, un evento o incluso el nombre de alguien. A veces esto se achaca a un despiste, pero, cuando empieza a pasar con frecuencia, hay que hacerle un seguimiento.

Asimismo, otro bastante repetido es que empiezan a **surgir dificultades para llevar a cabo tareas cotidianas como cocinar, conducir o incluso vestirse.** Surgen problemas no solo para efectuarlas, sino también para organizarse y planificarlas. Además, los cambios de humor, **el estado de ánimo y la personalidad** también pueden estar relacionados con el Alzheimer. Las personas se vuelven más ansiosas, retraídas e irritables. De hecho, en ocasiones la apatía y la **agresión** se manifiestan con frecuencia. Hay que tener cuidado.



Y, por último, cuando una persona sufre Alzheimer, otro síntoma bastante representativo es la **dificultad para encontrar la palabra adecuada** a la hora de mantener una conversación. Aunque esto es común, lo realmente delator es cuando ya surgen dificultades para expresarse o incluso para entender lo que está escuchando o leyendo.

¿Cuáles son las principales causas del Alzheimer?

Lo cierto es que **no hay nada 100% claro sobre la causa del Alzheimer.** Es un misterio que se sigue investigando aún a día de hoy, pero, por el momento, se cree que puede deberse a una combinación de **factores genéticos y ambientales** puede desempeñar un papel en su desarrollo. Algunos de los factores que se han relacionado con el desarrollo del Alzheimer son **la edad, el estilo de vida y la genética,** pero sobre todo el haber sufrido alguna lesión cerebral.

Al parecer, las **personas en cuya familia hayan surgido casos de Alzheimer** son más propensas a sufrir esta enfermedad, que se manifiesta sobre todo **a partir de los 65 años.** Por otra parte, se considera que mantener un estilo de vida saludable ayuda a frenar su aparición, como sucede con otras tantas enfermedades.

En este contexto, los expertos recomiendan llevar un estilo de vida saludable, en particular acompañado de una buena dieta y ejercicio físico, ya que puede ayudarnos a desarrollar los primeros síntomas de forma más

de
sus
Premi
Wome
that
Buff
profesionales,
José
María
García
sobre
Ibai
Llanos
"Le
respet
pero
sobre
admir

@
31/05/2023
Así
telen volverse
percib
a los
mexic
la
seguri
de las
algom
en
línea
en el
Hot
Sale

📍
31/05/2023

PUBLICIDAD



MUNDO PRL (/MUNDO-PRL) Miércoles, 31 Mayo 2023 12:45

El 40 % de los empleados que ha probado la semana laboral de cuatro días asegura dormir mejor (/mundo-prl/57280-el-40-de-los-empleados-que-ha-probado-la-semana-laboral-de-cuatro-dias-asegura-dormir-mejor)





Redacción. Un reciente estudio sobre la **semana laboral de cuatro días** realizado a gran escala en Reino Unido ha puesto de relieve que el **40 % de los cerca de 2.900 empleados** que participaron en el mismo **afirmó tener menos problemas de sueño o insomnio**.

Según el estudio, realizado en una empresa de Nueva Zelanda llamada Perpetual Guardian, los empleados informaron de una **mejora en la calidad del sueño, niveles de estrés más bajos y una mayor satisfacción laboral** después de que su compañía implementara una semana laboral más corta.

Por su parte, la empresa experimentó un cambio en el enfoque del trabajo hacia una **mayor productividad y eficiencia** durante los cuatro días. A pesar de tener menos horas para trabajar, los empleados lograron mantener los mismos niveles de rendimiento y completar sus tareas de manera más efectiva.

En el caso de **España**, la reducción de la semana laboral a cuatro días se está acometiendo por algunas empresas como proyecto piloto. Hasta que sea una realidad asentada en las organizaciones españolas, es importante **actuar para que el insomnio y otros problemas del sueño no sean un impedimento para el correcto rendimiento y la salud** de los trabajadores.

En nuestro país se han llevado a cabo estudios para investigar la prevalencia del insomnio y sus efectos en la población. Según una investigación publicada en 2018 por la Sociedad Española de Neurología, cerca del **25 % de los españoles sufre algún tipo de trastorno del sueño**, siendo el insomnio el más común.

Por ello, brindar **herramientas de salud** a los equipos que promuevan hábitos saludables y una buena higiene del sueño no solo proporciona una solución para abordar el problema, sino que también actúa como una **medida preventiva**.

Plataformas de bienestar corporativo, como [WellWo \(https://wellwo.es/?utm_source=rhpress&utm_medium=nota-prensa&utm_campaign=semana-laboral-](https://wellwo.es/?utm_source=rhpress&utm_medium=nota-prensa&utm_campaign=semana-laboral-)

[4-dias-wellbeing-corporativo](#)), ofrecen diversas herramientas para mejorar el sueño, como programas para favorecer su calidad, planes nutricionales antiestrés y consejos emocionales y de ejercicio físico. Solo desde un enfoque integral, de 360 grados, es posible combatir los problemas de sueño y el insomnio.

Además, la plataforma aborda **los seis pilares fundamentales de la salud**: físico, nutricional, emocional, medioambiental, financiero y social, con el objetivo de abordar todos estos aspectos de manera global para lograr equipos más saludables.

WellWo (https://wellwo.es/?utm_source=rhpress&utm_medium=nota-prensa&utm_campaign=semana-laboral-4-dias-wellbeing-corporativo) ofrece una demo gratuita de su servicio que permite a las compañías descubrir cómo convertirte en una empresa saludable atendiendo a la salud de forma transversal.

Seguros TV Blog

Este es el blog de Seguros Televisión

Recuérdame mejora la vida de los pacientes con Alzheimer con el apoyo de Santévet

Posted on [31 de mayo de 2023](#) por [Redacción 2](#)



Santévet colabora con Recuérdame para mejorar la vida de los enfermos de Alzheimer con terapias caninas.

La asociación **Recuérdame** se dedica a visibilizar el Alzheimer y a apoyar a las personas afectadas y sus familias con actividades asistidas. Estas terapias mejoran la salud física, psicológica y social de los pacientes. En España son unos 800.000 según la Sociedad Española de Neurología.

Santévet se suma a esta causa con una donación económica y un seguro de salud vitalicio para Bobby, uno de los perros asistenciales de Recuérdame. **Leticia González**, directora de

márketing, afirma que “los animales son parte de la familia y nos encanta ver cómo ayudan a las personas con Alzheimer a sentirse mejor”. **José Codina**, presidente de Recuérdame, agradece la ayuda de Santévet y destaca la “magia” de los perros para despertar los sentimientos más profundos.

La [empresa](#) es una marca del grupo **Santévet Group**, con presencia en Francia, Bélgica, Alemania, España e Italia. Su compromiso ético se refleja en su programa solidario Second Chance, que promueve la adopción de mascotas en Francia.

TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR:

- [Santévet patrocina la carrera solidaria Can We Run](#)
- [Santévet expondrá sus novedades en la feria de mascotas Iberzoo+Propet](#)



Esta entrada fue publicada en [Aseguradoras](#) y etiquetada [#seguro](#), [Acuerdos](#), [Alzheimer](#), [compañías](#), [noticia de seguros](#), [Recuérdame](#), [RSC](#), [salud](#), [SantéVet](#), [seguros de Mascotas](#) por [Redacción 2](#). Guarda [enlace permanente \[https://blog.segurostv.es/recuerdame-mejora-la-vida-de-los-pacientes-con-alzheimer-con-el-apoyo-de-santevet/\]](#) .

Madrid la región más democrática del mundo!



La jornada minuto a minuto

¡SUPERENTREVISTAS!
PERSONALES

Pulsa aquí

¡SUPERDEBATES!
REGIONALES

Pulsa aquí

¡SUPERENTREVISTAS!
POLÍTICAS

Pulsa aquí

¡SUPERDEBATES!
MUNICIPALES

Pulsa aquí



INICIO › NOTICIAS › La esclerosis múltiple: La enfermedad de las mil caras

NOTICIAS | La esclerosis múltiple: La enfermedad de las mil caras

¿Qué implica vivir con esclerosis múltiple y por qué hay que lograr mayor protección social?



La importancia de dar visibilidad a la EM.
IMAGEN: ARCHIVO (PEXELS)

NAILA REYES
REGIONAL | 31/05/2023 10:51



Este mes, como cada 30 de mayo, se ha celebrado el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple. Se trata de una jornada dedicada a la concienciación sobre esta enfermedad y la reivindicación por una investigación de calidad, junto a una protección social. Sin embargo, es sumamente importante que la visibilización de esta afección no quede en un simple día conmemorativo. La concienciación a diario también juega un papel fundamental, así que **nunca**

LAS MÁS LEIDAS

- 1 | Informativo 9 de mayo
- 2 | Informativo 29 de mayo
- 3 | La Digitalización en Madrid, ¿una "política del chiringuito"?
- 4 | 28-M | Sigue la jornada electoral en Televisión Digital de Madrid
- 5 | 28-M | Los momentazos de Televisión Digital de Madrid



está de más recordar los riesgos y dificultades que conlleva vivir con esta enfermedad, así como explicar de qué se trata exactamente.

La esclerosis múltiple (EM) es una enfermedad neurodegenerativa, crónica, heterogénea e imprevisible. Se conoce con el sobrenombre de “la enfermedad de las mil caras” porque se manifiesta de forma distinta en cada persona. Muchas personas con esclerosis múltiple viven con incertidumbre y, en su mayoría, suelen tener síntomas ‘invisibles’ como fatiga, problemas de visión, equilibrio y habla, temblores o rigidez muscular (entre otros muchos más), pudiendo aparecer, desaparecer e intensificarse. Sin embargo, **esto solo es la punta de un gran iceberg** y provoca que tengan que adaptarse continuamente a los cambios.

La etiqueta de tener una enfermedad así ante los demás: da miedo y pesa

El deterioro cognitivo, al contrario de lo que se suele creer, puede aparecer en personas recién diagnosticadas con esta enfermedad. Además, la protección social tras su diagnóstico es fundamental para el desarrollo vital de los pacientes, permitiéndoles acceder a más oportunidades de lograr empleo, terminar/comenzar sus estudios y suprimir barreras sociales ya que, en numerosas ocasiones, la esclerosis múltiple se mantiene en secreto por miedo a la pérdida del puesto de trabajo u otras consecuencias que se puedan dar.

En el estudio MS-ONSET, un 43% de las personas con EM que participaron presentaban un cuadro de afección cognitiva, por lo que detectarla a tiempo es clave para iniciar una rehabilitación cognitiva temprana. **Según datos arrojados por la Sociedad Española de Neurología (SEN), afecta a 47.000 personas en España, a 700.000 personas en Europa y a 2,5 millones de personas en todo el mundo.**

NOTICIA RELACIONADA



El martes 30 de mayo, Día Mundial de la Esclerosis Múltiple

La Asociación Mostoleña de Esclerosis Múltiple (AMDEM), la Asociación Española de Esclerosis Múltiple...

viernes, 26 de mayo de 2023

GALERÍA DE IMAGENES





Mundo ▾

España

Últimas noticias de España. Temas de actualidad informativa de todas las comunidades autónomas españolas.

Extremo, sin cura, letal y concentrado en España: ¿qué es el insomnio familiar fatal?

hace 16 horas



CC0 / Pexels /

Síguenos en

Mundo

Video

Yarisley Urrutia

Corresponsal

[Todos los artículos](#)

El insomnio familiar fatal es una enfermedad hereditaria ultrarrara que provoca la muerte en unos meses u por ahora no

hace 8 min

Defensa rusa: los servicios rusos frustraron un nuevo atentado de Kiev contra sobre esta patología, sus síntomas y raíces.

El insomnio familiar fatal es una patología neurodegenerativa hereditaria y, en la actualidad, terrible: no tiene tratamiento ni tampoco hay fármacos que combatan los síntomas. Es una enfermedad de tipo genético que hace que quienes la padecen tengan un 50% de probabilidades de transmitirla a su descendencia y provoca la muerte en unos meses.

Durante la aflicción, la mutación de un gen provoca una neurodegeneración que afecta todas las fases del sueño y produce ataxia. Las regiones que acumulan la mayor parte de los casos diagnosticados en todo el mundo son **el País Vasco y Jaén**.

El insomnio y las alteraciones del sueño al uso suelen tener una raíz psicológica. Pero este no es el caso del insomnio familiar fatal que, además, contabiliza mayoritariamente en España todos los casos detectados en el mundo. En la actualidad hay diagnosticados aproximadamente **100 casos en todo el mundo**, aunque la mayoría de ellos en España.



Ciencia

Un estudio científico explica el vínculo entre el alzhéimer y los ritmos circadianos

13 de febrero 2022, 12:07 GMT



El causante de la enfermedad son unas partículas proteicas denominadas **priones** que actúan como un agente infeccioso que se propaga por el cerebro, rompiendo el equilibrio celular de las células del sistema nervioso central.

hace 8 min

Defensa rusa: los servicios rusos frustraron un nuevo atentado de Kiev contra

Neurología (SEN) e integrante de su Grupo de Estudios de Trastornos de la Vigilia y el Sueño. "La fase REM del sueño se deteriora de inicio y según evoluciona la enfermedad se altera todo, también la fase de sueño profundo y toda la capacidad de dormir", añade. Toda esta estructura se desajusta y la musculatura no se relaja.



"Es un insomnio absoluto, extremo, los pacientes dejan de dormir", resume García Malo, que explica que, además del tálamo, otras zonas del cerebro y del cerebelo también resultan afectadas.



"De ahí que haya otros síntomas y trastornos neurológicos como la **ataxia** [falta de coordinación en los movimientos], mioclonías [espasmos musculares], trastornos en los movimientos de los ojos y trastornos cognitivos, también falta de memoria y atención", señala.

Rápida y letal

Como es tan inusual, el insomnio familiar fatal puede confundirse en su etapa inicial con otras enfermedades degenerativas. "La carcinomatosis meníngea y las enfermedades priónicas, como la de Creutzfeldt-Jakob, tienen también cuadros neurológicos fatales y progresivos", recuerda Celia García Malo.

Los síntomas no son específicos y hay **numerosas patologías ajenas a esta enfermedad** que los comparten. Por eso **resulta difícil** diagnosticar de inicio la enfermedad. La confirmación del diagnóstico suele obtenerse mediante un estudio genético que determina si el paciente alberga una mutación del gen PRNP del cromosoma 20. Una vez diagnosticada, la dolencia avanza rápidamente y culmina en un desenlace letal en cuestión de meses.



hace 8 min

Defensa rusa: los servicios rusos frustraron un nuevo atentado de Kiev contra



Estilo de vida

Disipan el mayor mito propagado sobre el sueño y el horario de dormir

23 de febrero 2022, 18:59 GMT



"La esperanza de vida en promedio es de más o menos un año", afirma la doctora García Malo, que destaca su aparición a edades medias. "Hay casos más tempranos y otros más tardíos, pero sobreviene entre los 40 y 60 años de edad, en ningún caso durante la infancia", añade. En la progresión de la enfermedad, los pacientes presentan también alteraciones psiquiátricas, como alucinaciones y ansiedad.

Como no existen todavía tratamientos curativos ni terapias que permitan alargar la vida del paciente, la medicina se limita a ofrecer **cuidados paliativos**. Es decir, se intenta reducir el sufrimiento de los enfermos. Y en este punto se acude a fármacos como los antidepresivos o los sedantes.

Hereditaria y centrada en España

La enfermedad la desarrolla quien sea portador del gen PRNP mutado ubicado en el cromosoma 20, lo que lleva a una sobreproducción de proteínas priónicas capaces de neurodegenerar varias áreas del cerebro. Y la descendencia de un portador tiene un 50% de posibilidades de albergar esa mutación génica y desarrollar la enfermedad.

Solo España, China, Alemania, EEUU e Italia han dado cuenta de la presencia de la enfermedad. Pero el país ibérico concentra **más de la mitad de los casos** detectados a nivel global, que supuestamente

hace 8 min

Defensa rusa: los servicios rusos frustraron un nuevo atentado de Kiev contra
figura de un ancestro común y en las migraciones.



Estilo de vida

¿Qué es la afasia, el trastorno por el que Bruce Willis se retiró de la actuación?

31 de marzo 2022, 15:45 GMT



"Aparecen muy pocos casos en pocos países y no de manera espontánea", explica a Sputnik **Joaquín Castilla**, investigador principal del Laboratorio de Investigación de Priones en el CIC bioGUNE de Bilbao, un centro de investigación científica de vanguardia en el País Vasco. Este científico resalta que la aparición de nuevos casos depende "del tamaño de las familias y de cuántas nuevas familias han podido formar los portadores de la mutación".

Un primer portador viajero

El origen de la mutación se ubica en el este de Europa, asegura Castilla, con un primer portador "que migró y fundó una familia probablemente en el norte de Italia". De ahí alguien viajó y se asentó en la provincia de Álava y en el condado de Treviño "hace siglos".

"Se cree que hay 10 familias diferentes, pero si vas hacia arriba, todas tienen un **ancestro común** —prosigue Castilla en su explicación—, y una de esas familias viajó y recaló en Jaén, donde generó otro núcleo familiar con una cantidad de potenciales portadores bastante grande". En esta dispersión geográfica, también hay algún caso en Galicia, en la provincia de Segovia y en Cataluña. Pero todos, insiste Castilla, comparten un ancestro común.

hace 8 min

Defensa rusa: los servicios rusos frustraron un nuevo atentado de Kiev contra

las familias. Estamos haciendo los árboles genealógicos y, teniendo en cuenta que se trata de una enfermedad que se hereda al 50%, creemos que en España podría haber unos 300 portadores, quizá alguno más. En Italia es una sola familia y no más de 50 portadores".

Joaquín Castilla

Investigador del CIC bioGUNE



Líneas de investigación

El laboratorio que dirige Joaquín Castilla en el CIC bioGUNE trabaja en dos direcciones, ambas todavía en fase preclínica de experimentación con animales. Una utiliza células farmacológicas para interferir en la propagación de la proteína patógena que aparece en el cerebro, y otra se basa en una terapia génica para impedir el proceso de propagación.

"En el primer caso, tratamos de que la molécula farmacológica proteja a la proteína endógena, encorsetándola para que cuando llegue la proteína patógena se impida su proceso de propagación", detalla Castilla. "En la segunda línea llevamos una proteína dominante negativa a la zona donde va a ocurrir la propagación y **bloqueamos el proceso**, pues se interpone evitando la propagación o 'malpegamiento' de las proteínas de al lado. Esta terapia está en una fase temprana y creemos que es la más efectiva", explica.



Ciencia

Una molécula de azúcar en la sangre podría ayudar en la

hace 8 min

Defensa rusa: los servicios rusos frustraron un nuevo atentado de Kiev contra

En otros centros de investigación se trabaja en la reducción de los niveles de la proteína endógena para eliminar el sustrato de la **proteína maligna** y evitar la propagación. El resultado con animales es esperanzador, asegura Castilla. "Y en humanos, la farmacéutica Ionis tiene previsto comenzar la fase 1 para comprobar la toxicidad", agrega, sin especificar plazos más allá de "pronto".

La solución embrionaria

Pero también hay una solución preventiva, totalmente eficaz. Es la selección embrionaria. En esencia, se trata de realizar un estudio genético en los posibles portadores y aislar los embriones que están mutados.

"Es una solución radical y si se hiciera con **cualquier enfermedad genética** acabaríamos con ellas", afirma Castilla, advirtiendo acto seguido de que el asunto es "mucho más complejo" en realidad, pues no todas las personas potencialmente afectadas desean saber si albergan la mutación. "Dentro de las familias hay personas que **no desean saberlo**", añade Celia García Malo, que destaca también el derecho que les asiste a mantenerse en esa incertidumbre.



"Pero a nivel de divulgación, saber si eres o no eres portador tiene importancia sobre todo para tus hijos, para tu descendencia, porque hacer una selección genética de tus embriones para evitar que tus hijos puedan tener la enfermedad es una forma de prevenirla".

Celia García Malo

Neuróloga de Clínica CISNe



"El problema es que la mayoría de la gente no quiere saber si es portadora y además quiere tener hijos sanos. Se enfrentan a una situación en que no quieren tener hijos con la mutación, pero no quieren saber si ellos mismos la tienen. Así que esta selección embrionaria se llama indirecta y se hace buscando embriones **no afectados**", conviene Castilla.

Tampoco se vislumbra que la teórica solución eugenésica que plantea la selección embrionaria pueda hacer sombra a la investigación de una cura



PORTADA ZAMORA COMARCAS CASTILLA Y LEÓN NACIONAL SOCIEDAD
OPINIÓN ESPECIALES MAS NOTICIAS CESTA DE NAVIDAD ESPECIAL NAVIDAD
PROMOCIONES SEMANA SANTA VERANEA EN TU PUEBLO



Festival Solidario en favor de los enfermos del ELA en Coreses: conoce todas las actividades programadas

Esto es lo que tienes que hacer para acudir:

Archivado en: Sociedad · noticias provincia de Zamora · Comarcas de Zamora · Comarca de Zamora · coreses · Festival Coreses · Festival ELA Coreses

Redacción | Miércoles, 31 de mayo de 2023, 16:33

LO MÁS LEÍDO

- 1 **Un nuevo restaurante abrirá sus puertas en la provincia de Zamora**
- 2 **Una cadena de supermercados abrirá en breve sus establecimientos en Zamora**
- 3 **El hombre con el pene más grande del mundo, 34,5 cm, reta a todos los que duden de él a ver una foto en 3D**
- 4 **Un problema técnico en un autobús urbano provoca un accidente con siete vehículos implicados**
- 5 **Este es el programa completo del "Terraza Fest. Frescos & Combinados" en Zamora**



FESTIVAL SOLIDARIO ELA CORESES

SÁBADO 17 DE JUNIO

Venta de entradas en la oficina de Turismo de Coreses
 Donativo 7€ (Numeradas para el sorteo)
 Tickets torneo de fútbol 2€ (Numeradas para el sorteo)

Fila 0 - Concepto: Festival Ela Coreses
 IBAN ES25 2100 1532 7602 0009 0070
 BIZUM 07170

**Barra solidaria a cargo de Bar Tristán
Gala presentada por Jose Vidales**

Actividades Mañana	Actividades Tarde	Actividades Noche
Torneo de fútbol benéfico Taller apícola Máster Class de zumba	Mago Julio Rapado Hinchables Coro de guitarra "A nuestro aire" Actuación con el Handpan Coro de pandero Cante Flamenco Merienda/Cena	Markfeel The Mayo's Band Depaso Himalia Dj's Miguel Brooker David Esteban Chechu



Ya está listo el cartel oficial del Festival ELA Coreses (puedes ver las actividades sobre estas líneas). "Queremos dar las gracias a todos los colaboradores y en especial a los organizadores, están dándolo todo para que el día 17 de junio sea un día lleno de solidaridad", expresan los organizadores, quienes desean que ese día "sesa el primero de muchos en los que se reconozca la lucha de los enfermos de ELA y se investigue esta enfermedad".

La Sociedad Española de Neurología (SEN) estima que existen más de 3.000 afectados de ELA en España, que cada año se diagnostican unos 900 nuevos casos y que una de cada 400 personas desarrollará la enfermedad. Este evento está dedicado a todos ellos y sus familias.

Os recordamos que las entradas ya están a la venta en la Oficina de turismo de Coreses.

[Asociación De Esclerosis Lateral Amiotrófica CyL- ELACyL](#)

[Quiénes somos](#) [Publicidad](#) [Cookies](#) [Condiciones de uso](#) [Aviso Legal](#)

Powered by Bigpress CMS
