

[lavozdelquequen.com.ar](https://www.lavozdelquequen.com.ar)

## “Hay mucha relación entre la migraña y la depresión, no solo por el dolor de cabeza que provoca”

Sáb Oct 21 , 2023

6-7 minutos

---

Jesús Porta-Etessam, jefe de Sección de Neurología en el Hospital Clínico San Carlos de Madrid. (Imagen cedida por Lundbeck)

La [migraña](#) es una enfermedad oculta, principalmente por sus propios síntomas. El dolor de cabeza no suele recibir importancia de quien la sufre y aún menos de los médicos de cabecera de la Atención Primaria, desbordados con dolencias más evidentes y con una línea más clara de actuación.

Jesús Porta-Etessman es jefe de sección de Neurología en el Hospital Clínico San Carlos de Madrid y es experto en los problemas, síntomas y tratamientos para combatir la migraña. Ha sido uno de los ponentes invitados al I Seminario de Lundbeck para esta enfermedad, organizado este viernes en Sevilla.

Te puede interesar: [La migraña, la enfermedad que te hace ser peor pareja: “Puede condicionar la vida de toda la familia”](#)

El médico contextualiza esta enfermedad, habla de sus consecuencias sociales, la relación de la migraña con la depresión y qué futuro depara a esta dolencia, que por ahora no

tiene cura.

Pregunta: En España hay cinco millones de personas que padecen migraña. Tal y como sostiene, en este país hay más personas con migraña que rubios.

Respuesta: Sí, es una patología muy frecuente, tantos, que hay más migrañosos que rubios. Lo que pasa es que con los rubios, la gente hasta se tiñe el pelo para ser rubio. Los migrañosos es todo lo contrario, intentan ocultar la enfermedad. Y esto es un problema porque al final, si la enfermedad se oculta por los propios pacientes, nunca vamos a vencer el estigma. De hecho, dentro de la Sociedad Española de Neurología hemos creado una fundación que lo que busca es poner el foco en el paciente y que el paciente también sea partícipe del cambio que tiene que sufrir la migraña.

Te puede interesar: [Marisco y vajillas de lujo: la arqueología saca a la luz el “mundo burgués” de los años 20 y 30 en el barrio de Vallecas](#)

P: A diferencia de otras enfermedades, con la migraña hay hay muchísimas consecuencias sociales. Dice que los hijos de personas migrañosas socializan menos.

R: Hasta ese punto llega lo que se ha visto en estudios en Estados Unidos. Los hijos de las madres migrañosas faltan más a cumpleaños, faltan más a fiestas, a veces no pueden ir a los partidos... La migraña al final afecta a todo un entorno, no es una enfermedad de la persona. Si tú ayudas a una persona con migraña estás ayudando a 200 personas, porque estás ayudando a sus hijos, estás ayudando al entorno laboral porque alguien va a tener que hacer tu trabajo ese día y si pasa varias veces al mes, incluso puede que te miren mal. También en el entorno de los amigos. ¿No vas a quedar por un dolor de

cabeza? Te dicen los amigos. Al final afecta todo el entorno.

Jesús Porta-Etessman, jefe de sección de Neurología en el Hospital Clínico San Carlos de Madrid, durante el I Seminario de Lundbeck para la migraña organizado en Sevilla. (Miguel Sepulveda /)

P: ¿Hay relación entre migraña y depresión?

R: Sí, muchísima. En la migraña episódica las tasas están entre un 25 y un 30% y en migraña crónica casi llegan al 40%. Es muchísima. Y hay varias explicaciones, no solo es por el propio dolor de cabeza, que te limita. Comparado con otras enfermedades que producen el mismo dolor, las tasas son más altas. Lo que hemos visto en los últimos estudios es que parte es comorbilidad, es decir, producida por la genética que comparte la migraña con la depresión. Hemos visto que cuando se liberan sustancias con el dolor, como la molécula CGRP, también es un factor que baja el ánimo. De hecho, hemos visto en estudios con anticuerpos monoclonales que hay pacientes que no mejoran de la migraña pero mejoran de la depresión. Pero más allá de eso, vas a tener más depresión porque no se puede hacer una vida completamente normal. También, algunos fármacos aumentan el riesgo de depresión en los pacientes con migraña.

P: ¿La migraña tiene cura?

R: No tiene cura, pero tiene un tratamiento que les permite a la mayoría de los pacientes, a más del 80%, hacer una vida normal. A día de hoy no la podemos curar, porque aunque hemos avanzado muchísimo en el conocimiento en los últimos diez años, más que en los 2000 anteriores, aún se están creando fármacos que van contra el CGRP y contra el PACAP, dianas muy concretas, pero a día de hoy es una enfermedad

poligénica y esas son difícil de curar.

P: Hay relación entre la migraña y el ictus, ¿no?

R: La migraña es un factor de riesgo. Esto quiere decir que la migraña no te va a hacer que tengas un ictus, pero va a aumentar un poquito el riesgo de tener un ictus y es especialmente un factor de riesgo en los pacientes. Esto quiere decir que un paciente con migraña no se tiene que agobiar porque vaya a tener un ictus, pero si tiene que cuidarse mucho más que un paciente que no tiene migraña.

P: ¿Cuál es el mayor bulo que ha percibido usted en torno a la migraña?

R: Yo creo que lo peor de los bulos en torno a la migraña son los falsos tratamientos, es decir, actitudes o productos que se venden como medicinas y no lo son. Yo creo que eso es lo peor, porque al paciente le hace ir y aplicarse una serie de sustancias que pueden tener efectos secundarios o colocarse un piercing en el oído y no le va a beneficiar absolutamente nada. Además, eso va a retrasar un poco la consulta con el neurólogo. Muchas veces estos tratamientos son fruto de que no le hemos dado una respuesta adecuada al paciente.

14 total views , 1 views today

- [ACTUALIDAD](#)

[Preven un mercado sostenido para la soja por el clima desfavorable en Sudamérica y por la menor cosecha en EE.UU.](#)

Una combinación de factores positivos genera posibilidades de un mercado sostenido para la soja de la campaña 2023/2024. En primer lugar, la cosecha [...]

Gobierno (trending.php?id=2674) / 2023 (trending.php?id=9806) / Club Social y Deportivo Colo-Colo (trending.php?id=5149)  
 / Javier Milei (trending.php?id=10563) / Juegos Panamericanos (trending.php?id=4858) / Chile (trending.php?id=652)  
 / Atletismo (trending.php?id=2786) / Trabajador (trending.php?id=3177) / Trabajo (trending.php?id=3000)  
 / Liga Mx Femenil (trending.php?id=1295)

## El paciente con migraña crónica pierde 20 años de vida Infobae



20 de Octubre, 2023 06:40

Califica esta nota

☆☆☆☆☆

Sevilla, 20 oct (EFE).- La migraña es una enfermedad "invisible", primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años y con una gran merma en la calidad de vida. Un paciente con migraña desde la adolescencia de tipo crónico, es decir, más de 15 días al mes, llega a perder hasta 20 años de vida.

Así lo ha expuesto la jefa de Neurología del hospital Vall d'Hebron, en Barcelona, Patricia Pozo-Rosich, en el primer seminario "Migraña, la vida interrumpida", de la farmacéutica Lundbeck, que ha rebajado a diez los años de vida perdidos cuando los ataques de migraña se producen de forma episódica, es decir, con una frecuencia de ocho días al mes.

Pozo-Rosich reconoce que hay tratamientos para la migraña pero la clave es saber "qué tratamiento es el adecuado, para quién, dónde y cuándo" porque más de la mitad de las personas con migraña se automedican con analgésicos sin receta, lo que puede ser encadenante de la cronificación.



15€

En primera compra en el Super Online

Cupón descuento

Introduce e

SUPER1

Por compras sup

Además, ha apostado por terapias personalizadas y por concienciar a la gente sobre la limitación en el uso de medicamentos antiinflamatorios no esteroides y paracetamol, por sus efectos adversos digestivos.

Las mujeres con migraña con aura, es decir, un dolor de cabeza recurrente que aparece después o al tiempo de trastornos sensitivos como visión borrosa o centelleos, dificultades en el habla o de tipo sensorial como hormigueo en las extremidades o en la cara tiene más posibilidades de sufrir un ictus.

En opinión, del jefe de Neurología en el hospital Clínico San Carlos de Madrid, Jesús Porta-Etessam, el 80% de los casos de ictus se pueden prevenir y en el caso de las mujeres con migraña lo aconsejable es evitar factores de riesgo como la hipertensión, la diabetes o los anticonceptivos de estrógenos.

Porta-Etessam ha explicado que la migraña con aura se instala progresivamente mientras que el ictus aparece de forma brusca, de forma que si una persona con migraña nota pérdida de fuerza repentina, dificultad para hablar o inestabilidad, debe activar el código ictus porque con los tratamientos actuales "el 50-60% puede volver a la normalidad".

En España, La migraña es la primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años, según datos de la Sociedad Española de Neurología ,que cifra en el 19% el porcentaje de población con migraña episódica y discapacidad grave.

En el seminario se ha puesto de manifiesto el testimonio de una paciente. Inmaculada Martín, 54 años, que vio interrumpida su vida hace 20 años cuando a raíz de su segundo embarazo comenzó con un dolor de cabeza pulsátil y fortísimo que le bloqueaba cualquier actividad.

"Sentía que los ojos me salían de las órbitas y necesitaba cerrarlos permanentemente", señala. A Martín le afectaban los olores, las luces, el ruido y tuvo que pedir la baja laboral.

Para Martín, el diagnóstico llegó a los siete años, pero todo cambió hace dos años cuando tras un peregrinaje por consultas llegó a las unidades de cefaleas donde el neurólogo le prescribió anticuerpos monoclonales que le permitieron "recuperar la vida".

En el seminario también ha participado la coordinadora del plan andaluz de cefaleas, Carmen González Oria. Este plan, aprobado en marzo de 2023, es el primero de España que dedica siete líneas estratégicas a mejorar la calidad de vida del paciente de manera global.

Según García, jefa de Neurología en el hospital Virgen del Rocío de Sevilla, en seis meses el plan ha impulsado campañas de visibilización y cursos de formación, todo ello dirigido a la población con cefalea y migraña desde la Atención Primaria hasta la unidad de cefalea para reducir el retraso en el diagnóstico.EFE

bf/bal

---

Compartir en:  (<https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D14445028>)  ([https://twitter.com/intent/tweet?original\\_referer=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D14445028&related=lado\\_mx&text=El+paciente+con+migra%C3%B1a+cr%C3%B3nica+pierde+20+a%C3%B1os+de+vida&tw\\_p=tweetbutton&url=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D14445028](https://twitter.com/intent/tweet?original_referer=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D14445028&related=lado_mx&text=El+paciente+con+migra%C3%B1a+cr%C3%B3nica+pierde+20+a%C3%B1os+de+vida&tw_p=tweetbutton&url=https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D14445028))  (<https://wa.me/?text=El+paciente+con+migra%C3%B1a+cr%C3%B3nica+pierde+20+a%C3%B1os+de+vida%20https%3A%2F%2Flado.mx%2Fn.php%3Fid%3D14445028>)

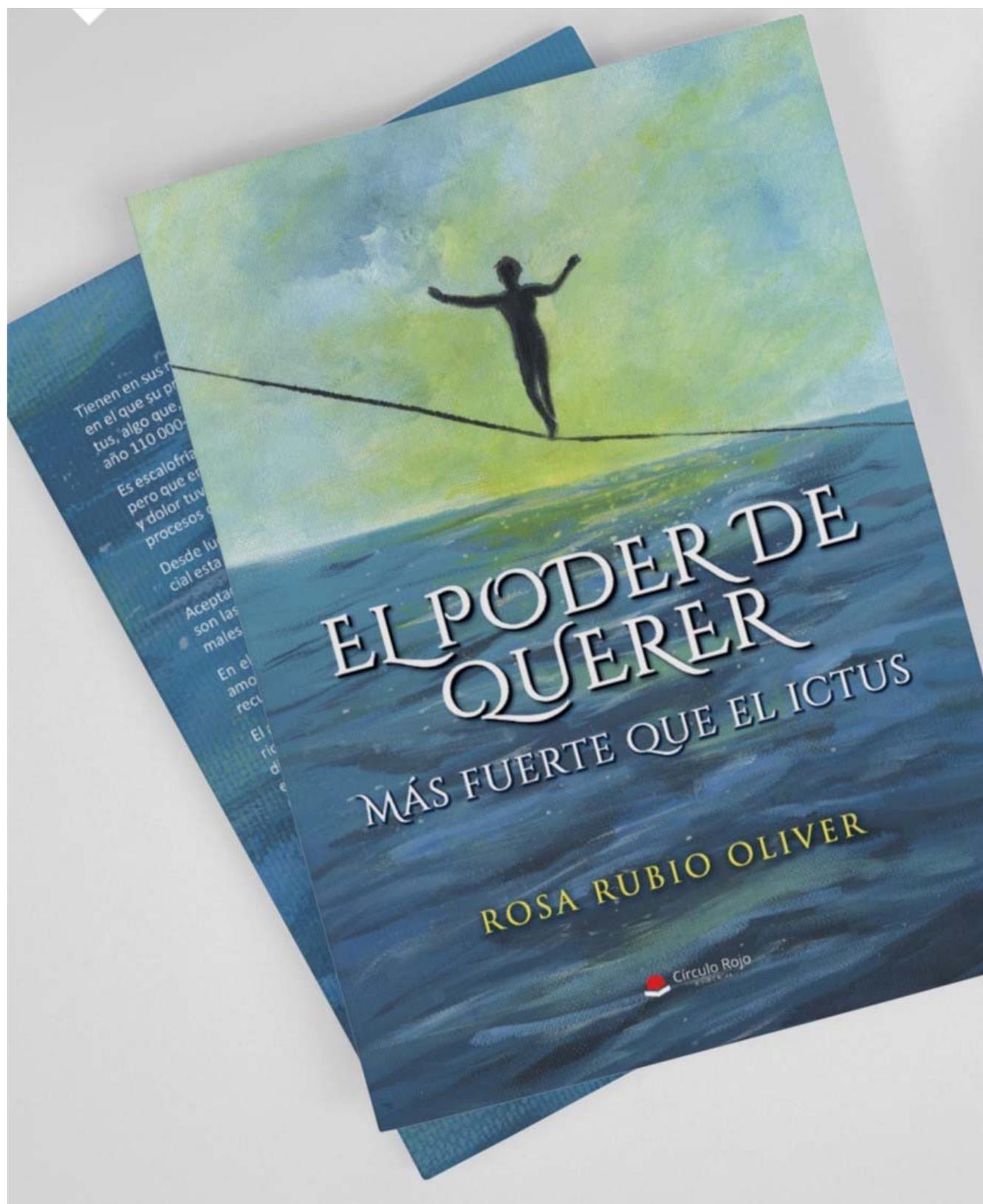
[Leer noticia completa](https://www.infobae.com/espana/agencias/2023/10/20/el-paciente-con-migrana-cronica-pierde-20-anos-de-vida/) (<https://www.infobae.com/espana/agencias/2023/10/20/el-paciente-con-migrana-cronica-pierde-20-anos-de-vida/>)



# Barnafotopress

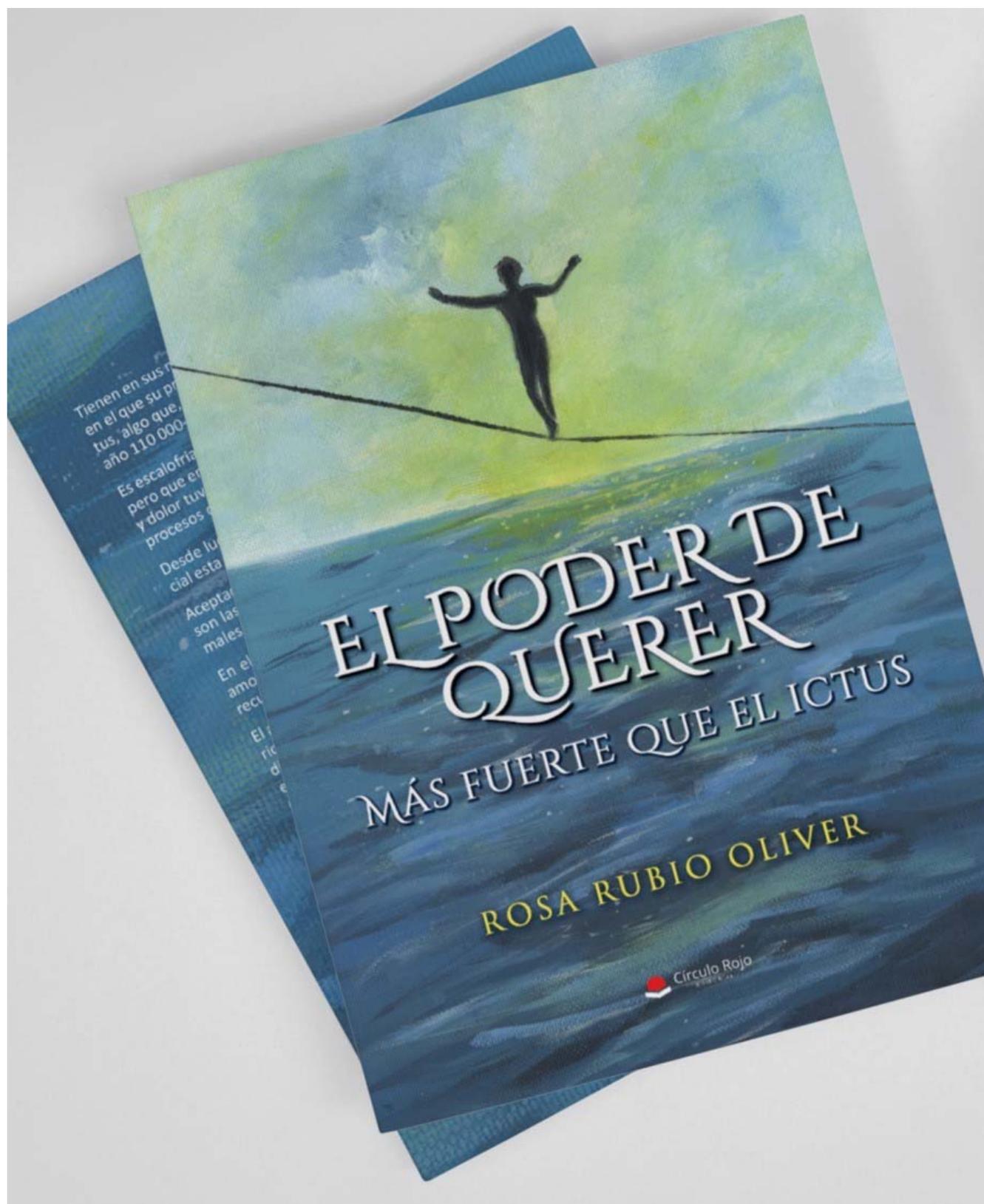
Toda la información de la actualidad cultural, artística, musical y gastronómica

Rosa Rubio narra su historia de superación en su libro “El poder de querer. Más fuerte que el Ictus’.



Texto – Redacción.

Rosa Rubio sabe muy bien lo que significa renacer, ya que como ella misma expresa, lo hizo el pasado 14 de noviembre de 2012, tras superar un Ictus que pudo costarle la vida, tal y como cuenta en su libro, 'El poder de querer. Más fuerte que el Ictus'.



“Me ha inspirado y motivado la necesidad de dar mayor visibilidad a esta enfermedad y normalizarla. Y cuando hablo de visibilidad me refiero, también, a romper tabúes y estigmas en el entorno personal, social y profesional del afectado”, explica ella misma.

De este modo, Rosa trata de dar voz a una enfermedad de la que se conoce muy poco y que representa la primera causa de muerte en mujeres y sufren más de ciento veinte mil personas, sólo en España. “Muchos afectados silencian su enfermedad y sus secuelas, sobre todo las cognitivas y emocionales, por miedo a ser rechazados y apartados, ya que vivimos en una sociedad en la que las alteraciones cognitivas y emocionales, no están bien vistas y ello provoca que los afectados y su entorno las escondan y no las normalicen”.

Publicada en Círculo Rojo Grupo Editorial, el lector va a encontrarse con diferentes aspectos.

Por un lado, se sentirá acompañado a lo largo de ese largo camino: “Me encantaría que el libro diera luz, acortara tiempos de entendimiento y aceptación a personas, incluidas las que integran su entorno, que puedan estar viviendo lo que viví yo, y ofreciera al lector atajos o caminos alternativos para un viaje largo, lleno de curvas, de obstáculos y de emociones intensas, en el que la aceptación y la resistencia son compañeros indispensables del mismo”, añade.

Así, el lector también encontrará información útil sobre las causas, síntomas y consecuencias de sufrir un ictus, que aún sigue siendo desconocido, a pesar de que el 90% de los ictus se podrían evitar, ser la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto y la segunda de demencia, que se estima que una de cada cuatro personas está en riesgo de sufrir un ictus en su vida y en 15 años aumentarán un 35% los casos de ictus en Europa.

## SINOPSIS

Tienen en sus manos el libro de una vida, con un largo camino de rehabilitación en el que su protagonista tuvo que volver a aprenderlo todo marcada por un ictus, algo que, según datos de la Sociedad Española de Neurología, sufren cada año 110 000-120 000 personas en nuestro país.

Es escalofriante leer una serie de síntomas que a cualquiera pondrían en alerta, pero que en un primer momento a Rosa le dicen que es estrés. Qué impotencia y dolor tuvo que sentir cuando se desencadenó todo. Aquí vais a leer todos los procesos que atravesó.

Desde luego, las experiencias personales son las que más nos llegan, en especial esta que se refiere a algo que, dada su incidencia, muchos vivimos de cerca.

Aceptación y serenidad que cuesta mantener en momentos de crisis, pero que son las únicas capaces de hacernos mantener la calma y que no sobrevengan males aún mayores.

En el caso de Rosa, además de estos dos pilares insustituibles, su valentía y amor por sus hijas, asustadas y desconcertadas, tuvo mucho que ver en su recuperación.

El aprendizaje de Rosa fue poderoso: «Desde aquella noche, me despido a diario de las personas a las que quiero, intento no acabar el día con una palabra no dicha, un perdón no pronunciado o un malentendido o enfado no aclarado, no espero a mañana para decir te quiero y demostrarlo, beso y abrazo por si llega el día en que no pueda hacerlo, asumo que me equivoco a diario y que seguiré haciéndolo, y sólo aspiro a que mis equivocaciones no dañen a los que quiero».

Rosa hace que nos pongamos en su lugar, nos conciencia de la importancia de dar el 200% en este regalo llamado vida y de saber que, menos la muerte, todo tiene solución.

Son tantas cosas las que afronta Rosa que sobrecoge, emociona y hace admirar una vida que, aun con tales sobresaltos y angustias, no piensa desperdiciar.

Irene Villa

## AUTORA

Rosa Rubio renació en Barcelona el 14 de noviembre de 2012.

Desde entonces, es adicta a la vida y a disfrutar de su familia, sus amigos y de esos pequeños momentos que le siguen sacando una sonrisa, que la hacen vibrar y consiguen que su mundo sea un lugar bonito.

Se licenció en aceptación, resistencia y perseverancia e hizo un máster que la convirtió en una experta en jugar con las cartas de la baraja de la vida que no siempre le fueron favorables.

Después de su experiencia, se ha propuesto el reto de normalizar, dar visibilidad y desestigmatizar su enfermedad e intentar apoyar, acompañar y ofrecer esperanza e ilusión a quien pueda sentirse tan perdida como lo estuvo ella.

Desea vivir al ritmo y con la intensidad que voluntariamente ha decidido, mantener su equilibrio, seguir aprendiendo y sorprendiéndose y poder dedicar a las personas a las que quiere su tiempo y su amor.

## RESEÑAS

Muchísimas gracias, Rosa, por hablar tan claramente y con tanta sinceridad, por compartir tu lucha diaria: estoy segura de que vas a ayudar a mucha gente con tu testimonio.

Irene Villa

Rosa ha escrito este libro para guiar a afectados, familiares y amigos. Tras un ictus, lo importante es comprender el alma que está presa en él. Sin esas claves no se puede ayudar, y eso es indispensable.

Pedro Ruiz

El ser humano tiene una capacidad enorme para sobreponerse a las adversidades y Rosa es un ejemplo maravilloso de ello. Este libro transmite de manera extraordinaria lo que necesitamos ante la adversidad: esperanza, valentía y sentido del humor.

Víctor Küppers

Agradezco a Rosa su valentía por presentar las sombras y las luces en el viaje de la frustración a la aceptación que supone la recuperación después del ictus.

Aurora Lassaletta

En este libro, Rosa narra con valentía y sinceridad el proceso que ella vivió y cómo logró salir adelante gracias a la perseverancia y a no rendirse nunca. Con su conmovedor testimonio nos enseña que es posible transformar cualquier obstáculo en una oportunidad para crear una versión mejorada de nosotros mismos. Su relato es un gran ejemplo de que una dificultad puede ser lo que tú decidas hacer con ella.

Luis del Olmo



Publicado por Redacción



• Published: 20 oct. 2023

Más de 400.000 personas viven en la actualidad con epilepsia en España, lo que la convierte en la **tercera enfermedad neurológica** más prevalente en nuestro país y **la más prevalente en menores de edad**. Sin embargo, ni es tan conocida ni ha experimentado los mismos avances que han protagonizado otras patologías neurológicas en los últimos años.

Por esta razón, se crea la **Alianza por la Epilepsia**. Una iniciativa de la Federación Española de Epilepsia (FEDE) y de la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) que cuenta, además, con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), así como con varias compañías farmacéuticas focalizadas en la epilepsia como Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma.

Esta iniciativa, que **ha sido presentada públicamente** en el IX Congreso de la Sociedad Española de Epilepsia que se está celebrando estos días en Santiago de Compostela, tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de todas las personas que conviven con esta enfermedad, detectar los principales desafíos a los que se enfrentan pacientes y profesionales en España y desarrollar un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Para conseguirlo, la Alianza por la Epilepsia se fundamentará en el recientemente aprobado **Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031)** (IGAP) para crear una estructura común y única que investigue los principales desafíos en España para abordar eficazmente la implementación del IGAP en nuestras fronteras, convirtiéndose en la **primera iniciativa** a nivel mundial en esta dirección.

Elvira Vacas, presidenta de la Federación Española de Epilepsia, destaca *“la importancia de poner en valor esta iniciativa ejemplar basada en la colaboración, transparencia y buenas prácticas, donde la responsabilidad y la conciencia se han encontrado con un único desafío común: transformar y mejorar la vida de las personas que padecen epilepsia y sus familias en España”*.

El citado Plan de la Organización Mundial de la Salud (OMS) **proclama una década de acción mundial** para la salud cerebral centrada en la persona, y supone el punto de entrada estratégico hacia una **infraestructura neurológica global**. Este ha sido firmado por los 194 Estados Miembro de la Asamblea Mundial de la Salud, y al que España se adhirió el pasado mayo de 2022, reafirmando así el compromiso de nuestro país para poner la epilepsia en el foco de atención con una visión multifacética.

Tal y como expresan la Dra. Mar Carreño, presidenta de la SEEP, y su vicepresidente, el Dr. José María Serratos: *“Para la SEEP es muy importante haber llevado a cabo la alianza con la Federación Española de Epilepsia y otras sociedades científicas de cara a implementar el IGAP. Es clave, además, contar con la colaboración de instituciones públicas, empresas privadas y de la industria farmacéutica y agentes sociales. Queremos destacar el compromiso de nuestro gobierno con su voto favorable al IGAP en la Asamblea Mundial de la Salud.”*

La epilepsia se caracteriza por la predisposición para generar crisis de epilepsia con consecuencias cognitivas, psicológicas y un gran impacto social, y esta iniciativa, que aporta gran experiencia y conocimientos, pretende transformar esta realidad.

### Sobre la Alianza por la Epilepsia:

Iniciativa de la Federación Española de Epilepsia (FEDE) y de la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP), con la participación y apoyo de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), además de Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma.

Su creación se fundamenta en el Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031), propuesto por la OMS y aprobado en la 75ª Asamblea Mundial de la Salud.

Con el firme compromiso de transformar la situación de la epilepsia en España, se crea esta plataforma de trabajo donde se detectarán los principales desafíos en España con el resultado de un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad. Esta iniciativa pionera a nivel mundial y liderada por la colaboración supone un gran ejemplo de acción internacional.

[All articles: Actualidad](#)

### Share

- [Twitter](#)
- [Facebook](#)
- [LinkedIn](#)



## CAPACES



Representantes de las entidades que conforman la Alianza por la Epilepsia. / Cedita

**Más de 400.000 personas viven en la actualidad con epilepsia en España**, lo que la convierte en la tercera enfermedad neurológica más prevalente en nuestro país y la más prevalente en menores de edad. Sin embargo, ni es tan conocida ni ha experimentado los mismos avances que han protagonizado otras patologías neurológicas en los últimos años.

Por esta razón, se crea la **Alianza por la Epilepsia**. Una iniciativa de la Federación Española de Epilepsia (FEDE) y de la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) que cuenta, además, con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), así como con varias compañías farmacéuticas focalizadas en la epilepsia como Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma.

**MÁS INFORMACIÓN SOBRE:**

Discapacidad

Epilepsia

Esta iniciativa, que ha sido presentada públicamente en el **IX Congreso de la Sociedad Española de Epilepsia** que se está celebrando estos días en Santiago de Compostela, tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de todas las personas que conviven con esta enfermedad, detectar los principales desafíos a los que se enfrentan pacientes y

## CAPACES

## NOTICIA DESTACADA



## Los diez mitos más extendidos sobre la epilepsia

Para conseguirlo, la Alianza por la Epilepsia se fundamentará en el recientemente aprobado **Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031)** (IGAP) para crear una estructura común y única que investigue los principales desafíos en España para abordar eficazmente la implementación del IGAP en nuestras fronteras, convirtiéndose en la primera iniciativa a nivel mundial en esta dirección.

**Elvira Vacas**, presidenta de la Federación Española de Epilepsia, destaca "la importancia de poner en valor esta iniciativa ejemplar basada en la colaboración, transparencia y buenas prácticas, donde la responsabilidad y la conciencia se han encontrado con un único desafío común: transformar y mejorar la vida de las personas que padecen epilepsia y sus familias en España".

El citado Plan de la Organización Mundial de la Salud (OMS) proclama una década de acción mundial para la **salud cerebral** centrada en la persona, y supone el punto de entrada estratégico hacia una infraestructura neurológica global. Este ha sido firmado por los 194 Estados Miembro de la Asamblea Mundial de la Salud, y al que España se adhirió el pasado mayo de 2022, reafirmando así el compromiso de nuestro país para poner la epilepsia en el foco de atención con una visión multifacética.

## NOTICIA DESTACADA



## Irene García, neuróloga: "Las personas con epilepsia todavía tienen muchas limitaciones a la hora de integrarse en la sociedad"

Tal y como expresan la **Dra. Mar Carreño, presidenta de la SEEP**, y su vicepresidente, el Dr. José María Serratosa: "Para la SEEP es muy importante haber llevado a cabo la alianza con la Federación Española de Epilepsia y otras sociedades científicas de cara a implementar el IGAP. Es clave, además, contar con la colaboración de instituciones públicas, empresas privadas y de la industria farmacéutica y agentes sociales. Queremos destacar el compromiso de nuestro gobierno con su voto favorable al IGAP en la Asamblea Mundial de la Salud".

La epilepsia se caracteriza por la predisposición para generar crisis de epilepsia con **consecuencias cognitivas, psicológicas y un gran impacto social**, y esta iniciativa, que aporta gran experiencia y conocimientos,

## CAPACES

## Sobre la Alianza por la Epilepsia

Iniciativa de la Federación Española de Epilepsia (FEDE) y de la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP), con la participación y apoyo de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), además de Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma.

Su creación se fundamenta en el Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031), propuesto por la [OMS](#) y aprobado en la 75ª Asamblea Mundial de la Salud.

Según aseguran desde el IX Congreso de la Sociedad Española de Epilepsia, esta iniciativa nace "con el firme compromiso de **transformar la situación de la epilepsia en España**" y promete ser un espacio "donde se detectarán los principales desafíos en España con el resultado de un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad. Esta iniciativa pionera a nivel mundial y liderada por la colaboración supone un gran ejemplo de acción internacional".

### NOTICIA DESTACADA



El mejor periodismo social, gratis cada semana en tu correo. ¡Suscríbete a la newsletter de Capaces!

Conforme a los criterios de



The Trust Project

¿Por qué confiar en nosotros?

### Seguro de salud completo desde 40,65€/mes y hasta 6 meses gratis

Máximas coberturas, sin copago, acceso directo a especialistas y con hospitalización.

Aegon | Patrocinado

Más información

### Las mejores películas de Hollywood arruinadas por errores de vestuario

Free Hub | Patrocinado

### BMW X1 Seminuevo, como nuevo

Elige ya tu BMW X1 seminuevo, como nuevo.

BMW | Patrocinado

Más información

### EQA 100% eléctrico de Mercedes-Benz.

Con 530 km de autonomía.

Mercedes | Patrocinado

Haz clic aquí

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

# Sociedades científicas, de pacientes, compañías e instituciones lanzan la primera alianza por la epilepsia en España

*Newsroom Infobae*

~3 minutos

## infobae



La Federación Española de Epilepsia (FEDE) y la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) han puesto en marcha primera alianza por la epilepsia en España que cuenta, además, con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y

de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), así como con varias compañías farmacéuticas focalizadas en la epilepsia como Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma. Su creación se fundamenta en el Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031), propuesto por la OMS y aprobado en la 75o Asamblea Mundial de la Salud. El objetivo es transformar la situación de la epilepsia en España, de modo que se detecten los principales desafíos en España con el resultado de un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad. Esta iniciativa, que ha sido presentada públicamente en el IX Congreso de la Sociedad Española de Epilepsia que se está celebrando estos días en Santiago de Compostela, tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de todas las personas que conviven con esta enfermedad, detectar los principales desafíos a los que se enfrentan pacientes y profesionales en España y desarrollar un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad. Para conseguirlo, la Alianza por la Epilepsia se fundamentará en el recientemente aprobado Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031) (IGAP) para crear una estructura común y única que investigue los principales desafíos en España para abordar eficazmente la implementación del IGAP en nuestras fronteras, convirtiéndose en la primera iniciativa a nivel mundial en esta dirección. Elvira Vacas, presidenta de la Federación Española de Epilepsia, destaca "la importancia de poner en valor esta iniciativa ejemplar basada en la colaboración, transparencia y buenas prácticas, donde la responsabilidad y la conciencia se han encontrado con un único desafío común: transformar y mejorar la vida de las personas que padecen epilepsia y sus familias en

España". El citado Plan de la Organización Mundial de la Salud (OMS) proclama una década de acción mundial para la salud cerebral centrada en la persona, y supone el punto de entrada estratégico hacia una infraestructura neurológica global. Este ha sido firmado por los 194 Estados Miembro de la Asamblea Mundial de la Salud, y al que España se adhirió el pasado mayo de 2022, reafirmando así el compromiso de nuestro país para poner la epilepsia en el foco de atención con una visión multifacética.



## Sociedades científicas, de pacientes, compañías e instituciones lanzan la primera alianza por la epilepsia en España

Archivado en: Ciencia & Salud

Europa Press | Viernes, 20 de octubre de 2023, 06:26

Compartir 0

Twitter



La Federación Española de Epilepsia (FEDE) y la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) han puesto en marcha la primera alianza por la epilepsia en España que cuenta, además, con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), así como con varias compañías farmacéuticas focalizadas en la epilepsia como Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma.

Su creación se fundamenta en el Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031), propuesto por la OMS y aprobado en la 75o Asamblea Mundial de la Salud. El objetivo es transformar la situación de la epilepsia en España, de modo que e detecten los principales desafíos en España con el resultado de un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Esta iniciativa, que ha sido presentada públicamente en el IX Congreso de la Sociedad Española de Epilepsia que se está celebrando estos días en Santiago de Compostela, tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de todas las personas que conviven con esta enfermedad, detectar los principales desafíos a los que se enfrentan pacientes y profesionales en España y desarrollar un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Para conseguirlo, la Alianza por la Epilepsia se fundamentará en el recientemente aprobado Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031) (IGAP) para crear una estructura común y única que investigue los principales desafíos en España para abordar eficazmente la implementación del IGAP en nuestras fronteras, convirtiéndose en la primera iniciativa a nivel mundial en esta dirección.

Elvira Vacas, presidenta de la Federación Española de Epilepsia, destaca "la importancia de poner



### Lo Más Leído

- 1 Construcción no repunta: registro de nuevos proyectos se mantiene por debajo del promedio 2022 y lejos de niveles prepandemia
- 2 Matías Videla renunció a Directorio de Cencosud Shopping
- 3 El comercio minorista británico sufrió una caída mucho mayor de lo esperado en septiembre
- 4 Los precios de producción en Alemania se hundieron un 14,7% en septiembre, la mayor caída desde 1949
- 5 Cencosud nombra a gerente general interino
- 6 Triunfo Chileno: Conoce a los dos ganadores de los premios Innovators Under 35 LATAM 2023
- 7 El precio del petróleo marca máximos desde septiembre ante las tensiones en Oriente Próximo
- 8 Reale Seguros logra beneficios globales por 108 millones de euros y destaca desempeño en Chile
- 9 Hacienda coloca el primer bono en UF vinculado a la sostenibilidad con participación de inversionistas extranjeros
- 10 El golf, el senderismo y la marcha nórdica pueden mejorar la función cognitiva en los adultos mayores

en valor esta iniciativa ejemplar basada en la colaboración, transparencia y buenas prácticas, donde la responsabilidad y la conciencia se han encontrado con un único desafío común: transformar y mejorar la vida de las personas que padecen epilepsia y sus familias en España".

El citado Plan de la Organización Mundial de la Salud (OMS) proclama una década de acción mundial para la salud cerebral centrada en la persona, y supone el punto de entrada estratégico hacia una infraestructura neurológica global. Este ha sido firmado por los 194 Estados Miembro de la Asamblea Mundial de la Salud, y al que España se adhirió el pasado mayo de 2022, reafirmando así el compromiso de nuestro país para poner la epilepsia en el foco de atención con una visión multifacética.

### Sé el primero en comentar...

---

Por favor identificate o regístrate para comentar

Login con E-mail

[Comments by Historiable](#) [Política de privacidad](#)

### europa press



Roche compra Telavant por 6.700 millones

El 75% de las pacientes con cáncer de mama metastásico podrían ser candidatas a recibir una terapia dirigida



Bruselas se abstiene sobre la entrada saudí en Telefónica y señala que la decisión corresponde a España

El golf, el senderismo y la marcha nórdica pueden mejorar la función cognitiva en los adultos mayores



Las naves interestelares Voyager reciben asistencia desde la Tierra

---

[Cookies](#) [Contacto](#) [Diario](#) [Estrategia](#) [Condiciones de uso](#) [¿Quiénes somos?](#)

Powered by Bigpress CMS

LA NACION > Agencias

# Sociedades científicas, de pacientes, compañías e instituciones lanzan la primera alianza por la epilepsia en España

20 de octubre de 2023 • 09:41



Inicio



Buscar



Secciones



Mis Notas



Perfil

20/10/2023 Sociedades científicas, de pacientes, compañías e instituciones lanzan la primera alianza por la epilepsia en España. La Federación Española de Epilepsia (FEDE) y la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) han puesto en marcha primera alianza por la epilepsia en España que cuenta, además, con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), así como con varias compañías farmacéuticas focalizadas en la epilepsia como Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma. SALUD SEEP

SEEP - SEEP

---

La Federación Española de Epilepsia (FEDE) y la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) han puesto en marcha primera alianza por la epilepsia en España que cuenta, además, con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), así como con varias compañías farmacéuticas focalizadas en la epilepsia como Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma.

PUBLICIDAD

---

Su creación se fundamenta en el Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2024) propuesto por la OMS



Inicio



Buscar



Secciones



Mis Notas



Perfil

la situación de la epilepsia en España, de modo que se detecten los principales desafíos en España con el resultado de un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Esta iniciativa, que ha sido presentada públicamente en el IX Congreso de la Sociedad Española de Epilepsia que se está celebrando estos días en Santiago de Compostela, tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de todas las personas que conviven con esta enfermedad, detectar los principales desafíos a los que se enfrentan pacientes y profesionales en España y desarrollar un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Para conseguirlo, la Alianza por la Epilepsia se fundamentará en el recientemente aprobado Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031) (IGAP) para crear una estructura común y única que investigue los principales desafíos en España para abordar eficazmente la implementación del IGAP en nuestras fronteras, convirtiéndose en la primera iniciativa a nivel mundial en esta dirección.

PUBLICIDAD



Inicio



Buscar



Secciones



Mis Notas



Perfil

Elvira Vacas, presidenta de la Federación Española de Epilepsia, destaca "la importancia de poner en valor esta iniciativa ejemplar basada en la colaboración, transparencia y buenas prácticas, donde la responsabilidad y la conciencia se han encontrado con un único desafío común: transformar y mejorar la vida de las personas que padecen epilepsia y sus familias en España".

El citado Plan de la Organización Mundial de la Salud (OMS) proclama una década de acción mundial para la salud cerebral centrada en la persona, y supone el punto de entrada estratégico hacia una infraestructura neurológica global. Este ha sido firmado por los 194 Estados Miembro de la Asamblea Mundial de la Salud, y al que España se adhirió el pasado mayo de 2022, reafirmando así el compromiso de nuestro país para poner la epilepsia en el foco de atención con una visión multifacética.

**europa press**

[Europa Press](#)

## Seguí leyendo

---



Inicio



Buscar



Secciones



Mis Notas



Perfil

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

## El paciente con migraña crónica pierde 20 años de vida

*Newsroom Infobae*

4-5 minutos

---

Sevilla, 20 oct (EFE).- La migraña es una enfermedad "invisible", primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años y con una gran merma en la calidad de vida. Un paciente con migraña desde la adolescencia de tipo crónico, es decir, más de 15 días al mes, llega a perder hasta 20 años de vida.

Así lo ha expuesto la jefa de Neurología del hospital Vall d'Hebron, en Barcelona, Patricia Pozo-Rosich, en el primer seminario "Migraña, la vida interrumpida", de la farmacéutica Lundbeck, que ha rebajado a diez los años de vida perdidos cuando los ataques de migraña se producen de forma episódica, es decir, con una frecuencia de ocho días al mes.

Pozo-Rosich reconoce que hay tratamientos para la migraña pero la clave es saber "qué tratamiento es el adecuado, para quién, dónde y cuándo" porque más de la mitad de las personas con migraña se automedican con analgésicos sin receta, lo que puede ser un desencadenante de la cronificación.

"La migraña es una enfermedad de salud pública y precisa de una estrategia de prevención adecuada", según esta neuróloga.

Pozo-Rosich ha subrayado que "en pocas patologías se ha

invertido tan poco y se han conseguido resultados tan excelentes", como los anticuerpos monoclonales diseñados para la prevención.

Además, ha apostado por terapias personalizadas y por concienciar a la gente sobre la limitación en el uso de medicamentos antiinflamatorios no esteroides y paracetamol, por sus efectos adversos digestivos.

Las mujeres con migraña con aura, es decir, un dolor de cabeza recurrente que aparece después o al tiempo de trastornos sensitivos como visión borrosa o centelleos, dificultades en el habla o de tipo sensorial como hormigueo en las extremidades o en la cara tiene más posibilidades de sufrir un ictus.

En opinión, del jefe de Neurología en el hospital Clínico San Carlos de Madrid, Jesús Porta-Etessam, el 80% de los casos de ictus se pueden prevenir y en el caso de las mujeres con migraña lo aconsejable es evitar factores de riesgo como la hipertensión, la diabetes o los anticonceptivos de estrógenos.

Porta-Etessam ha explicado que la migraña con aura se instala progresivamente mientras que el ictus aparece de forma brusca, de forma que si una persona con migraña nota pérdida de fuerza repentina, dificultad para hablar o inestabilidad, debe activar el código ictus porque con los tratamientos actuales "el 50-60% puede volver a la normalidad".

En España, La migraña es la primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años, según datos de la Sociedad Española de Neurología ,que cifra en el 19% el porcentaje de población con migraña episódica y discapacidad grave.

En el seminario se ha puesto de manifiesto el testimonio de una paciente. Inmaculada Martín, 54 años, que vio interrumpida su

vida hace 20 años cuando a raíz de su segundo embarazo comenzó con un dolor de cabeza pulsátil y fortísimo que le bloqueaba cualquier actividad.

"Sentía que los ojos me salían de las órbitas y necesitaba cerrarlos permanentemente", señala. A Martín le afectaban los olores, las luces, el ruido y tuvo que pedir la baja laboral.

Para Martín, el diagnóstico llegó a los siete años, pero todo cambió hace dos años cuando tras un peregrinaje por consultas llegó a las unidades de cefaleas donde el neurólogo le prescribió anticuerpos monoclonales que le permitieron "recuperar la vida".

En el seminario también ha participado la coordinadora del plan andaluz de cefaleas, Carmen González Oria. Este plan, aprobado en marzo de 2023, es el primero de España que dedica siete líneas estratégicas a mejorar la calidad de vida del paciente de manera global.

Según García, jefa de Neurología en el hospital Virgen del Rocío de Sevilla, en seis meses el plan ha impulsado campañas de visibilización y cursos de formación, todo ello dirigido a la población con cefalea y migraña desde la Atención Primaria hasta la unidad de cefalea para reducir el retraso en el diagnóstico.EFE

bf/bal



## Sociedad

NATURAL / BIG VANG / TECNOLOGÍA / SALUD / QUÉ ESTUDIAR / UNIVERSO.JR / FORMACIÓN / VIVO SEGURO / PROGRESO / VIVO / C SUSCRÍBETE



T



### AGENCIAS

20/10/2023 14:30

Sevilla, 20 oct (EFE).- La migraña es una enfermedad "invisible", primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años y con una gran merma en la calidad de vida. Un paciente con migraña desde la adolescencia de tipo crónico, es decir, más de 15 días al mes, llega a perder hasta 20 años de vida.

Así lo ha expuesto la jefa de Neurología del hospital Vall d' Hebron, en Barcelona, Patricia Pozo-Rosich, en el primer seminario "Migraña, la vida interrumpida", de la farmacéutica Lundbeck, que ha rebajado a diez los años de vida perdidos cuando los ataques de migraña se producen de forma episódica, es decir, con una frecuencia de ocho días al mes.

Pozo-Rosich reconoce que hay tratamientos para la migraña pero la clave es saber "qué tratamiento es el adecuado, para quién, dónde y cuándo" porque más de la mitad de las personas con migraña se automedican

Además, ha apostado por terapias personalizadas y por concienciar a la gente sobre la limitación en el uso de medicamentos antiinflamatorios no esteroideos y paracetamol, por sus efectos adversos digestivos.

Las mujeres con migraña, más probabilidad de ictus

Las mujeres con migraña con aura, es decir, un dolor de cabeza recurrente que aparece después o al tiempo de trastornos sensitivos como visión borrosa o centelleos, dificultades en el habla o de tipo sensorial como hormigueo en las extremidades o en la cara tiene más posibilidades de sufrir un ictus.

En opinión, del jefe de Neurología en el hospital Clínico San Carlos de Madrid, Jesús Porta-Etessam, el 80% de los casos de ictus se pueden prevenir y en el caso de las mujeres con migraña lo aconsejable es evitar factores de





# YA HAY TERAPIAS GÉNICAS QUE RALENTIZAN EL AVANCE DE ALGUNOS TIPOS DE ELA

[Ela Comunidad](#) / 19/10/2023

La neuróloga Carmen Paradas ha sido galardonada por la Sociedad Española de Neurología (SEN) con el Premio SEN Enfermedades Neuromusculares, como reconocimiento a su amplia labor científica y a su dedicación por la investigación de estas enfermedades neurológicas. Licenciada en Medicina por la Universidad de Granada y realizó sus estudios de doctorado en el Hospital de Sant Pau de Barcelona, bajo la dirección de la Dra. Isabel Illa. Realizó dos estancias postdoctorales en la Universidad de Columbia (Nueva York) y en el National Center of Neurology and Psychiatry (Tokyo) describiendo una nueva enfermedad muscular asociada a mutaciones en el gen POGLUT1, y liderando posteriormente la investigación de esta enfermedad a nivel internacional.



Desde el año 2014, Paradas es coordinadora de la Unidad de Referencia nacional (CSUR) y europea (EURO-NMD) de Enfermedades Neuromusculares en el Hospital Universitario Virgen del Rocío de Sevilla, donde lidera el laboratorio de investigación sobre estas enfermedades en el Instituto de Biomedicina de Sevilla (IBiS).



¿Se están dando más casos de ELA que antes?

Tenemos más pacientes que antes y de forma más precoz, pero no se debe a que haya ningún repunte de la enfermedad. La explicación es que se diagnostican antes y mejor. Antes pasaban desapercibidos porque llegábamos más tarde al diagnóstico. Ahora llegan muy pronto a nuestra unidad. Y esto supone una gran tranquilidad para los pacientes y sus familiares que han estado meses o incluso años de una consulta a otra sin saber qué tienen.

¿Hay terapias génicas para afrontar la enfermedad?

Sí, para algunos casos. Nosotros hemos generado un modelo animal, con ratones, con el que estamos investigando qué pasa en la enfermedad para saber qué puntos tratar y aplicar en tratamientos de cara a ensayos clínicos. En la ELA nuestro grupo está generando un modelo de enfermedad «in vitro», en el laboratorio, partiendo de células del propio paciente. Los pacientes generosamente han dado su consentimiento y con estas células hacemos cultivos. Con este modelo estamos probando diferentes terapias para ver si alguna tiene algún efecto que mejore ese modelo y tener ideas para poder tratarlo. Además, se están generando terapias génicas para la ELA de origen genético, que suponen un 10 por ciento de los pacientes. Sabemos que en esos casos el origen de la enfermedad es una mutación genética y se están desarrollando en esos casos moléculas y ensayos clínicos con pacientes con la idea de ralentizar el avance de la enfermedad. Para la ELA adquirida, aún nos queda un largo camino que recorrer.



**¿Esas terapias son efectivas en esos casos?**

Sí, pero para ralentizarla, no para frenarla. No me gusta dar falsas esperanzas y por eso incido en que estas terapias no paran la enfermedad, al menos de momento, pero sí la ralentizan. Por desgracia,

**f**

## **¿La ELA es la enfermedad más dura a la que se puede enfrentar un neurólogo?**

En mi caso, sí. Es una de las enfermedades más terribles que conozco. Y es frustrante que no tengamos todavía una terapia que pueda frenar.

## **¿Se da en personas cada vez más jóvenes?**

Se diagnostica antes y eso hace que nos lleguen pacientes más jóvenes a nuestra unidad. En el caso de los enfermos más jóvenes, la ELA suele tener un origen genético y a partir de los 30 años adquirido. La ELA, aunque es una enfermedad rara, es una enfermedad de las más frecuentes entre las raras. El especial dramatismo de la enfermedad y que no tenga un tratamiento efectivo la convierte en un desafío para cualquier neurólogo o investigador.

## **La esperanza de vida de un paciente con ELA se cifra entre 3 y 5 años. ¿Ha mejorado en estos últimos años?**



No. Hubo un gran salto cualitativo en esta cifra cuando se crearon las unidades multidisciplinarias porque estos pacientes acaban teniendo problemas para deglutir y problemas respiratorios que les suelen llevar a la muerte. Antes el tratamiento de estos problemas era más deficitario, pero desde que se demostró científicamente que mejorar la deglución con dispositivos endoscópicos y la ventilación mecánica no invasiva, la esperanza de vida de los pacientes ha mejorado significativamente. Desde entonces no ha mejorado.

## **¿Y no hay fármacos?**

Sólo hay uno, que se aprobó en 1994, que puede prolongar la supervivencia unos seis meses. Una mejoría muy modesta.

## Tenemos unos cien pacientes cada año.

¿Cualquier paciente que sufra en Andalucía una enfermedad neuromuscular como la ELA acabará tarde o temprano en su unidad del Virgen del Rocío?

Nosotros tenemos una unidad multidisciplinar específica para la ELA en nuestro hospital de la que forman parte neurólogos, especialistas en aparato respiratorio, rehabilitación, salud mental, psicólogos, trabajadores sociales, enfermería avanzada. Atendemos a todos los pacientes como centro de referencia en Andalucía (UPRA), nacional y europea. Y en la sanidad privada no se puede tratar esta enfermedad, razón por la cual todos los pacientes acaban haciendo un trasvase a la sanidad pública.

La sanidad privada no cuenta con medios ni profesionales especializados en esta enfermedad, ni en neurología ni en neumología ni en nutrición, ni en psiquiatría. ¡No se puede imaginar cuánto  pacientes nos están llegando de la sanidad privada, que fueron a ella para aligerar las listas de espera pero que vuelven a la pública en cuanto se les diagnostica una enfermedad grave como la ELA!

## ¿Y este trasvase a la sanidad pública tiene dificultades?

A veces es problemático. Hay que hacer un procedimiento administrativo específico que requiere su tiempo y nos está trayendo muchos quebraderos de cabeza. A veces tardan un año en pasar a la sanidad pública y esto es mucho tiempo para un paciente con ELA.

Fuente de la información: [elaandalucia.es](http://elaandalucia.es)

SOCIEDAD

## Noticias

# El 14 % de la población adulta en España sufre insomnio crónico: mejor terapia que fármacos

La Sociedad Española del Sueño publica los resultados de un estudio en el que han descubierto que en la mayoría de los casos de insomnio crónico, la medicación no funciona

AUDIO



El 14 % de la población adulta en España sufre insomnio crónico

0:00 / 0:55



Sefi García

Redactora de sociedad y cultura

Tiempo de lectura: 4' 20 oct 2023 - 10:53

| Actualizado 11:16

Más de cinco millones de personas sufren insomnio crónico en España, es más del doble que hace 20 años. Una de cada 10 de estas personas toma medicación con receta, pero la terapia es el tratamiento más eficaz, según señalan los expertos en medicina del sueño.

PUBLICIDAD



Sobre la mala calidad de nuestro sueño vienen advirtiéndonos los expertos mucho tiempo. La **Sociedad Española de Neurología** calcula que la mitad de la población adulta en España no duerme las horas mínimas imprescindibles y, lo que es más grave, uno de cada 4 niños tampoco lo hacen. Son niños candidatos a desarrollar un trastorno del sueño mucho más grave como el insomnio.

## **Somos el país donde más pastillas para dormir se toman**

Un 10 % de la población toma pastillas para dormir. Según el Ministerio de Sanidad, las cifras casi se han triplicado en los últimos 20 años. Un 23,5 % de la población asegura que los ha consumido en algún momento de su vida.

En el último año, 713.000 personas lo han tomado por primera vez, siendo los **mayores de 65 años los que más lo consumen**. En total, son alrededor de tres millones de personas las que han tomado tranquilizantes en el último mes.

**No dormir bien de forma crónica provoca gravísimos problemas de salud y dificultades sociales y laborales impredecibles.** Raquel tiene serios problemas para conciliar el sueño "yo intento levantarme pronto, peor mi cuerpo no

responde, no hay manera, tengo que volver a la cama, no tengo ganas de nada, estoy todo el día cansada”, confiesa.

Publicidad

## Fármacos versus Terapia

Con este panorama, la **Sociedad Española del Sueño** ha hecho público los resultados de un estudio en el que han descubierto que **en los casos de insomnio crónico, a uno de cada 4 enfermos, la medicación no le funciona.**

Por el contrario, la terapia cognitivo-conductual, se ha convertido, según sus conclusiones, en el tratamiento con mayor eficacia, incluso a largo plazo, y sin efectos secundarios.

Publicidad

“Porque esa terapia va al origen del problema” -asegura a cope.es, **Francesca Cañella**, miembro del grupo de trabajo de Insomnio de la **Sociedad Española del Sueño**-. **El insomnio "puede ser el síntoma de una enfermedad o una enfermedad en sí mismo", por eso** Raquel todavía no está diagnosticada a pesar de que como nos cuenta es incapaz de llegar a una fase profunda de sueño “mi cerebro no deja de pensar: me echo a la cama y tengo unas tres horas en las que no me entero, pero **mi fase REM no es real, mi cerebro está permanentemente activo**. Todo lo que pasa en el día aparece por la noche y estoy pensando permanentemente en cosas”.

Cuando se vuelve crónico, y es en sí mismo una enfermedad, “debemos ver porque ocurre” -explica la doctora Cañella-. “Muchas veces son personas que tienen unos hábitos adquiridos y unas ideas sobre el sueño que hay que cambiar. Cuando cambian y pierden esa obsesión sobre el sueño mejoran”. Y es ahí donde actúa la terapia cognitivo-conductual.

## ¿Quiénes están más predispuestos a desarrollar insomnio crónico?

Publicidad

Hay factores que predisponen a tener insomnio, por ejemplo, es más frecuente en mujeres (el 14,6 % frente al 13,4 % de hombres), más frecuente en personas de edad (en los mayores de 55 años afecta al 18 %), un tercio tienen predisposición genética.

“Se trata de personas -aclara la doctora-, que desde pequeños han dormido mal y se las han ido apañando. Pero de repente pasa algo, unas oposiciones, un divorcio, una muerte.. y a partir de aquí empieza el insomnio. Las personas que no lo padecen vuelven poco a poco a dormir bien. Pero hay una parte que empiezan a hacer una serie de conductas que con las que perpetúan el insomnio.

Por ejemplo, pensar que todos sus problemas vienen de que no pueden dormir, pensar que si durmieran bien el mundo sería maravilloso, estar más horas en la

cama para conseguir más sueño...son conductas muy poco adaptativas. Es ahí donde se trabaja con el paciente, a veces, también con fármacos, pero no solo con fármacos porque así no se van a curar”.

## **¿Cómo es la terapia y cuánto tiempo necesito?**

La terapia cognitivo-conductual que nos propone la Sociedad Española del Sueño, trabaja en una doble dirección. Por un lado, corrige los malos hábitos de los pacientes. “Por ejemplo, una persona que quiere dormir y se toma seis cafés, o se pega una siesta de dos horas. En la parte conductual también pueden actuar, por ejemplo, reconduciendo las costumbres de una persona que está mucho tiempo en la cama para ver si consigue dormir, cuanto más intentan dormir peor están porque se alteran sus ritmos circadianos”, explica la especialista.

Esta parte del tratamiento terapéutico puede asumirla el personal de atención primaria, las enfermeras por ejemplo, siempre que tenga una especialización. Y es muy eficaz.

En los casos más graves, actúan los psicólogos especializados en trastornos del sueño, es la parte cognitiva, porque “son personas que internalizan las emociones, les cuesta expresar lo que les pasa, les aumenta la ansiedad, cuando se van a dormir empiezan a darle vueltas a las cosas-cuenta la doctora Cañella- y por eso es necesaria la intervención del psicólogo”.

Son necesarias entre 6 y 8 sesiones, una a la semana, para reconducir hábitos y llegar a la raíz del problema. Después se hacen seguimientos mensuales. Al principio, si el caso es muy grave, pueden acompañar la terapia con pastillas para dormir, pero se van retirando la idea, nos dice la doctora es “darles claves para que la persona sienta que puede controlar su sueño”. Curar el insomnio crónico de esta manera “Reduciría mucho el consumo de hipnóticos y mejoraría la calidad de vida de la gente, pero por desgracia-se lamenta la especialista- no está muy desarrollado en nuestro país”.

El estudio está a punto de publicarse en la revista científica Sleep Epidemiology

## **10 consejos para mantener una buena higiene del sueño**

La psicóloga Ana Altabás, especialista en terapia del sueño, nos recomienda que si esa falta de sueño nos interfiere en nuestro día a día, es conveniente acudir al médico (aunque solo un 36 % lo hacen). Una buena terapia cognitiva nos ayudará a bregar con las noches en blanco, y también hay fármacos que pueden ayudarnos a dormir. Antes de recurrir a los fármacos o a un especialista, si nuestro insomnio es puntual, podemos intentar mejorar nuestra calidad del sueño siguiendo unas sencillas pautas que nos recomienda la psicóloga y que no varían casi nada nuestra rutina:

- Mantener horarios regulares para acostarse y levantarse
- Mantenerse en la cama solo durante las horas del sueño
- Practicar algún tipo de relajación
- Tomarnos una infusión relajante
- Evitar las siestas
- Evitar los estimulantes (té, café, tabaco)
- Mantener buenos hábitos alimentarios
- Ejercicio físico, pero no a partir de las 7 de la tarde
- Tener un espacio cómodo y limpio para dormir
- Evitar darle vueltas y vueltas (la rumiación) a lo que nos preocupa: apuntarlo en un papel y dejarlo para mañana, lo descargamos en una hoja y si vemos que es importante, podemos hallarlo con alguien al día siguiente, no necesariamente un especialista, puede ser alguien de nuestra confianza con el que poder compartir nuestras preocupaciones.

---

## ETIQUETAS

INSOMNIO

---

**VER COMENTARIOS (0)** 

[Menú](#)

Compartenos

[Mundo](#)[comentarios](#)

## Sociedades científicas, de pacientes, compañías e instituciones lanzan la primera alianza por la epilepsia en España

La Federación Española de Epilepsia (FEDE) y la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) han puesto en marcha primera alianza por la epilepsia en España que cuenta, además, con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), así como con varias compañías farmacéuticas focalizadas en la epilepsia como Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma.



Sociedades científicas, de pacientes, compañías e instituciones lanzan la primera alianza por la epilepsia en España SEEP

Por Europa Press

20 de octubre 2023 a las 06:22 hrs.

MADRID, 20 (EUROPA PRESS)

Su creación se fundamenta en el Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031), propuesto por la OMS y aprobado en la 75ª Asamblea Mundial de la Salud. El objetivo es transformar la situación de la epilepsia en España, de modo que se detecten los principales desafíos en España con el resultado de un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Esta iniciativa, que ha sido presentada públicamente en el IX Congreso de la Sociedad Española de Epilepsia que se está celebrando estos días en Santiago de Compostela, tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de todas las personas que conviven con esta enfermedad, detectar los principales desafíos a los que se enfrentan pacientes y profesionales en España y desarrollar un Plan Nacional de Epilepsia nacido



del consenso y la participación de toda la comunidad.

P.

a|

Neurologicos (2022-2031) (IGAP) para crear una estructura común y única que investigue los principales desafíos en España para abordar eficazmente la implementación del IGAP en nuestras fronteras, convirtiéndose en la primera iniciativa a nivel mundial en esta dirección.

Elvira Vacas, presidenta de la Federación Española de Epilepsia, destaca "la importancia de poner en valor esta iniciativa ejemplar basada en la colaboración, transparencia y buenas prácticas, donde la responsabilidad y la conciencia se han encontrado con un único desafío común: transformar y mejorar la vida de las personas que padecen epilepsia y sus familias en España".

El citado Plan de la Organización Mundial de la Salud (OMS) proclama una década de acción mundial para la salud cerebral centrada en la persona, y supone el punto de entrada estratégico hacia una infraestructura neurológica global. Este ha sido firmado por los 194 Estados Miembro de la Asamblea Mundial de la Salud, y al que España se adhirió el pasado mayo de 2022, reafirmando así el compromiso de nuestro país para poner la epilepsia en el foco de atención con una visión multifacética.

## TAGS

Cargando...

**Desde 7.990€\*. Sin carnet de coche**

CITROËN ami 100% Electric | Patrocinado

**Benefíciate de Compass 4xe SIN entrada**



[Más información en jeep.es](#) | Patrocinado



MIGRAÑA. - EUROPA PRESS

ANDALUCÍA

## Un paciente con migraña crónica pierde 20 años de vida

La migraña es una enfermedad "invisible", primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años

---

**La migraña es una enfermedad "invisible", primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años y con una gran merma en la calidad de vida. Un paciente con migraña desde la adolescencia de tipo crónico, es decir, más de 15 días al mes, llega a perder hasta 20 años de vida.**

Así lo ha expuesto la jefa de Neurología del hospital Vall d'Hebron, en Barcelona, Patricia Pozo-Rosich, **en el primer seminario "Migraña, la vida interrumpida", de la farmacéutica Lundbeck,**

◀ La DGT deja a Andalucía sin helicópteros para vigilar las carreteras

Dando el cante: las canciones 'hechas en Andalucía' que se reconocen en todo el mundo ▶

**ataques de migraña se producen de forma episódica**, es decir, con una frecuencia de ocho días al mes.

Pozo-Rosich reconoce que hay tratamientos para la migraña pero la clave es saber "qué tratamiento es el adecuado, para quién, dónde y cuándo" porque más de la mitad de las personas con migraña se automedican con analgésicos sin receta, lo que puede ser un desencadenante de la cronificación.

## **La migraña, un problema de salud pública**

**"La migraña es una enfermedad de salud pública y precisa de una estrategia de prevención adecuada", según esta neuróloga.**

Pozo-Rosich ha subrayado que "en pocas patologías se ha invertido tan poco y se han conseguido resultados tan excelentes", como los anticuerpos monoclonales diseñados para la prevención.

Además, ha apostado por terapias personalizadas y por concienciar a la gente sobre la limitación en el uso de medicamentos antiinflamatorios no esteroideos y paracetamol, por sus efectos adversos digestivos.

## **Las mujeres con migraña, más probabilidad de ictus**

Las mujeres con migraña con aura, es decir, un dolor de cabeza recurrente que aparece después o al tiempo de trastornos sensitivos como visión borrosa o centelleos, dificultades en el habla o de tipo sensorial como hormigueo en las extremidades o en la cara tiene más posibilidades de sufrir un ictus.

En opinión, del jefe de Neurología en el hospital Clínico San Carlos de Madrid, Jesús Porta-Etessam, el 80% de los casos de ictus se pueden prevenir y en el caso de las mujeres con migraña lo aconsejable es evitar factores de riesgo como la hipertensión, la diabetes o los anticonceptivos de estrógenos.

Porta-Etessam ha explicado que la migraña con aura se instala progresivamente mientras que el ictus aparece de forma brusca, de forma que si una persona con migraña nota pérdida de fuerza repentina, dificultad para hablar o inestabilidad, debe activar el código ictus porque con los tratamientos actuales "el 50-60% puede volver a la normalidad".

**En España, La migraña es la primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años,** según datos de la Sociedad Española de Neurología ,que cifra en el 19% el porcentaje de población con migraña episódica y discapacidad grave.

## **Una paciente: Siete años para el primer diagnóstico**

En el seminario se ha puesto de manifiesto el testimonio de una paciente. Inmaculada Martín, 54 años, que vio interrumpida su vida hace 20 años cuando a raíz de su segundo embarazo comenzó con un dolor de cabeza pulsátil y fortísimo que le bloqueaba cualquier actividad.

"Sentía que los ojos me salían de las órbitas y necesitaba cerrarlos permanentemente", señala. A Martín le afectaban los olores, las luces, el ruido y tuvo que pedir la baja laboral.

hace dos años cuando tras un peregrinaje por consultas llegó a las unidades de cefaleas donde el neurólogo le prescribió anticuerpos monoclonales que le permitieron "recuperar la vida".

En el seminario también ha participado la coordinadora del plan andaluz de cefaleas, Carmen González Oria. Este plan, aprobado en marzo de 2023, es el primero de España que dedica siete líneas estratégicas a mejorar la calidad de vida del paciente de manera global.

Según García, jefa de Neurología en el hospital Virgen del Rocío de Sevilla, en seis meses el plan ha impulsado campañas de visibilización y cursos de formación, todo ello dirigido a la población con cefalea y migraña desde la Atención Primaria hasta la unidad de cefalea para reducir el retraso en el diagnóstico.

## TE RECOMENDAMOS

### ÚNETE A NUESTRO BOLETÍN

Acepto los [términos de uso](#) y la [política de privacidad](#)

INSCRIBIRME

**ÚLTIMA HORA:** PSOE y Sumar firman un acuerdo de Gobierno que incluye semana laboral de 37,5 horas



El Cronista [Seguir](#)

## Los seis alimentos nutritivos que pueden prevenir el Alzheimer y fortalecen la memoria

21 h

A la hora de alimentarse, especialistas en nutrición sugieren hacerlo con productos naturales que sean ricos en [vitaminas](#), minerales y otros nutrientes. De esa manera, el cuerpo podrá adquirir todo lo que necesita para estar en forma.

El objetivo de una correcta nutrición es, entre otros, prevenir enfermedades graves. Estudios científicos demuestran que hay alimentos que pueden bajar el riesgo de problemas coronarios o digestivos. Algunos incluso pueden prevenir el avance de enfermedades neurodegenerativas, como [la enfermedad de Alzheimer](#).

### Te puede interesar



[Los 5 alimentos ricos en vitamina D que fortalecen el sistema inmunitario y pueden cambiar tu estado de ánimo](#)  
© Proporcionado por El Cronista

Salud

### Los 5 alimentos ricos en vitamina D que fortalecen el sistema inmunitario y pueden cambiar tu estado de ánimo



[Dormir menos de 5 horas podría acabar con tu vida, según un estudio: ¿qué dice exactamente?](#)  
© Proporcionado por El Cronista

Salud

### Dormir menos de 5 horas podría acabar con tu vida, según un estudio: ¿qué dice exactamente?

### Qué es la enfermedad de Alzheimer

El Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa progresiva que afecta principalmente a las células cerebrales, lo que conduce a una disminución gradual de la [memoria](#), el pensamiento y la capacidad para realizar las actividades diarias más básicas. Es la causa más común de demencia en personas mayores.

Expertos: el euro no durará



Publicidad GreenEnergio

De acuerdo con datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), cerca de 800.000 personas están afectadas por el Alzheimer en el país. La SEN indica que esta patología representa el 60% de los diagnósticos de demencia y, sorprendentemente, alrededor del 30% de estos casos aún no han sido identificados.

Según el informe "Dieta y prevención en enfermedad de Alzheimer", publicado por la Sociedad Neurológica Argentina, la implementación de una dieta natural puede ser eficaz "en la prevención de la declinación cognitiva esperable en el [envejecimiento](#)".

## Qué alimentos pueden ayudar a prevenir el Alzheimer

### Frutas y verduras



Los seis alimentos nutritivos que pueden prevenir el Alzheimer y fortalecen la memoria  
© Proporcionado por El Cronista

Verduras como el brócoli, la col rizada, las espinacas, la remolacha, las berenjenas y los pimientos son especialmente recomendables para su prevención. En cuanto a las frutas, es esencial incluir ciruelas, moras, uvas, fresas, cerezas y arándanos, especialmente aquellas con colores más profundos y vibrantes.

### Cítricos





Los seis alimentos nutritivos que pueden prevenir el Alzheimer y fortalecen la memoria  
© Proporcionado por El Cronista

Estos frutos, cargados de antioxidantes, son beneficiosos para el cerebro. La vitamina C, que se encuentra en frutas como la papaya, la fresa o el kiwi, puede contrarrestar la acumulación de compuestos nocivos en el cerebro.

## Pescados grasos

Por su alto contenido en omega-3, pescados como el atún, la caballa, el salmón o el boquerón son ideales, siendo una fuente valiosa de grasas saludables.

## Carne de res

Consumir carne de ternera aporta vitamina B12, crucial para el buen funcionamiento cerebral.



No es pescado, ni frutos secos: el alimento que ayuda a bajar el colesterol y es apto para vegetarianos y veganos  
© Proporcionado por El Cronista

## Salud

No es pescado, ni frutos secos: el alimento que ayuda a bajar el colesterol y es apto para vegetarianos y veganos



Este es el ejercicio que puede ayudarte a mejorar tu salud y sumar años de vida: en qué consiste  
© Proporcionado por El Cronista

## Beneficios

Este es el ejercicio que puede ayudarte a mejorar tu salud y sumar años de vida: en qué consiste

## Aceite de oliva

Ayuda a elevar el colesterol bueno (HDL) y protege las células



## Tendencias en alimentación sostenible: hacia una dieta ecológica

23/10/2023 por [Tomás OC](#)

La alimentación es una de las actividades humanas que más impacto tiene sobre el planeta y sobre nuestra salud. Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), el sistema alimentario mundial es responsable del 21% de las emisiones de gases de efecto invernadero, del 70% del consumo de agua dulce, del 80% de la deforestación y de la pérdida del 75% de la biodiversidad agrícola. Además, **la alimentación actual está asociada a numerosos problemas de salud, como la obesidad, la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer.**

Ante este panorama, cada vez más personas se plantean cambiar sus hábitos alimenticios para contribuir a un desarrollo más sostenible y a una mejora de su bienestar. Así surge el concepto de **alimentación sostenible**, que se define como aquella que **"satisface las necesidades nutricionales y gastronómicas actuales sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer sus propias necesidades"**. Dentro de este concepto, se engloba la dieta ecológica, que se basa en el consumo de productos orgánicos, locales y de temporada, que respetan el medio ambiente y la salud humana.

---

Alimentación saludable:



Transforma tu dieta: 7 consejos para una alimentación saludable



Cómo preparar recetas veganas y saludables con productos de temporada (Otoño)

En este artículo, nos proponemos analizar las tendencias actuales en alimentación sostenible y cómo se puede adoptar una dieta más ecológica en el contexto actual.

## La alimentación sostenible como respuesta a los desafíos globales



La alimentación sostenible es un tipo de dieta que respeta el medio ambiente, la salud humana y la equidad social. Se basa en cuatro pilares fundamentales:

- **Agroecología:** se trata de aplicar los principios ecológicos al diseño y gestión de los sistemas agrícolas, buscando reducir el uso de insumos externos, como fertilizantes químicos o pesticidas, y fomentar la diversidad biológica y cultural. La agroecología promueve una agricultura más resiliente al cambio climático, más productiva y más justa.
- **Soberanía alimentaria:** se refiere al derecho de los pueblos a decidir sobre su propia alimentación, desde la producción hasta el consumo, sin depender de los mercados globales o de las corporaciones transnacionales. La soberanía alimentaria implica el reconocimiento y el apoyo a los pequeños agricultores, los pescadores artesanales, los pastores nómadas y las comunidades indígenas, que son los principales proveedores de alimentos a nivel local.
- **Comercio justo:** se basa en establecer relaciones comerciales más equitativas entre los productores y los consumidores, garantizando unos precios justos que cubran los costes de producción y permitan una vida digna. El comercio justo también implica el respeto a los derechos humanos, laborales y ambientales, así como la participación democrática y la transparencia en las organizaciones.
- **Los huertos urbanos:** son espacios donde se cultivan alimentos en las ciudades, aprovechando los recursos disponibles, como los balcones, los tejados o los solares vacíos. Los huertos urbanos tienen múltiples beneficios, como mejorar la seguridad alimentaria, reducir la huella ecológica, fomentar la educación ambiental, crear vínculos sociales y promover la salud física y mental.

- [Descubre los 7 beneficios de tener un huerto urbano en casa y disfrutar de sus ventajas](#)
- [Cómo poner un huerto en un piso sin terraza](#)

**La alimentación sostenible contribuye a mitigar el cambio climático**, conservar la biodiversidad, reducir la contaminación y mejorar la seguridad alimentaria. Algunos datos y ejemplos que lo demuestran son los siguientes:

- Si el 40% de la superficie agrícola mundial se gestionara con prácticas agroecológicas, se podría secuestrar el 24% de las emisiones anuales de CO<sub>2</sub>.
- La agricultura ecológica alberga un 30% más de especies de plantas, un 50% más de animales y un 74% más de genes que la agricultura convencional.
- El uso de fertilizantes químicos y pesticidas contamina el suelo, el agua y el aire, afectando a la salud humana y animal. Se estima que cada año se producen 200.000 muertes por intoxicación aguda por plaguicidas en el mundo.
- El 70% de los alimentos que se consumen en el mundo provienen de la agricultura familiar, que ocupa solo el 25% de la tierra cultivable. Sin embargo, esta agricultura está amenazada por la expansión de los monocultivos, la concentración de la tierra y la falta de apoyo público.

## La dieta ecológica como expresión de la alimentación sostenible

La dieta ecológica es un tipo de alimentación basada en el consumo de productos orgánicos, locales y de temporada. Los productos orgánicos son aquellos que se obtienen sin el uso de sustancias químicas sintéticas, como fertilizantes, pesticidas, hormonas o antibióticos. Los productos locales son aquellos que se producen cerca del lugar donde se consumen, reduciendo el transporte y sus emisiones asociadas. Los productos de temporada son aquellos que se consumen en el momento óptimo de su maduración, aprovechando su sabor, su valor nutricional y su precio.



El director de la Asociación de Daño Cerebral de Navarra (ADACEN) Andrés Ilundain (i) y el presidente del Colegio Oficial de Farmacia de Navarra (COFNA) Alberto Mantilla (d). EFE/Iñaki Porto

# Una campaña informará en Navarra sobre el ictus, una dolencia prevenible en el 80 % de los casos

23 octubre 2023



Cookies

Pamplona (EFE).- Una campaña organizada con motivo de la conmemoración el 29 de octubre del Día Mundial del Ictus informará a la población navarra sobre esta enfermedad, de la que se producen unos 1.200 casos al año en la Comunidad foral y que se puede prevenir en el 80 % de los casos.

Según el estudio "Ictus: Plan de actuación en Europa 2018-2030" de la European Stroke Organisation (ESO) y la Stroke Alliance For Europe (SAFE), si no se toman medidas para una mejora en la prevención y unos hábitos de vida más saludables, los casos de ictus habrán aumentado un 34 % en 2030.

La Sociedad Española de Neurología señala además que, en España, el 50 % de las personas que sufren un ictus presentan secuelas discapacitantes o mueren. Las secuelas más comunes son motoras, cognitivas y emocionales.

## Carteles y folletos

Con el objetivo de crear conciencia sobre esta enfermedad y fomentar la prevención y detección temprana, la Asociación de Daño Cerebral de Navarra (ADACEN) y el Colegio Oficial de Farmacia de Navarra (COFNA) han firmado un convenio de colaboración para llevar a cabo una campaña integral de concienciación, informan estas entidades en un comunicado.

La campaña consiste en la colocación de carteles y folletos en todas las farmacias de Navarra, un total de 597. Los carteles muestran de forma gráfica los síntomas del ictus y cómo actuar en caso de que se sufra uno, mientras que los folletos proporcionan información sobre las causas, factores de riesgo y medidas preventivas del ictus.

Además, los farmacéuticos de Navarra recibirán una charla, el próximo martes 31 de octubre, sobre este tema por parte de Usua Purroy, responsable de Prevención y Sensibilización de Adacen. Esta formación les ayudará a informar adecuadamente a las personas que acudan a sus farmacias con dudas o inquietudes sobre el ictus.

## El papel de los farmacéuticos

Andrés Ilundáin, director de Adacen, ha destacado el importante papel de las farmacias en este ámbito de la educación sanitaria y prevención primaria del ictus y otras enfermedades, informando sobre las causas, principales factores de riesgo y medidas preventivas, así como en el fomento de la adherencia al tratamiento y seguimiento de hábitos de vida saludables.

“Hay que tener en cuenta que muchas personas acuden a las farmacias como primer profesional sanitario de referencia a plantear sus dudas, por lo que este es, para nuestra asociación, un paso crucial hacia la concienciación pública y la prevención del ictus. Trabajar con las farmacias nos permitirá llegar a un público más amplio y brindarles las herramientas necesarias para detectar y prevenir esta enfermedad de manera efectiva”, ha afirmado.



Presentación de la campaña. EFE/Iñaki Porto

En esta misma línea, Alberto Mantilla, presidente de COFNA, ha puesto de manifiesto el importante papel asistencial del farmacéutico en la prevención de esta enfermedad.

“Además de informar a las personas sobre cómo identificar un ictus y cuáles son sus principales factores de riesgo, la actuación del farmacéutico es fundamental en aquellos pacientes con factores de riesgo detectados (hipertensión arterial, colesterol o fibrilación auricular, entre otros) que, en muchas ocasiones, necesitan tratamiento farmacológico para su control”, ha declarado.

En estos casos, ha señalado, “ayudarles a conocer sus medicamentos y utilizarlos correctamente es fundamental para garantizar la eficacia y seguridad del tratamiento”.

**El 80 % de los ictus se pueden prevenir**



Cookies

El ictus es una enfermedad que puede tener consecuencias devastadoras si no se detecta y trata a tiempo. Los síntomas más comunes son pérdida repentina de la fuerza o sensibilidad en un lado del cuerpo, dificultad para hablar o entender lo que se dice, problemas de visión en un ojo o en ambos, mareos, pérdida del equilibrio o coordinación, y dolor de cabeza intenso y repentino.

El 80 % de los ictus se pueden prevenir con el control de los factores de riesgo, según alerta la Federación Española de Ictus.

Existen factores que no son controlables, como la edad o el género, pero otros, como la hipertensión arterial, la diabetes, el colesterol alto o la obesidad, sí pueden ser modificados mediante tratamientos médicos o cambios en el estilo de vida.

## Otras actividades

Además, esta semana, en la que también se conmemora el Día del Daño Cerebral (26 de octubre), el jueves acudirá a Ubarmin la "Carpa del Ictus", en la que profesionales del centro hospitalario y de Adacen realizarán controles preventivos gratuitos e informarán sobre su prevención, detección y superación.

Esta misma carpa estará al día siguiente en la entrada del Hospital Universitario de Navarra, atendida por personal de enfermería de este centro y de Adacen. Además, profesionales y personas usuarias y familiares de la asociación participarán ese mismo día en una jornada en el HUN.

[Navarra](#)

[Sanidad](#)

SI QUIERES PUBLICAR ESTE CONTENIDO, VISITA EFE SERVICIOS



Cookies



## Navarra

AL MINUTO / INTERNACIONAL / POLÍTICA / OPINIÓN / SOCIEDAD / DEPORTES / ECONOMÍA / LOCAL / GENTE / CULTURA / SUCESOS **SUSCRÍBETE**



### AGENCIAS

23/10/2023 17:40

PAMPLONA, 23 (EUROPA PRESS)

La Asociación de Daño Cerebral de Navarra (ADACEN) y el Colegio Oficial de Farmacia de Navarra (COFNA) han lanzado este lunes una campaña de prevención del ictus para conmemorar el día de esta enfermedad, que se celebra el 29 de octubre.

Con el objetivo de "crear conciencia" sobre la enfermedad y fomentar su prevención y detección temprana, ambas entidades han firmado un convenio de colaboración para llevar a cabo una campaña "integral" de concienciación.

Andrés Ilundáin Esquíroz, director de Adacen, y Alberto Mantilla Blanco, presidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Navarra, han presentado este lunes la campaña conjunta que se desarrollará con motivo de la conmemoración, el día 29, del Día Mundial del Ictus.



---

Ilundáin ha destacado el "importante papel de las farmacias en este ámbito de la educación sanitaria y prevención primaria del ictus y otras enfermedades, informando sobre las causas, principales factores de riesgo y medidas preventivas, así como en el fomento de la adherencia al tratamiento y seguimiento de hábitos de vida saludables".

"Hay que tener en cuenta que muchas personas acuden a las farmacias como primer profesional sanitario de referencia a plantear sus dudas por lo que este es, para nuestra asociación, un paso crucial hacia la concienciación pública y la prevención del ictus. Trabajar con las farmacias nos permitirá llegar a un público más amplio y brindarles las herramientas necesarias para detectar y prevenir esta enfermedad de manera







https://www.amploaactual.com/

Las farmacias de Navarra y Adacen se unen contra el ictus en una Campaña de Prevención



Foto: Presentación de la campaña

Se desarrollará a partir de hoy coincidiendo con la conmemoración, esta semana, del Día del ictus

Publicidad (1) Publicidad (2) Publicidad (3) Publicidad (4) Publicidad (5)

Facebook, Twitter, LinkedIn, YouTube, Instagram, WhatsApp, Email, RSS

Sigue las noticias de Pamplona Actual en nuestro nuevo canal de WhatsApp

Advertisement for 'CONSTRUYE TU META' app with QR code and app store links.

Links to app stores: Google Play, App Store, Amazon Appstore, etc.

La Asociación de Daño Cerebral de Navarra (ADACEN) y el Colegio Oficial de Farmacia de Navarra (COFNA) se unen en una iniciativa para conmemorar el Día del Ictus...



Links to app stores for 'ahora!' app: Google Play, App Store, Amazon Appstore, etc.

Andrés Izundin Esquivel, Director de Adacen, y Alberto Mantilla Blanco, presidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Navarra...

La campaña consiste en la colocación de carteles y folletos en todas las farmacias de Navarra...

Advertisement for 'APORTATE' app with QR code and app store links.

Links to app stores for 'APORTATE' app: Google Play, App Store, Amazon Appstore, etc.

Además, los y las farmacéuticos de Navarra recibirán una charla, el próximo martes 31 de octubre...

Advertisement for 'UNA CENA que se complica' app with QR code and app store links.

Links to app stores for 'UNA CENA que se complica' app: Google Play, App Store, Amazon Appstore, etc.

Andrés Izundin Esquivel, director de Adacen ha destacado el importante papel de las farmacias en este ámbito de la educación sanitaria...

---

# Sociedades científicas, de pacientes, compañías e instituciones lanzan la primera alianza por la epilepsia en España

---

Europa Press

---

Tiempo de lectura: 2' 20 oct 2023 - 13:55

| Actualizado 13:56

La Federación Española de Epilepsia (FEDE) y la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) han puesto en marcha primera alianza por la epilepsia en España que cuenta, además, con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), así como con varias compañías farmacéuticas focalizadas en la epilepsia como Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma.

Su creación se fundamenta en el Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031), propuesto por la OMS y aprobado en la 75o Asamblea Mundial de la Salud. El objetivo es transformar la situación de la epilepsia en España, de modo que se detecten los principales desafíos en España con el resultado de un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Esta iniciativa, que ha sido presentada públicamente en el IX Congreso de la Sociedad Española de Epilepsia que se está celebrando estos días en Santiago de Compostela, tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de todas las personas que conviven con esta enfermedad, detectar los principales desafíos a los que se enfrentan pacientes y profesionales en España y desarrollar un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Para conseguirlo, la Alianza por la Epilepsia se fundamentará en el recientemente aprobado Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y

Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031) (IGAP) para crear una estructura común y única que investigue los principales desafíos en España para abordar eficazmente la implementación del IGAP en nuestras fronteras, convirtiéndose en la primera iniciativa a nivel mundial en esta dirección.

Elvira Vacas, presidenta de la Federación Española de Epilepsia, destaca "la importancia de poner en valor esta iniciativa ejemplar basada en la colaboración, transparencia y buenas prácticas, donde la responsabilidad y la conciencia se han encontrado con un único desafío común: transformar y mejorar la vida de las personas que padecen epilepsia y sus familias en España".

El citado Plan de la Organización Mundial de la Salud (OMS) proclama una década de acción mundial para la salud cerebral centrada en la persona, y supone el punto de entrada estratégico hacia una infraestructura neurológica global. Este ha sido firmado por los 194 Estados Miembro de la Asamblea Mundial de la Salud, y al que España se adhirió el pasado mayo de 2022, reafirmando así el compromiso de nuestro país para poner la epilepsia en el foco de atención con una visión multifacética.

## TE PUEDE INTERESAR



**¿No disfrutas las telenovelas turcas? Bueno, tengo malas noticias**



## **Sociedades científicas, de pacientes, compañías e instituciones lanzan la primera alianza por la epilepsia en España**

La Federación Española de Epilepsia (FEDE) y la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) han puesto en marcha primera alianza por la epilepsia en España que cuenta, además, con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP), así como con varias compañías farmacéuticas focalizadas en la epilepsia como Angelini Pharma, Jazz Pharmaceuticals y UCB Pharma.



Sociedades científicas, de pacientes, compañías e instituciones lanzan la primera alianza por la epilepsia en España SEEP

*Por Europa Press*

20 de octubre 2023 a las 09:22 hrs.

MADRID, 20 (EUROPA PRESS)

Su creación se fundamenta en el Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031), propuesto por la OMS y aprobado en la 75o Asamblea Mundial de la Salud. El objetivo es transformar la situación de la epilepsia en España, de modo que e detecten los principales desafíos en España con el resultado de un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Esta iniciativa, que ha sido presentada públicamente en el IX Congreso de la Sociedad Española de Epilepsia que se está celebrando estos días en Santiago de Compostela, tiene como objetivo principal mejorar la calidad de vida de todas las personas que conviven con esta enfermedad, detectar los principales desafíos a los que se enfrentan pacientes y

profesionales en España y desarrollar un Plan Nacional de Epilepsia nacido del consenso y la participación de toda la comunidad.

Para conseguirlo, la Alianza por la Epilepsia se fundamentará en el recientemente aprobado Plan de Acción Global Intersectorial sobre Epilepsia y Otros Trastornos Neurológicos (2022-2031) (IGAP) para crear una estructura común y única que investigue los principales desafíos en España para abordar eficazmente la implementación del IGAP en nuestras fronteras, convirtiéndose en la primera iniciativa a nivel mundial en esta dirección.

Elvira Vacas, presidenta de la Federación Española de Epilepsia, destaca "la importancia de poner en valor esta iniciativa ejemplar basada en la colaboración, transparencia y buenas prácticas, donde la responsabilidad y la conciencia se han encontrado con un único desafío común: transformar y mejorar la vida de las personas que padecen epilepsia y sus familias en España".

El citado Plan de la Organización Mundial de la Salud (OMS) proclama una década de acción mundial para la salud cerebral centrada en la persona, y supone el punto de entrada estratégico hacia una infraestructura neurológica global. Este ha sido firmado por los 194 Estados Miembro de la Asamblea Mundial de la Salud, y al que España se adhirió el pasado mayo de 2022, reafirmando así el compromiso de nuestro país para poner la epilepsia en el foco de atención con una visión multifacética.

## **El día que tembló en México por un gol en el Mu...**

Las celebraciones por el gol de Hirving Lozano contra Alemania en 2018 causar...

TENDENCIAS: *La borrasca Bernard deja más de 50 intervenciones por caídas de árboles y otras incidencias en El Puerto*

f t i BUSCAR 🔍 Martes, 24 de octubre de 2023

# EL PUERTO ACTUALIDAD

La información de El Puerto

**PORTADA** EL PUERTO OCIO Y CULTURA DEPORTES  
OPINIÓN ▾ AGENDA ▾ **+ACTUALIDAD**

## El paciente con migraña crónica pierde 20 años de vida

»La migraña es una enfermedad "invisible", primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años  
»"La migraña es una enfermedad de salud pública y precisa de una estrategia de prevención adecuada"



TE GRATIS  
EL PUERTO ACTUALIDAD  
La información de El Puerto  
**SUSCRÍBETE**

**CONTACTO**  
**CONTACTA con nosotros**

**PUBLICIDAD**  
**AD**  
  
AGUAS DEL PUERTO EMPRESA MUNICIPAL, S.A.  
**¡Úmate a la lucha contra la sequía!**

**EA** Redacción VALORACIÓN:  
22-10-2023 | 08:02  
f t i ✉

**TOP TENDENCIAS | HOY**  
  
**La joven**

La migraña es una enfermedad "invisible", primera

**causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años y con una gran merma en la calidad de vida. Un paciente con migraña desde la adolescencia de tipo crónico, es decir, más de 15 días al mes, llega a perder hasta 20 años de vida.**

Así lo ha expuesto la jefa de Neurología del hospital Vall d'Hebron, en Barcelona, Patricia Pozo-Rosich, **en el primer seminario "Migraña, la vida interrumpida", de la farmacéutica Lundbeck, que ha rebajado a diez los años de vida perdidos cuando los ataques de migraña se producen de forma episódica, es decir, con una frecuencia de ocho días al mes.**

Pozo-Rosich reconoce que hay tratamientos para la migraña pero la clave es saber "qué tratamiento es el adecuado, para quién, dónde y cuándo" porque más de la mitad de las personas con migraña se automedican con analgésicos sin receta, lo que puede ser un desencadenante de la cronificación.

## **La migraña, un problema de salud pública**

**"La migraña es una enfermedad de salud pública y precisa de una estrategia de prevención adecuada", según esta neuróloga.**

Pozo-Rosich ha subrayado que "en pocas patologías se ha invertido tan poco y se han conseguido resultados tan excelentes", como los anticuerpos monoclonales diseñados para la prevención.

Además, ha apostado por terapias personalizadas y por concienciar a la gente sobre la limitación en el uso de medicamentos antiinflamatorios no esteroideos y

**portuense Julia González publica su nuevo videoclip**



**La Coral de La Salle Santa Natalia, de El Puerto, triunfa en el escenario de Got Talent**



**Detenido un conductor en El Puerto tras saltarse un semáforo y sin puntos en el carné**



**Aviso de fuertes lluvias y rachas de viento este jueves en El Puerto**

**El**

**PSOE de El Puerto en manos de una gestora tras la falta de apoyos de Ángel González para**

paracetamol, por sus efectos adversos digestivos.

## **Las mujeres con migraña, más probabilidad de ictus**

Las mujeres con migraña con aura, es decir, un dolor de cabeza recurrente que aparece después o al tiempo de trastornos sensitivos como visión borrosa o centelleos, dificultades en el habla o de tipo sensorial como hormigueo en las extremidades o en la cara tiene más posibilidades de sufrir un ictus.

En opinión, del jefe de Neurología en el hospital Clínico San Carlos de Madrid, Jesús Porta-Etessam, el 80% de los casos de ictus se pueden prevenir y en el caso de las mujeres con migraña lo aconsejable es evitar factores de riesgo como la hipertensión, la diabetes o los anticonceptivos de estrógenos.

Porta-Etessam ha explicado que la migraña con aura se instala progresivamente mientras que el ictus aparece de forma brusca, de forma que si una persona con migraña nota pérdida de fuerza repentina, dificultad para hablar o inestabilidad, debe activar el código ictus porque con los tratamientos actuales "el 50-60% puede volver a la normalidad".

**En España, La migraña es la primera causa de discapacidad de las enfermedades neurológicas en adultos menores de 50 años**, según datos de la Sociedad Española de Neurología ,que cifra en el 19% el porcentaje de población con migraña episódica y discapacidad grave.

## **Una paciente: Siete años para el primer diagnóstico**

En el seminario se ha puesto de manifiesto el testimonio

**sucedier a De la Encina**

**Fran Oliva presenta su restaurante "Sarmiento", una nueva propuesta hostelera en El Puerto**

**PUBLICIDAD AD**

**PUBLICIDAD AD**

de una paciente. Inmaculada Martín, 54 años, que vio interrumpida su vida hace 20 años cuando a raíz de su segundo embarazo comenzó con un dolor de cabeza pulsátil y fortísimo que le bloqueaba cualquier actividad.

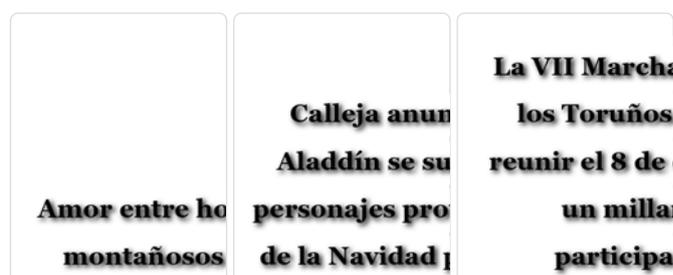
"Sentía que los ojos me salían de las órbitas y necesitaba cerrarlos permanentemente", señala. A Martín le afectaban los olores, las luces, el ruido y tuvo que pedir la baja laboral.

Para Martín, el diagnóstico llegó a los siete años, pero todo cambió hace dos años cuando tras un peregrinaje por consultas llegó a las unidades de cefaleas donde el neurólogo le prescribió anticuerpos monoclonales que le permitieron "recuperar la vida".

En el seminario también ha participado la coordinadora del plan andaluz de cefaleas, Carmen González Oria. Este plan, aprobado en marzo de 2023, es el primero de España que dedica siete líneas estratégicas a mejorar la calidad de vida del paciente de manera global.

Según García, jefa de Neurología en el hospital Virgen del Rocío de Sevilla, en seis meses el plan ha impulsado campañas de visibilización y cursos de formación, todo ello dirigido a la población con cefalea y migraña desde la Atención Primaria hasta la unidad de cefalea para reducir el retraso en el diagnóstico.

## TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR...



Síguenos en



Google News

↑ mostrar

# Qué mitos hay alrededor del alzhéimer?

Por **Angel Pérez Galán** - octubre 10, 2023



*Dr. José Fernández-Ferro, jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario Rey Juan Carlos (Foto: HURJC)*

**Según la Sociedad Española de Neurología, se diagnostican cada año unos 40.000 nuevos casos y se estima que el 80 por ciento de los que aún son leves, están sin diagnosticar.**

Contenidos



**¿Qué es el alzhéimer?**

Con motivo del Día Mundial de la Salud Mental que se conmemora cada 10 de octubre, el [Hospital Rey Juan Carlos](#) ha recordado lo importante que es diferenciar una pérdida de memoria irrelevante

↑  
mostrar

aquella que puede suponer la manifestación inicial  
| **alzhéimer** aunque no siempre es fácil.

Actualmente, existen muchas teorías alrededor a este padecimiento, como de otras tantas enfermedades, como puede ser el que se asocia de manera automática con la pérdida de memoria pero, según apunta el Dr. José Fernández-Ferro, jefe del Servicio de Neurología del Hospital Rey Juan Carlos, “ni todos los problemas de memoria son demencias, ni todas las demencias son alzhéimer”.

Esta enfermedad es una patología neurodegenerativa del cerebro, y constituye la primera causa a nivel mundial de demencia que provoca problemas progresivos y acumulativos en las funciones del cerebro que conducen a la pérdida de las capacidades y, finalmente, de la identidad de uno mismo.

La causa no es del todo conocida pero los especialistas apuntan a la influencia de la edad avanzada y al sexo femenino como dos de sus factores de riesgo más importantes.

## Síntomas y diferencias

Los primeros indicios son muy frecuentes pero, sin embargo, no se relacionan tanto con la patología, como los problemas de memoria. Uno es la falta de conciencia de los déficits y el otro son los problemas afectivos, como los cambios de humor, la depresión y la ansiedad no explicada por otras situaciones.

Una vez descartadas, el neurólogo se enfrenta a las causas primarias de demencia; aunque, como comenta el doctor Fernández-Ferro, “que el problema de la memoria provenga del cerebro, no quiere decir que se deba a una demencia”. Desde el hospital, se señala tres claves para distinguir un problema de otro.

La primera sería la edad y la vida entorno al paciente, ya que, como dice Fernández-Ferro, “los problemas de memoria en un varón de

## *un paciente con enfermedad de Alzhéimer «raramente podrá recuperar un recuerdo»*

↑ mostrar

Un paciente de 65 años, autónomo, en pleno desarrollo laboral, que acude sólo a la consulta preocupado porque retiene peor las cosas y se expresa peor que hace un año, son mucho menos sugerentes de alzhéimer que los de una mujer de 72 años, jubilada, que ha tenido que irse a vivir con su hija, con quién acude a consulta, por problemas con la organización de su propia casa y que repite una y otra vez las mismas preguntas por incapacidad para recordar prácticamente nada”.

La segunda clave sería, como apunta el galeno, «las muchas consultas por problemas de memoria que no suelen apuntar a un alzhéimer se explican por problemas en dos funciones cerebrales necesarias para la correcta formación de la memoria: la atención y la concentración». Este tipo surgen en ambientes domésticos y sociales amistosos donde el nivel de activación cae de forma natural.

La última de las pautas que da es el problema del procesamiento de la información ya que, cuando necesitan acceder a la almacenada y usarla, tienen dificultades, pero la recuerda. La diferencia de esta es que un paciente con enfermedad de Alzhéimer «raramente podrá recuperar un recuerdo, por más intentos y pistas que le demos».

### **Prevención**

La evolución en la comprensión de esta enfermedad se debe al trabajo de toda la comunidad médica, además del resto de la sociedad.

Según afirma el doctor, “no podemos ignorar el papel fundamental que desempeñan los hábitos de vida en la prevención del alzhéimer”. Investigaciones recientes han identificado hasta 21 factores sociosanitarios vinculados al desarrollo de la enfermedad, entre los que destacan el nivel educativo, la actividad cognitiva

previa, el índice de masa corporal en edades avanzadas, la sordera, la depresión, niveles elevados de estrés, traumatismos craneales, diabetes mellitus y tensión arterial alta.

↑ mostrar

*no podemos ignorar el papel fundamental que desempeñan los hábitos de vida en la prevención del alzhéimer*

Finalmente, aunque los investigadores reconoce que aún queda mucho por descubrir sobre esta patología, recalcan que que «no es poco lo avanzado, y desde los años 80 la percepción y comprensión de esta ha dado giros importantes, llevando a la sociedad a una visión más amplia y matizada de esta condición».

En los últimos años, la distintas [asociaciones](#) y funciones, trabajan para recaudar fondos para luchar contra la enfermedad del Alzhéimer; una de esas iniciativas recientes fue el tema musical de Javier de Pecos y David Summers, 'Aquí y Ahora'. Tal y como contó en *Villaviciosadigital* en [esta noticia](#), estos dos cantantes colaboraron con el proyecto Teléfono Dorado, de la Asociación Mensajeros de la Paz, el cual tiene ya 26 años de historia y acompaña, a través de la escucha activa, a las personas que llaman en situación de soledad no deseada y aislamiento, algunas de las cuales padecen esta enfermedad.

## RECIBE NUESTRAS NOTICIAS DE FORMA SEMANAL

Dirección de correo electrónico \*

**SUSCRÍBETE**

## THEOBJECTIVE

Economía

# Amylyx invierte 700 millones en la gran apuesta contra el ELA que no convence a Europa

La EMA ha decidido no aprobar, por segunda vez, Albrioz, medicamento que ya ha recibido el visto bueno de la FDA



Sede de la Agencia Europea del Medicamento. | Aemps.



**Lidia Ramírez**

@lidiaramirezrol

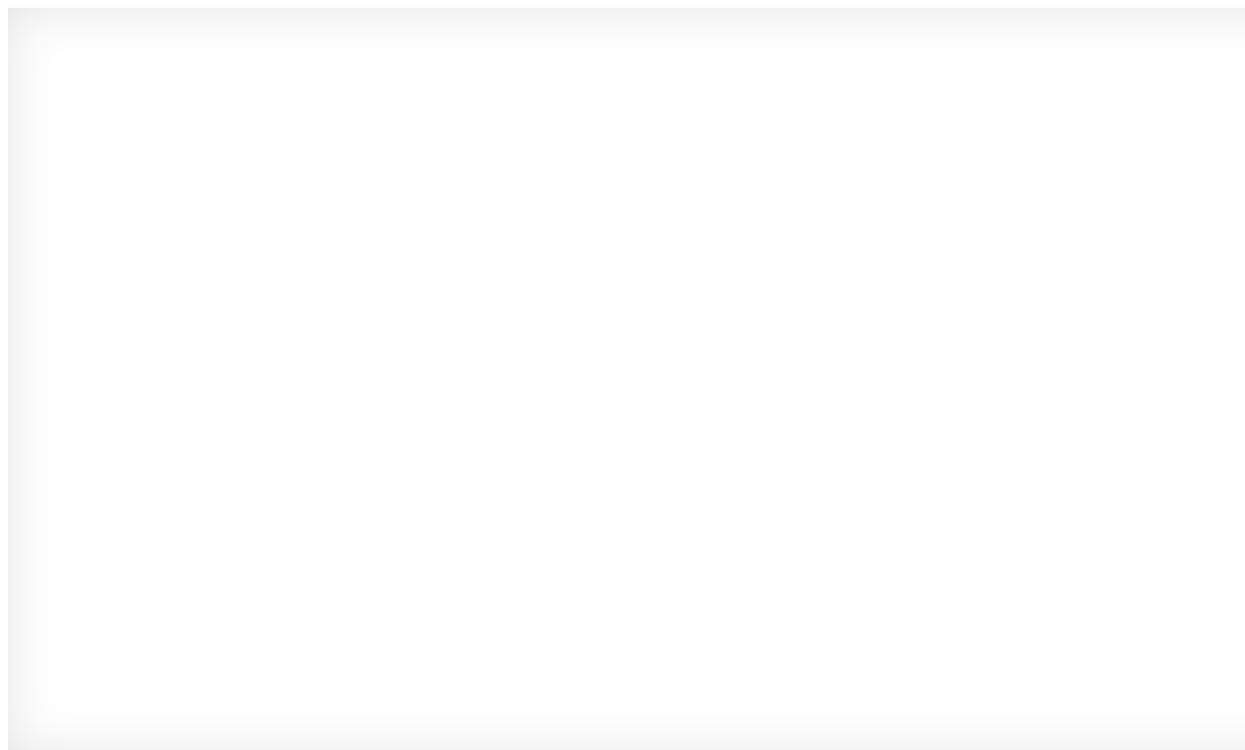
lrr@theobjective.com

Publicado: 24/10/2023 • 03:30

**E**l último y único medicamento aprobado en Europa dirigido expresamente contra la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) fue **Riluzol**. Autorizado **hace más de 25 años**, es el único fármaco que ha demostrado prolongar la supervivencia media en pacientes con ELA en dos o tres meses. Sin embargo, hay un nuevo medicamento que se han convertido en la **última gran esperanza** para estos pacientes al demostrar que la mediana de supervivencia de aquellos que lo tomaron desde el principio es **4,8 meses superior a aquellos que empezaron con un placebo**.

Se trata de **Albrioza**, de la biofarmacéutica estadounidense **Amylyx**, un combinación de fenilbutirato de sodio y ácido taurursodeoxicólico que no termina de convencer a las autoridades europeas. El pasado 13 de octubre, el Comité de Medicamentos de Uso Humano (CHMP) de la Agencia Europea de Medicamentos (EMA) volvió a rechazar su aprobación por segunda vez este año. En junio recibió su primera opinión negativa: «A la Agencia le preocupa que el estudio principal no mostrara de manera convincente que Albrioza fuera eficaz para retrasar el empeoramiento de la enfermedad. Los datos sobre la supervivencia tampoco fueron fiables, dada la forma en que se recopilaron y analizaron», explicaba la EMA sobre sus razones para emitir una opinión negativa sobre este tratamiento.

PUBLICIDAD



Por su parte, desde Amylyx comparten «la frustración» que siente la comunidad europea de la ELA tras una nueva negativa. La prevalencia de esta enfermedad en Europa es de **2.6 a 3 casos/100.000 personas**. En España, donde cada año se diagnostican unos 900 nuevos casos de ELA, unas 4.000 personas padecen la enfermedad, según datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**.

## 700 millones de inversión

«El CHMP nos informó que todavía tenían preguntas pendientes y no pudieron aprobar la solicitud con el paquete de datos actual. Amylyx comparte la frustración que siente la comunidad europea de ELA, que no tiene tiempo para esperar opciones de tratamiento nuevas, seguras y efectivas y sigue comprometida a explorar todos los caminos potenciales a seguir en apoyo del objetivo de la

compañía de hacer llegar AMX0035 (Albrioza) a las personas que viven con ELA en la UE lo antes posible», ha informado la compañía a **THE OBJECTIVE**.

Los datos de la fase 2 de su ensayo Centaur (con 137 personas), que fueron la base de la aprobación de Albrioza en Canadá (junio de 2022) y en EEUU (septiembre de 2022), no han sido suficientes para las autoridades europeas. Ahora, la Amylyx, que ha invertido más de **700 millones en el desarrollo clínico de Albrioza**, según ha adelantado la biofarmacéutica a este medio, se centra en su estudio global Pheonix de fase 3 para probar la terapia en un grupo más grandes de pacientes.

La inscripción se completó el mes pasado con un total de 664 participantes en 69 centros de Europa y EEUU que recibirán el medicamento o un placebo durante 48 semanas. En España, serán cinco los hospitales que participarán en este ensayo: Hospital Universitario de Donostia, Hospital Bellvitge (Barcelona), Hospital Universitario y Politécnico La Fe (Valencia), Hospital San Rafael (Madrid) y Hospital del Mar (Barcelona).



Madrid abrirá el Zendal a enfermos de ELA en febrero como adelantó THE OBJECTIVE

Lidia Ramirez

## Nueva evaluación para mediados de 2024

De esta forma, la compañía intentaría nuevamente obtener la aprobación de la UE «lo más rápido posible». Sin embargo, **no volverán a buscar una nueva aprobación de la EMA hasta tener los resultados principales del estudio en fase 3, que se preven «para mediados» de 2024**, ha confirmado la farmacéutica a este medio.

«Continuaremos apoyando nuestra misión de poner fin algún día al sufrimiento causado por las enfermedades neurodegenerativas invirtiendo en investigación para trabajar en nuevos tratamientos y, con suerte, curas», señalan desde Amylyx. Agregan que están investigando otras terapias con vías diferentes o potencialmente complementarias en la ELA y otras enfermedades neurodegenerativas, como AMX0114, un nuevo compuesto de oligonucleótido antisentido que se dirige a la calpaína-2 (CAPN2), y que se encuentra actualmente en estudios preclínicos. «Nuestro objetivo actual es iniciar un primer estudio en humanos durante 2024».

«La ELA es compleja y requiere una búsqueda incesante de nuevas opciones terapéuticas, y todavía queda mucho por aprender. Creemos que será necesario un enfoque combinado, dirigido a múltiples vías celulares implicadas en la patogénesis de la enfermedad, para encontrar una cura para la ELA», concluyen desde la compañía.



Pacientes con ELA se querellan contra Sánchez ante el Tribunal Supremo por bloquear su ley

Alberto Sierra

LA NACION  
ArgentinaO GLOBO  
BrasilEL MERCURIO  
ChileEL TIEMPO  
ColombiaLA NACIÓN  
Costa RicaLA PRENSA  
El SalvadorEL UNIVERSAL  
MéxicoEl Comercio  
Perú

Puerto Rico

Listin Diario  
República DominicanaEL PAIS  
UruguayEN  
Venezuela

INICIO

QUIÉNES SOMOS

PORTAFOLIO DE PRODUCTOS GDA

SERVICIOS INFORMATIVOS

BLOG GDA

MEDIA KIT

CONTÁCTENOS

TITULARES

POLÍTICA

NEGOCIOS Y FINANZAS

DEPORTES

EDITORIAL Y OPINIÓN

ARTE, CULTURA Y GENTE

FUTURO Y TIEMPO LIBRE

FOTOS DE LA SEMANA

## Alimentos que debe evitar si sufre de migraña

El Tiempo, Colombia 22 de octubre de 2023

Melanie Shulman - La Nación (Argentina)

Tener dolor de cabeza es más común de lo que se cree

Melanie Shulman - La Nación (Argentina)

Tener dolor de cabeza es más común de lo que se cree. Algunos lo padecen a diario y otros lo viven esporádicamente. En cualquiera de los casos, se trata de un dolor que disminuye la calidad de vida de aquellos que la sufren, quienes además se ven obligados a frenar sus actividades cotidianas hasta que logran aliviarla. Para el médico neurólogo y director del Instituto de Neurología de Buenos Aires, Alejandro Andersson, la migraña tiene que ver con un dolor de cabeza intenso de carácter pulsátil, que provoca una sensación de latido y que la afecta en su totalidad o simplemente en una parte. Un informe de la Mayo Clinic, una organización americana sin fines de lucro especializada en atención médica, investigación y educación para todo tipo de personas, explica que en la mayoría de los casos está acompañada de náuseas, vómitos y sensibilidad a la luz y al sonido. Tal es la magnitud de esta patología, que a muchos les cuesta poner en palabras lo que sienten en ese momento. Es que el dolor puede llegar a ser tan severo que cuando esto ocurre, se ven obligados a cancelar planes, pausar el trabajo y abandonar todo aquello que estuvieran haciendo. En estas situaciones, Andersson comenta que urge la necesidad de recostarse en un lugar tranquilo, a oscuras y sin ruidos. Datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) revelan que la migraña suele aparecer en la etapa de la pubertad y afecta en mayor medida a personas entre los 35 y 45 años. A su vez, destacan que es dos veces más frecuente en las mujeres que en los hombres debido a los cambios hormonales. En cuanto al origen, Andersson resalta que no tiene nada que ver con una contractura, como muchas veces se piensa, más bien "esta dolencia dependerá de la dilatación de las arterias de nuestra cabeza". En esta línea, desde la OMS informan que está causada por la activación de un mecanismo encefálico que conduce a la liberación de sustancias inflamatorias que generan dolor alrededor de los nervios y vasos sanguíneos de la cabeza. Pero este proceso no se desencadena porque sí, tampoco es igual en todas las personas. Los expertos consultados coinciden en que no existe un único factor de riesgo universal, sino que se podría tratar de múltiples desencadenantes. En palabras de Andersson, la genética ocupa un rol clave. Entonces, si un pariente sufre migrañas, mayor será la predisposición de tenerla: "El 80 % de los pacientes tiene antecedentes familiares con estos cuadros". Por su parte, Yael Hasbani, Health Coach certificada en Salud y Nutrición Holística, relaciona a las causas con el estilo de vida: "Son muchos los factores de riesgo que se ponen en juego y que pueden provocar este dolor", dice. Entre ellos menciona el mal descanso, la falta de actividad física, tener altos niveles de ansiedad, depresión y estrés y, por sobre todo, destaca la alimentación. Alimentos y migraña La alimentación juega un rol clave: es esencial para el correcto funcionamiento del cerebro. Así, Julio Bragagnolo, jefa de Nutrición y Diabetes del Hospital Ramos Mejía, cuenta que no se le puede echar la culpa a un alimento en particular, sino que se habla de una serie de productos considerados dañinos para sus células y tejidos. De acuerdo con el especialista, esta lista la encabezan los de carácter ultraprocesado e industrializados debido a sus componentes químicos y aditivos. Frente a este escenario, Hasbani suma que los alimentos con altos índices de azúcar y cafeína también son entendidos como un factor de riesgo ya que "su abstinencia puede generar fuertes dolores de cabeza como consecuencia de la ansiedad que se genera por querer ingerirlos", explica la Health Coach. Al respecto, Bragagnolo brinda una estrategia llamada "diario de migrañas" para calcular la frecuencia de los dolores en relación a lo que se comió. Para ello, sugiere llevar un registro de la hora en que arrancaron y lo que se consumió previamente. Así, "se podrá tener un indicio de lo que nos hace mal", aclara. De cara a este método, la American Migraine Foundation revela un dato clave: los alimentos suelen desencadenar las migrañas entre 12 y 24 horas después de haberlos ingerido. Queso Los que son maduros presentan altos niveles de sodio y grasas que disparan el dolor de cabeza ya que generan inflamación. A su vez, otros lácteos como la leche y el helado también generan jaquecas dadas sus elevadas dosis de azúcar. Chocolate El chocolate con leche posee altos índices de azúcar y grasas. Ambos componentes dañan el correcto funcionamiento del cerebro y generan ganas de comer más. Frente a esta necesidad, si el organismo no los ingiere se dispara el dolor de cabeza para solventar esta carencia. Harina refinada Este producto dispara la producción de dopamina, la hormona que genera relajación y la persona se vuelve dependiente de su consumo. Por ello, su falta genera ansiedad y, por ende, dolor de cabeza. Café Es estimulante, proactivo y afecta el sueño. Tomarlo de manera desmedida puede provocar el mal descanso, que sostenido en el tiempo desencadena fuertes dolores de cabeza. Gaseosas Entre sus componentes se destacan la cafeína y el azúcar. Ambos estimulan la actividad del cerebro y pueden causar picos de glucemia, dañar algunas de sus funciones y provocar dolores de cabeza. Alcohol Tiene que ver con un hábito que a la larga puede generar enfermedades crónicas. A su vez, tiene un efecto relajante, entonces como el cuerpo se acostumbra, lo necesita cada vez más. Cuando no lo tiene, la abstinencia genera ansiedad y, en consecuencia, dolor de cabeza. ¿Cómo se previene? Hasbani expresa que la prevención se da cuando se modifican ciertos hábitos que afectan el cerebro. En este camino sugiere darles prioridad a las horas de sueño y que en lo posible se descanse ocho horas por noche. También recomienda ejercitarse con frecuencia, evitar el consumo de tabaco y alcohol, e inclinarse por una alimentación integral basada en plantas. En este sentido, desde la American Migraine Foundation prevén que la mejor fórmula para combatir la migraña es a través de una dieta fresca y natural libre de procesos industrializados. Consultada sobre cuáles son los alimentos recomendados, Hasbani destaca las legumbres: lentejas, frijoles y garbanzos, como también todo tipo de frutas y verduras, con excepción de los cítricos; arroz integral, quinoa, trigo sarraceno, mijo y cebada. Sucede que los productos naturales presentan propiedades antiinflamatorias y antioxidantes; por lo tanto, "evitan el deterioro cognitivo y los picos de glucemia que generan intensos dolores de cabezas", subraya la especialista. Además, la fibra y la proteína que aportan regulan los niveles de azúcar en sangre. En este camino, la hidratación también juega un rol clave: a base de agua potable. En términos de Bragagnolo, mantiene vitales las células del cerebro. Si bien los posibles desencadenantes de las migrañas son comunes a todas las personas, lo cierto es que cada una reaccionará diferentes a los estímulos del exterior y a los hábitos que mantenga. Aunque si de algo hay certeza, es que se trata de una patología que se puede prevenir.

89

Por ciento

Según la Sociedad Española de Neurología (SEN), hasta un 89 por ciento de la población masculina y un 99 por ciento de la femenina asegura sufrir o haber sufrido de dolores de cabeza en algún momento de su vida. De esos casos, más del 90 por ciento se debe a una cefalea primaria, es decir, que no es causada por una lesión en el sistema nervioso.

### MIRADA

 Oct 23, 2023 [El Comercio, Perú](#)

### Roma celebra la obra de Copérnico en los Foros Imperiales

 Oct 23, 2023 [El Mercurio, Chile](#)

### Cómo cargar el celular: los tres errores que debes evitar para no dañar la batería

 Oct 19, 2023 [La Nación, Argentina](#)

### La IA creará una forma de trabajar totalmente nueva

 Oct 23, 2023 [El Tiempo, Colombia](#)

### Tweets de Diarios del GDA

GrupoDiariosAm... @Noticias...

27 Miembros



## No hay nada que ver aquí. Por ahora.

Cuando alguien de esta lista twitteo, el Tweet aparecerá aquí.

[Ver en Twitter](#)

### Socios GDA

La Nación, Argentina

El Mercurio, Chile

La Nación, Costa Rica

El Universal, México

El Nuevo Día, Puerto Rico

El País, Uruguay

O Globo, Brasil

El Tiempo, Colombia

La Prensa Gráfica, El Salvador

El Comercio, Perú

Listin Diario, República Dominicana

El Nacional, Venezuela

### Contáctenos

777 Brickell Ave. Suite 500

Miami, FL 33131

consultas@gda.com

Tel: (305) 577-0094

Fax: (305) 577-0096

Inicio

Quiénes Somos

Portafolio de productos GDA

Servicios informativos

Blog GDA

Media kit

Contáctenos