

## SOCIEDAD

## La forma en que caminas podría ser un signo temprano de demencia

MARÍA BONILLO

Foto: **Bigstock**

MIÉRCOLES 13 DE SEPTIEMBRE DE 2023

3 MINUTOS

Se prevé que el número de personas con algún tipo de demencia aumente en los próximos años

La demencia se refiere al deterioro progresivo de las facultades mentales que provoca **graves trastornos de conducta**, llevando a las personas que la sufren a olvidarse de las tareas diarias, a perder la capacidad de reconocer personas u objetos o incluso, en estados más avanzados, a olvidarse de comer o caminar.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), **más de 50 millones de personas en todo el mundo tienen algún tipo de demencia**, una cifra que se espera que **aumente en los próximos años**. Cabe destacar que alrededor del 30% de los casos no están diagnosticados.



65YMAS.COM



Este es uno de los principales retos de la sociedad científica actual, **mejorar y agilizar el diagnóstico precoz** de esta enfermedad para ser tratada cuanto antes y poder así reducir su impacto. Saber reconocer **los síntomas tempranos** puede ayudar a conseguirlo.

En este sentido, un estudio publicado en *JAMA Network Open* revelaba un **nuevo signo temprano de la demencia** y que tiene que ver con la velocidad a la que caminamos.

Esta investigación, que utilizó una cohorte de más de 16.000 personas mayores sanas en Australia y Estados Unidos, asoció **una disminución en la marcha y la función cognitiva con un mayor riesgo de demencia**, el cual fue aún mayor en aquellas personas que mostraron un deterioro tanto en la marcha como en la memoria.

"Estos resultados resaltan la importancia de la marcha en la evaluación del riesgo de demencia y sugieren que la doble disminución de la velocidad de la marcha medida de la memoria pueden ser



**65YMAS.COM**

no quedaba claro **como afectaba la disminución "en áreas específicas"**. Es por ello por lo que buscaron examinar en concreto "las asociaciones entre la doble disminución de la velocidad de la marcha y la cognición, es decir, global, memoria, velocidad de procesamiento y fluidez verbal, con el riesgo de demencia".

Así, tras evaluar las asociaciones entre la doble disminución de la velocidad de la marcha y 4 medidas cognitivas diferentes, observaron que "la doble disminución en la velocidad de la marcha y cada una de las medidas cognitivas se asoció con un **mayor riesgo de demencia** en comparación con las personas que no declinaban, las que solo disminuían cognitivamente o las que solo disminuían la marcha".

Según concluían los investigadores, "estos hallazgos **respaldan la inclusión de la velocidad de la marcha en las evaluaciones de detección** del riesgo de demencia".

---

### Sobre el autor:

#### María Bonillo

María Bonillo es licenciada en Comunicación Audiovisual y Periodismo por la Universidad Carlos III de Madrid. Escribe principalmente sobre temas de sociedad. También tiene experiencia en comunicación corporativa de empresas como OmnicomPRGroup y Pentación Espectáculos.

[Saber más sobre el autor](#)

Actualizado 13 Sep 2023 11:41

Salud y bienestar

## Día Internacional contra la Migraña

Esta enfermedad afecta a más de 5 millones de personas en España



Barcelona, Spain. Young woman working from home. Young woman relaxing at home. Videoconference, homework, work from home, cozy, job, quarantine, stay home, relax, chill, coffe, warm, hygge / Westend61

**Carlos Flores** Radio Valladolid 12/09/2023 - 18:45 h CEST



Cadena SER

**Hoy por Hoy** Àngels Barceló

La migraña es una de las cefaleas primarias más frecuentes en España, ya que afecta a aproximadamente a un 14% de la población. Y, aunque es una enfermedad que puede debutar en personas de todo tipo y edades, en aproximadamente un 80% de los casos se da en mujeres en edades comprendidas entre los 20 y los 50 años. Un predominio femenino que también se da en otras etapas de la vida, por ejemplo, un 9% de las niñas europeas padecen migraña frente al 5% de los niños. Esta alta prevalencia de la enfermedad, unida a las altas tasas de discapacidad que provoca –más del 50% de las personas que padecen migraña presentan un grado de discapacidad grave o muy grave–, han convertido a la migraña en la primera causa de discapacidad en España entre los adultos menores de 50 años.

Una de las principales consecuencias de esta falta de diagnóstico es que son muchos los pacientes los que o se automedican o no están accediendo a los tratamientos adecuados. Según datos del último estudio realizado por el Grupo de Estudio de Cefaleas de la SEN, en España, menos del 14% de los pacientes que requieren tratamiento preventivo (para reducir la frecuencia de crisis de migraña) lo están recibiendo. Además, más del 50% de las personas que padecen migraña se automedica con analgésicos sin receta.

Cada año se podrían diagnosticar más de 180.000 nuevos casos de migraña en España, sin embargo, el número de diagnósticos anuales es mucho menor. Por lo tanto, desde la SEN se insiste en recordar a los pacientes que cuando el dolor de cabeza sea frecuente, comience a afectar su calidad de vida o genere discapacidad, es fundamental buscar atención médica para obtener un diagnóstico adecuado y un plan de tratamiento que ayude a controlar los síntomas y reducir la discapacidad asociada. Porque, además, el tratamiento de la migraña debe ser individualizado: no todos los tratamientos funcionan de igual forma en los pacientes y su abordaje dependerá de la gravedad de los síntomas, la frecuencia de los ataques así como de otros factores relacionados con la salud.

*Existen novedades en el campo de los denominados fármacos preventivos (para reducir la frecuencia de crisis de migraña), con el uso cada vez más frecuente de anticuerpos monoclonales anti-CGRP, específicos para esta enfermedad, y la llegada de los gepantes. Además, pronto estarán disponibles nuevos fármacos para el tratamiento de las crisis de dolor como los gepantes y ditanes. En general, los tratamientos preventivos se recomiendan para aquellas personas que tienen más de tres crisis de migraña al mes”, señala el Dr. Pablo Irimia, coordinador del grupo de Estudio de cefaleas de la Sociedad Española de Neurología.*

## Sobre la firma

---



Cadena SER

**Hoy por Hoy** Àngels Barceló

Actualizado 13 Sep 2023 10:01

Hable con el programa

Salud y bienestar

## El tinto sirve para bajar el dolor de cabeza: ¿Verdad o mito?

Popularmente, se ha hablado sobre el efecto positivo del café para reducir los dolores de cabeza, esto dicen los expertos.



El tinto sirve para bajar el dolor de cabeza: ¿Verdad o mito? - Getty Images

**Anamaria Rodríguez** 12/09/2023 - 17:48 h COT

Los dolores de cabeza suelen ser muy comunes en personas de todas las edades, y aunque a veces suelen ser leves y tolerables, en ocasiones pueden terminar siendo incapacitantes y limitantes, afectando la calidad de vida de las personas.

**Para algunos tipos de dolor de cabeza, existen remedios caseros que pueden aliviar el dolor, algunos incluyen el consumo de café.**

MÁS DE CARACOL RADIO



Bogotá

Directo

**6AM Hoy por Hoy** Gustavo Gómez

**Al café, una de las bebidas más consumidas en el mundo, se le atribuyen múltiples propiedades y beneficios** que van más allá de brindar energía y de estimular el cerebro y el sistema nervioso central, que se potencia con la mezcla con otros alimentos.



Aunque suele asociarse el consumo de café con los dolores de cabeza, popularmente, **las personas recomiendan tomarse una taza de café al sentir cualquier molestia, pero ¿Qué tan efectivo es esto?, le contamos.**

## ¿El café sirve para quitar el dolor de cabeza?

**La cafeína es un alcaloide que está presente en más de 60 especies de plantas, como el té y el café, cada una con una concentración diferente.** Por ejemplo, una taza de café suele tener entre 47 y 134 mg de cafeína, y puede ser mayor dependiendo de la variedad de la planta.

Según Sonia Santos, coordinadora del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología, **hay un vínculo entre el alivio del dolor de cabeza y el consumo de café, pues la cafeína suele utilizarse como componente activo de medicamentos que alivian el dolor.**

### Le puede interesar:

Estos alimentos le estarían ocasionando migraña y usted no sabía

Día Internacional de la Acción contra la Migraña: algunas formas para combatir la enfermedad

**La reducción del dolor de cabeza con el consumo de café se debe a que la cafeína reduce la inflamación de los nervios que suelen originar el dolor de cabeza,** principalmente cuando es migraña, por eso es importante saber diferenciar los tipos de dolor e identificar sus causas.

A pesar de que se ha demostrado relación, **puede no funcionar en todas las personas, pues todos los organismos son diferentes y algunos son sensibles a la cafeína,** y en vez de generar una sensación de alivio puede actuar como desencadenante del dolor.

Igualmente, **se ha comprobado que no se debe generar una dependencia a esta sustancia,** pues en caso de querer dejarla no solo se genera síndrome de abstinencia, sino que el riesgo de cefalea de rebote es muy elevado, por lo que si se quiere dejar se debe hacer de manera progresiva.

## ¿Qué tanto café ayuda con el dolor de cabeza?

La cantidad de tazas de café que se deben tomar al día no solo se debe tener en cuenta para reducir el dolor de cabeza, sino por los **efectos que una sobredosis de cafeína puede generar en el cuerpo, como mareos, insomnio, taquicardia, aumentos de la tensión, entre otros.**



Bogotá

Directo

**6AM Hoy por Hoy** Gustavo Gómez

Si bien se ha encontrado una relación entre el consumo de café para reducir o quitar el dolor de cabeza, **debe tener en cuenta que esto puede variar de persona en persona, pues no es una solución definitiva y que le sirva a todas las personas y para todos los dolores de cabeza.**

Salud

Café

MÁS

## Últimas Noticias

Por "traición", Pastrana pide 'castigar' a los partidos que apoyan a Petro y sus reformas

Tabla de posiciones: Así quedó la Selección Colombia en las Eliminatorias

Brasil se lleva el triunfo de Lima sobre el final y sigue líder de la Eliminatoria

Shakira sella su presentación en los VMAs con un prestigioso reconocimiento

Jorge Carrascal sobre el terreno de juego: "la cancha estaba en condiciones complicadas"

Néstor Lorenzo: "Vinimos a ganar, no vamos a festejar un empate"

PUBLICIDAD

Siguiente artículo



Bogotá

Directo

**6AM Hoy por Hoy** Gustavo Gómez

Este site usa cookies propias y de terceros para mejorar la experiencia,

Sí, estoy de acuerdo

y si es necesario, mostrando publicidad relacionada con las preferencias mediante el análisis automático de sus hábitos de navegación.

Al clicar "Sí, estoy de acuerdo", usted acepta el uso de estas cookies.

Puede ver nuestra política de cookies clicando [aquí](#)



Nos mueve hacer realidad tus proyectos sociales y sostenibles



Países ▾

Quiénes somos Canales Contáctanos ObservaRSE Fundación



ARGENTINA CHILE COLOMBIA ECUADOR ESPAÑA MÉXICO PERÚ INTERNACIONAL

Acceso / Registro



ISO 26000: De Participación Activa y Desarrollo de la Comunidad Grupos de inter...



BBVA

Estar comprometidos con el progreso es hacer realidad los proyectos de futuro

[Conocer más](#)

## IX Edición de Espacio Ictus “La importancia del tiempo frente al ictus”

Espacio Ictus, creado por la Fundación Freno al ICTUS, presenta el 25 de septiembre de 2023 la IX Edición de Espacio Ictus “La importancia del tiempo frente al ictus” a las 10.00 horas en CaixaForum Atocha (P.º del Prado, 36, Madrid)

13-09-2023 | [Corresponsables \(@Corresponsables\)](#)



IX Edición de Espacio Ictus “La importancia del tiempo frente al ictus”



Espacio Ictus un punto de encuentro para la salud, un espacio abierto para el diálogo e intercambio de conocimiento y experiencias sobre el ictus, creado por la Fundación Freno al ICTUS, presenta el 25 de septiembre de 2023 la IX Edición de Espacio Ictus “La importancia del tiempo frente al ictus” a las 10.00 horas en CaixaForum Atocha (P.º del Prado, 36, Madrid).

Para llevar a cabo esta actividad, Fundación Freno Al Ictus contará con la participación de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la Sociedad Española de Neurosonología (SONES), el Grupo de Estudio de Enfermedades

### Organizaciones Corresponsables

- CGI Information Systems and Management Consultants España S.A.  
Consultoría
- Ecoembes  
Entidades No Lucrativas
- Gadisa  
Distribución y Gran Consumo
- ENGIE España  
Energía e Infraestructuras
- Ebro Foods  
Alimentación y Bebidas
- Educo  
Entidades No Lucrativas

[Ver más organizaciones](#)

### Últimas noticias



[DESTACADAS \(HTTPS://DOBLELLAVE.COM/SECCION/DESTACADAS/\)](https://doblellave.com/seccion/destacadas/)[PREVENCIÓN \(HTTPS://DOBLELLAVE.COM/SECCION/PREVENCION/\)](https://doblellave.com/seccion/prevencion/)

## Un estudio reveló cuánto tiempo sin dormir puede pasar una persona sin afectar la salud

🕒 5 horas



**DOBLE LLAVE** – La Sociedad Española de Neurología indica en un reciente estudio que **la cantidad de tiempo que una persona puede pasar sin dormir sin poner en riesgo su salud** puede variar ampliamente, según factores individuales y circunstancias específicas.

Sin embargo, en general, se considera que **no dormir durante períodos prolongados puede tener efectos negativos** significativos en la salud.

Estiman que el 48 % de la población adulta y el 25 % de la población infantil no tiene un sueño de calidad, y añade que **al menos un 50 % de la población tiene problemas para conciliar el sueño** y un 32 % se despierta con la sensación de no haber tenido un sueño reparador.

Después de aproximadamente 24 horas sin dormir, muchas personas comienzan a experimentar efectos como **falta de concentración, dificultad para tomar decisiones, irritabilidad y somnolencia**. A medida que el tiempo sin dormir se prolonga, los efectos negativos pueden intensificarse y afectar negativamente la función cognitiva, la memoria, el estado de ánimo, el sistema inmunológico y la salud en general.

## Problemas por no dormir

Pasados varios días sin dormir, pueden surgir problemas más graves, como **alucinaciones, delirio, problemas cardiovasculares y trastornos mentales**. En casos extremos, la falta de sueño prolongada puede llevar a la muerte.

La privación del sueño está asociada con cambios en el estado de ánimo, como ansiedad, depresión y mayor sensibilidad emocional. **Las personas que no duermen lo suficiente pueden ser más propensas a experimentar cambios bruscos en el estado de ánimo y dificultades para manejar el estrés.**

Según el Centro para el Control y Prevención de Enfermedades de EE.UU., es **recomendable dormir durante siete o más horas si eres adulto**, entre los 18 y los 60 años. Con una edad más avanzada, entre los 61 años y 64 años informan que deben dormir de siete a nueve horas.

Sin embargo, **para los más pequeños se ha estipulado que deben dormir como mínimo nueve horas**, y se aumenta el tiempo de sueño de más bebé hasta adolescente.

Es importante señalar que el sueño es esencial para el funcionamiento del cuerpo y el cerebro, y **no se recomienda intentar prolongar voluntariamente la falta de sueño.**

***De interés: Protege tus ojos: Consejos para enfrentar el desafío de las pantallas***  
***(<https://doblellave.com/protege-tus-ojos-consejos-para-enfrentar-el-desafio-de-las-pantallas/>)***

Fiorella Tagliafico

Con información de medios internacionales y redes sociales

Fuente de imagen referencial: Unsplash / Gregory Pappas

Visita nuestro canal de noticias en Google News (<https://news.google.com/publications>)



## NEUROLOGÍA

**Gepantes y Ditanes: así son los revolucionarios medicamentos para prevenir y tratar la migraña**

- La terapia biológica contra la migraña son unos "innovadores" fármacos, que se administran por vía subcutánea, para prevenir y tratar los síntomas de las crisis
- Se espera que en los próximos meses lleguen a España nuevos medicamentos orales, que podrían ser la esperanza para los pacientes que no "responden" a ninguno de los tratamientos disponibles en la actualidad



Rafa Sardiña

12·09·23 | 12:53 | Actualizado a las 13:17



Migraña: así son los nuevos medicamentos para tratar la primera causa de discapacidad en adultos / PEXELS

PUBLICIDAD

Según datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, la **migraña** afecta a un 12-13% de la población, es decir, más de cinco millones de españoles.

**RELACIONADAS**

Migraña: ¿Cómo prevenir el dolor de la que ya es la segunda causa de discapacidad en el mundo?

Cada año se podrían diagnosticar más de 180.000 casos de migraña

Día Nacional de la Cefalea: Si te duele la cabeza con frecuencia deberías saber estas diez cosas

De hecho, es la **primera causa de discapacidad** en menores de 50 años. Y entre el 2% y el 3% tiene además migraña crónica, lo que significa que sufren **dolor de cabeza** al menos quince días al mes.

Los principales problemas a los que se enfrentan los pacientes es el diagnóstico tardío (de media se tarda dos años) y la **falta de eficacia de los tratamientos**.

**¿Conoces las 4 fases de la migraña? Cómo avisa, qué es el aura, qué se siente, qué resaca deja...**

Rebeca Gil

Sin embargo, la innovación farmacológica ha abierto una ventana de posibilidades a las personas que padecen este tipo de **cefalea** (dolor de cabeza recurrente con síntomas como náuseas, vómitos y sensibilidad a la luz), que se ha convertido en la **enfermedad neurológica más prevalente** en nuestro país.

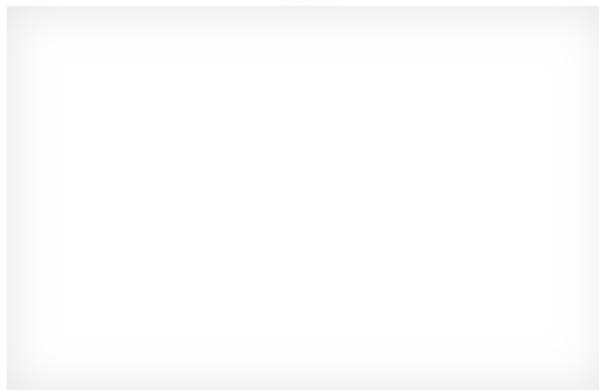
En España ya está disponible la **primera terapia biológica contra la migraña**. Se trata de cuatro fármacos aprobados desde 2019

que bloquean el CGRP, que es una proteína que está implicada en los procesos de dolor y vasodilatación y asociados a la **jaqueca**.

Día internacional de la Migraña: los anticuerpos monoclonales son la nueva terapia contra esta enfermedad neurológica / ARCHIVO

### Medicamentos biológicos: "lo último" contra la migraña

PUBLICIDAD



Según explica a "Guías de Salud" el **doctor Pablo Irimia**, neurólogo de la [Clínica Universidad de Navarra](#) y coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la [Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#), ya se ha incorporado al Sistema Nacional de Salud un arsenal terapéutico que presenta una gran ventaja frente a los tratamientos tradicionales.

Los principios activos son los siguientes:

- Erenumab
- Galcanezumab
- Fremanezumab
- Eptinezumab

#### Los medicamentos que bloquean la proteína CGPR, asociada a la migraña, tienen una gran tolerabilidad

[Doctor Pablo Irimia - Neurólogo](#)

Estos **anticuerpos monoclonales**, que pertenecen a una nueva familia de medicamentos antimigrañosos, "son específicos para esta enfermedad" y "con una gran tolerabilidad".

- "Su eficacia es superior a los medicamentos que teníamos hasta ahora para prevenir la aparición de la migraña. Pero lo más importante es que se toleran muy bien. Con los tratamientos tradicionales, la experiencia ha demostrado que muchos pacientes tenían que suspenderlos por los **efectos secundarios**".

Hablamos de unos **fármacos que están financiados** por la [Seguridad Social](#) y que solo se prescriben "a personas que tienen más de cuatro días de migraña al mes y que, por tanto, necesitan un tratamiento preventivo para reducir el número de días de dolor y la intensidad de los episodios".

- Eso sí, para acceder a estos medicamentos innovadores "**los pacientes deben haber fallado en al menos tres fármacos preventivos con anterioridad**". Se administran cada cuatro semanas de forma subcutánea, que incluso se puede inyectar el propio paciente en casa, y se dispensan en el Servicio de [Farmacia](#).

El 18% de las mujeres padecen migraña, frente al 8% de los hombres. / SHUTTERSTOCK

### Cuando ningún tratamiento funciona contra la migraña

No obstante, hay un porcentaje de pacientes que "no responden" a ninguno de los medicamentos disponibles en nuestro país para prevenir y tratar la migraña. Son personas **resistentes a los tratamientos tradicionales**, también a los monoclonales. Pero ya "hay líneas de investigación potenciales para poder disponer en el futuro de nuevas alternativas terapéuticas".

- "Las personas con esta patología neurológica tienen que saber que, por suerte, la investigación sobre la migraña está creciendo, y **esperamos contar en los próximos años con más fármacos específicos**, tanto preventivos como para las crisis de dolor".

#### La migraña es más que un simple dolor de cabeza: es de gran intensidad e incapacitante

Doctor Pablo Irimia - Neurólogo

Y es que, este tipo de pacientes con migraña crónica y sin ningún tipo de fármaco que trate los síntomas de esta enfermedad, se enfrenta a "una **discapacidad**".

- "No pueden trabajar ni participar en reuniones familiares, ni de ocio, debido al dolor que produce la migraña. Y la sensibilidad a la luz y al ruido que provoca, les obliga a aislarse y estar en cama hasta que desaparecen los síntomas".
- "Es **muy complicado llevar una vida normal** con un dolor que a uno le acompaña cada día y, además, de una gran intensidad. La **migraña es más que un simple dolor de cabeza** que podemos tener cuando estamos cansados. Son **dolores de gran intensidad, muy incapacitantes**, que hacen que la persona se tenga que acostar".

El estrés, la tensión o la angustia son factores ambientales que pueden desencadenar o empeorar un episodio de migraña. / FREEPIK

### Lo que está por venir: gepantes y ditanes

Estamos a la espera de la llegada de nuevos medicamentos "muy prometedores" para el tratamiento sintomático de la migraña. Son los conocidos como **gepantes** (rimegepant, ubrogepant y atogepant) y **ditanes** (lasmiditan).

**La migraña en datos: Cada año se podrían diagnosticar más de 180.000 casos de migraña**

Rebeca Gil

Fármacos que, como ocurre con los biológicos, actúan frente a la proteína CGRP (bloqueando el receptor) causante de las crisis,

pero en este caso, se toman por vía oral.

## Un 70% de los pacientes con migrañas abandonan su tratamiento preventivo por los efectos secundarios

Doctor Pablo Irimia - Neurólogo

No solo aminoran sus síntomas, sino que también sirven como tratamiento preventivo. Y ya están aprobados por la **Agencia Europea del Medicamento** (EMA, por sus siglas en inglés), aunque aún no se pueden prescribir en el territorio español.

- La principal ventaja que presentan es que estos sí los pueden tomar aquellas personas con factores de riesgo vascular o enfermedades cardiovasculares (no ocurre con los que se utilizan con más frecuencia, los llamados *triptanes*).

Hasta ahora, y de acuerdo a un estudio elaborado por la Sociedad Española de Neurología, "un 70% de los pacientes que está tomando un tratamiento preventivo habitual (se suelen utilizar antidepresivos, antiepilépticos o para la hipertensión) son incapaces de continuar el tratamiento al menos los seis meses que se le piden".

Y esto ocurre por dos motivos:



Consulta aquí todas las noticias de La Opinión de Zamora

### TE PUEDE INTERESAR:

<b>NEUROLOGIA</b> Día de la cefalea en racimos: Qué es y qué síntomas tiene el peor dolor de cabeza que existe	<b>NEUROLOGIA</b> Neuralgia del trigémino: así es la cefalea que se siente como una descarga eléctrica en la cara	<b>NEUROLOGIA</b> Cuidado con el dolor de cabeza durante la COVID-19 ¡Puede convertirse en cefalea crónica diaria!
---	--	---

1. 0 no son eficaces (no se consigue disminuir el número de crisis o sus síntomas)
2. 0 por sus efectos secundarios.

Y esta situación se podría "solucionar" con los nuevos medicamentos que están por venir: más **eficaces y con menor coste social**, es decir, menos bajas laborales asociadas a las crisis de migraña.

**TEMAS** Responde el doctor - Neurología - migrañas - medicamentos - Agencia Europea del Medicamento

infosalus / investigación

## La migraña puede ser hereditaria



Mujer con dolor de cabeza.  
- OLYMPIA QUIRÓNSALUD

Infosalus

Publicado: martes, 12 septiembre 2023 18:55

@infosalus\_com

 Newsletter

MADRID, 12 Sep. (EUROPA PRESS) - En la actualidad se desconoce el motivo por el que unas personas sufren migraña y otras no, pero sí se ha comprobado que, en ocasiones, "existe un componente familiar o hereditario", según ha resaltado el jefe de servicio de Neurología de Olym pia Quirónsalud, Rafael Arroyo.

Con motivo del Día Internacional contra la Migraña, que se celebra el 12 de septiembre, Arroyo ha recordado que existe un "claro predominio de la enfermedad en mujeres" y que se considera la cefalea primaria más frecuente entre pacientes jóvenes.

Los datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) indican que la migraña afecta a más de cinco millones de personas en España y, de ellos, 1,5 millones sufren migraña crónica, llamada así cuando los pacientes experimentan dolor de cabeza 15 o más días al mes.

Tal y como describe Arroyo, la migraña es uno de los dolores de cabeza, lo que se conoce como cefalea, más frecuentes. Respecto a sus síntomas, el especialista destaca que, habitualmente, este dolor de cabeza se define como hemicraneal, es decir, que duele la mitad de la cabeza.

Además, en muchas ocasiones va acompañada de náuseas y, en algunos casos, de vómitos. "Es una enfermedad importante por el elevado número de pacientes que la padecen y por las limitaciones que tiene este dolor en las actividades de la vida cotidiana", ha señalado el neurólogo.

La duración de esta cefalea puede oscilar entre cuatro y 72 horas, lo que se define como migraña episódica. "Se considera una persona migrañosa aquella que ha tenido cinco o más episodios de estas características", ha añadido el experto.

Según el especialista, debido a la peor evolución, existe un porcentaje de migrañas episódicas que terminan transformándose en crónicas. "Este tipo de migraña da lugar a más de 15 episodios, de las características mencionadas anteriormente, al mes. Son cefaleas de más difícil control y de peor pronóstico y tratamiento", ha indicado.

Además, apunta a las alteraciones hormonales como otro aspecto importante. En ese sentido, "antes o durante la menstruación, es muy frecuente que aparezcan migrañas. También sabemos que, cuando llega la menopausia, muchas pacientes que tienen migrañas, ven cómo desaparece el dolor de cabeza".

Otros factores que pueden tener que ver con la aparición de la migraña están relacionados con la alimentación, "como es el caso del chocolate, las comidas que llevan glutamatos, así como la ingesta de alcohol y, sobre todo, de vino". Las alteraciones del sueño también influyen en gran medida, indica el profesional.

## AVANCES EN EL TRATAMIENTO

Respecto al tratamiento de la migraña, Arroyo sostiene que, actualmente, existen dos tipos, "el que utilizamos en los ataques agudos y otro que, a veces, empleamos para la prevención de los episodios de migraña".

Ante el dolor leve o moderado, el neurólogo destaca los medicamentos analgésicos o antiinflamatorios y asegura que es fundamental "tomarlos muy, muy deprisa. El mejor analgésico es el que se toma antes, es decir, al inicio del dolor de cabeza tipo migraña".

Cuando esos medicamentos no alivian los síntomas porque el dolor ya es severo, el especialista asegura que, desde hace varios años, existen unos tratamientos específicos antimigrañosos para el

ataque agudo, "que los llamamos el grupo de medicamentos de los triptanes. Actualmente, hay varios y se sigue desarrollando alguno más. El triptán es un medicamento específico sólo para tratar las migrañas".

En la actualidad, el jefe de Neurología de Olympia asegura que, para paliar la migraña crónica, uno de los avances más importantes que se está desarrollando es la utilización, a veces, de técnicas de toxina botulínica, administrada subcutáneamente en el cuero cabelludo.

"En estos momentos, en nuestros hospitales hemos llevado a cabo muchos de los ensayos clínicos internacionales de estos nuevos medicamentos y, por ejemplo, vamos a desarrollar nuevas toxinas botulínicas tanto para la prevención de la migraña como para mejorar los tratamientos de la migraña crónica", ha finalizado.

Olympia Quirónsalud

## Más de cinco millones de personas en España tienen migraña y la mayoría son mujeres

1,5 millones sufren migraña crónica, llamada así cuando el paciente experimenta los síntomas durante 15 o más días al mes



Inbox - Foro Diplomático

12/09/2023

Cada 12 de septiembre se celebra el 'Día Internacional contra la Migraña' con el objetivo no sólo de sensibilizar acerca del dolor de los pacientes que padecen este tipo de cefalea, sino también de sumar esfuerzos para mejorar su calidad de vida.

Según la Sociedad Española de Neurología (SEN), la migraña afecta a más de cinco millones de personas en España y, de ellos, 1,5 millones sufren migraña crónica, llamada así cuando los pacientes experimentan dolor de cabeza 15 o más días al mes. Según el **Doctor Rafael Arroyo**, jefe de servicio de Neurología de Olympia Quirónsalud, "se calcula que, entre el 12 y el 15 % de la población, puede o ha podido tener migrañas". Además, destaca que existe un "claro predominio de la enfermedad en mujeres" y que se considera la cefalea primaria más frecuente entre pacientes jóvenes.

### Dolores de cabeza más frecuentes

Tal y como describe el neurólogo, la migraña es uno de los dolores de cabeza, lo que se conoce como cefalea, más frecuentes y que tiene que tener una serie de características específicas para considerarse como tal. Respecto a sus síntomas, el especialista destaca que, habitualmente, este dolor de cabeza se define como hemicraneal, es decir, que duele la mitad de la cabeza.

Además, normalmente muchas veces va acompañada de náuseas y, en algunos casos, de vómitos. "Es una enfermedad importante por el elevado número de pacientes que la padecen y por las limitaciones que tiene este dolor en las actividades de la vida cotidiana". Por ejemplo, un niño en edad escolar puede tener serias dificultades para estudiar o un ciudadano que se ve obligado a ausentarse de su trabajo.

La duración de esta cefalea puede oscilar entre cuatro y 72 horas, lo que se define como migraña episódica. Según el **Doctor Arroyo**, "se considera una persona migrañosa aquella que ha tenido cinco o más episodios de estas características".

#### **Migraña crónica: más de 15 episodios al mes**

Desafortunadamente, sostiene el especialista, debido a la peor evolución, existe un porcentaje de migrañas episódicas que terminan transformándose en crónicas. "Este tipo de migraña da lugar a más de 15 episodios, de las características mencionadas anteriormente, al mes. Son cefaleas de más difícil control y de peor pronóstico y tratamiento".

Tal y como indica el **Doctor Rafael Arroyo**, existen algunos factores que, a veces, pueden favorecer en las personas migrañosas. "No conocemos por qué hay unas personas migrañosas y otras no, pero sí sabemos que, en ocasiones, existe un componente familiar o hereditario". Además, apunta a las alteraciones hormonales como otro aspecto importante. En ese sentido, "antes o durante la menstruación, es muy frecuente que aparezcan migrañas. También sabemos que, cuando llega la menopausia, muchas pacientes que tienen migrañas, ven cómo desaparece el dolor de cabeza".

Otros factores que pueden tener que ver con la aparición de la migraña están relacionados con la alimentación, "como es el caso del chocolate, las comidas que llevan glutamatos, así como la ingesta de alcohol y, sobre todo, de vino". Las alteraciones del sueño también influyen en gran medida, indica el profesional.

#### **Avances en el tratamiento**

Respecto al tratamiento de la migraña, el **Doctor Arroyo** sostiene que, hoy en día, existen dos tipos, "el que utilizamos en los ataques agudos y otro que, a veces, empleamos para la prevención de los episodios de migraña". Ante el dolor leve o moderado, el neurólogo destaca los medicamentos analgésicos o antiinflamatorios y asegura que es fundamental "tomarlos muy, muy deprisa. El mejor analgésico es el que se toma antes, es decir, al inicio del dolor de cabeza tipo migraña".

Cuando esos medicamentos no alivian los síntomas porque el dolor ya es severo, el **Doctor Arroyo** asegura que, desde hace varios años, existen unos tratamientos específicos antimigrañosos para el ataque agudo, "que los llamamos el grupo de medicamentos de los triptanes. Actualmente, hay varios y se sigue desarrollando alguno más. El triptán es un medicamento específico sólo para tratar las migrañas". Según el profesional, un medicamento se considera eficaz cuando el ataque es capaz de abortarse en menos de una hora o, como máximo, en dos.

En la actualidad, el jefe de **Neurología** de **Olympia** asegura que, para paliar la migraña crónica, uno de los avances más importantes que se está desarrollando es la utilización, a veces, de técnicas de toxina botulínica, administrada subcutáneamente en el cuero cabelludo: "En estos momentos, en nuestros hospitales hemos llevado a cabo muchos de los ensayos clínicos internacionales de estos nuevos medicamentos y, por ejemplo, vamos a desarrollar nuevas toxinas botulínicas tanto para la prevención de la migraña como para mejorar los tratamientos de la migraña crónica".

ARTÍCULOS CON COINCIDENCIA

20minutos

---

# Esta es la enfermedad incapacitante que padecen 5 millones de personas en España

MORALES / NOTICIA / 12.09.2023 - 12:00H



Desde la Sociedad Española de Neurología la sitúan como primera causa de discapacidad en niños menores de 50 años. Además, es la tercera enfermedad más frecuente en todo el mundo.

[Fumar se relaciona con mayor riesgo de hospitalización por enfermedad mental](#)

[Estos son los peligros para la salud de mascar chicle en exceso](#)





Las migrañas afectan especialmente a las mujeres entre 20 y 50 años / ALBERTO BOGO

Hoy, 12 de septiembre, se celebra el **Día Internacional de Acción contra la Migraña**, "una **enfermedad neurológica** que produce episodios recurrentes de dolor intenso, discapacitante, y que suele ir acompañada de otros síntomas como **náuseas, vómitos**, sensibilidad a la luz y al sonido, alteraciones de la visión, trastornos sensitivos o dificultades en el habla", explica el doctor Pablo Irimia, coordinador del grupo de estudio de cefaleas de la **Sociedad Española de Neurología** (SEN). Esta dolencia capaz de perjudicarnos en tantos frentes a la vez, afecta a más de 5 millones de personas en España, de las cuales un millón y medio padecen **dolor de cabeza más de 15 días al mes**.

Aunque se trata de una enfermedad que puede manifestarse en cualquier persona y a cualquier edad, **el 80 por ciento de los casos** se dan en **mujeres entre los 20 y los 50 años**. ¿Lo peor de esta dolencia tan prevalente? Que los expertos calculan que alrededor de un 40 por ciento de los afectados en España están aún **sin diagnosticar**. Los dos motivos principales son la facilidad con que las personas a las que les 'duele la cabeza' se **automedican** con analgésicos que no necesitan prescripción médica, y que los síntomas se suelen confundir con otros tipos de dolor de cabeza que nada tienen que ver con la migraña.

---

TE

MÁS I

## NOTICIA DESTACADA



Resistencia a la insulina y diabetes: diferencias entre estas dos enfermedades graves y comunes

Salud

Enfermedades

## Migraña: una enfermedad infradiagnosticada

La alta prevalencia, y la **discapacidad que provoca** (más de la mitad de los afectados por **migraña** presentan un grado de discapacidad grave o muy grave), han convertido a la migraña en la primera causa de discapacidad en nuestro país entre los adultos menores de 50 años. Sin embargo, no siempre se **diagnostica debidamente**, en gran parte (concretamente, en el 25 por ciento de los casos) porque los **pacientes no lo consultan** con su médico al pensar que no tiene solución.





La migraña está infradiagnosticada porque muchos pacientes prefieren automedicarse y no consultarlo al médico. / Getty Images

La migraña no es una enfermedad que pase inadvertida. Durante los denominados 'ataques de migraña', muchos afectados sufren un dolor tan intenso, que se sienten incapaces de llevar a cabo una vida normal. Y es que la dolencia de la que hoy se celebra el Día Internacional **afecta negativamente a la productividad**, lo que provoca un impacto importante sobre la **salud emocional y mental**, ocasionando estrés, **ansiedad** o **depresión**, según el caso. A pesar de ello, la SEN estima que más del 50 por ciento de los afectados se automedica a base de analgésicos que no requieren receta.

#### NOTICIA DESTACADA



El gesto que debes hacer siempre que vayas al baño para proteger tu salud

## ¿Cuándo se considera que la migraña es crónica?

Existen muchos tipos diferentes de **dolor de cabeza**, pero debemos estar atentos a si ese dolor se convierte en algo frecuente, y de qué manera se adueña de nuestro día a día y afecta a nuestra **calidad de vida**. Según datos del último estudio de la Sociedad Española de Neurología, en España, menos del 14 por ciento de los pacientes que requieren **tratamiento preventivo** (para reducir la frecuencia de las crisis) lo están recibiendo.



NEUROLOGÍA

# La migraña causa una cefalea discapacitante con más de 180.000 nuevos casos al año en España



Por [Redacción Noticias en](#)

Publicado en 12 septiembre, 2



COMPARTIR EN TWITTER COMPARTIR EN PINTEREST COMPARTIR EN EMAIL

Hoy, 12 de septiembre, es el Día Internacional del Acción contra la Migraña, una enfermedad

## NOTICIAS POPULARES



20.1K 1

PSICOLOGÍA

El rasgo PAS: ¿Qué significa ser Persona Altamente Sensible?

9.5K

PROFESIONALES DE LA SALUD

¿Conoces los tipos de suturas y su clasificación?

8.6K

FARMACOLOGÍA

7 vitaminas esenciales para tener una buena salud

neurológica que, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), afecta a más de **5 millones de personas en España**. La migraña es, además, en todo el mundo, la **tercera enfermedad más frecuente y la segunda causa de discapacidad**.

👁 7.6K

*“La migraña es mucho más que un simple dolor de cabeza. Es una enfermedad neurológica caracterizada por producir episodios recurrentes de **dolor intenso, discapacitante**, que se describe como pulsátil, y que a menudo van acompañados de otros síntomas como **náuseas, vómitos, sensibilidad a la luz y al sonido** y, en un 30% de los casos, a otros síntomas neurológicos llamados «aura» entre los que se pueden incluir alteraciones en la visión, trastornos sensitivos o dificultades en el habla”, explica el Dr. Pablo Irimia, Coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología.*

*“Las crisis de migraña son de gran intensidad, muy discapacitantes e impiden que el paciente pueda hacer vida normal. Además, dependiendo de la frecuencia en la que aparezcan estos episodios de dolor de cabeza, la discapacidad será mayor. Así, las personas con **migraña crónica**, denominada así cuando se sufre dolor de cabeza más de 15 días al mes, son las que suelen experimentar un mayor grado de discapacidad. Y en España*

SALUD PÚBLICA

¿Cómo se puede ayudar a alguien durante un ataque de pánico?

👁 7.4K

PSICOLOGÍA

Microquimerismo fetal

👁 7.4K

SALUD PÚBLICA

¿Cuáles son las consecuencias de vivir con un adicto?

👁 6.1K

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Beneficios del CBD en infusión

👁 6.0K



grado de discapacidad. Y en España hay más 1,5 millones de personas que sufren esta enfermedad en su forma crónica”.

La migraña es una de las cefaleas primarias más frecuentes en España, ya que afecta a aproximadamente a un 14% de la población. Y, aunque es una enfermedad que puede debutar en personas de todo tipo y edades, en aproximadamente un **80% de los casos se da en mujeres** en edades comprendidas entre los 20 y los 50 años. Un predominio femenino que también se da en otras etapas de la vida, por ejemplo, un 9% de las niñas europeas padecen migraña frente al 5% de los niños.

## LA MIGRAÑA ES UNA ENFERMEDAD INFRADIAGNOSTICADA

Esta alta prevalencia de la enfermedad, unida a las altas tasas de discapacidad que provoca -más del 50% de las personas que padecen migraña presentan un grado de discapacidad grave o muy grave-, han convertido a la migraña en la **primera causa de discapacidad en España** entre los adultos menores de 50 años.

*“A pesar de que, durante los ataques de migraña, algunas personas pueden experimentar un dolor tan intenso y*

BIOLOGÍA

¿Sabes qué es la organogénesis?

👁 5.1K

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

¿Frena realmente el café el crecimiento de los niños?

👁 5.0K

PSICOLOGÍA

¿Qué son las cartas OH?

discapacitante que les impide llevar a cabo sus actividades diarias normales, que esta enfermedad puede afectar negativamente a la productividad y/o al rendimiento académico y que, por lo general, suele tener un impacto significativo en la salud emocional y mental de las personas, causando **estrés, ansiedad o depresión**, la migraña es una enfermedad infradiagnosticada. En la SEN estimamos que más de un 40% de las personas que padecen migraña en España están aún sin diagnosticar”, destaca el Dr. Pablo Irimia.

“Y son principalmente dos las razones de que esta enfermedad esté infradiagnosticada: porque sus síntomas a menudo se confunden con otros tipos de dolor de cabeza, lo que lleva a un **diagnóstico erróneo** o a no buscar atención médica específica y porque aún existen muchas personas que consideran que es un problema sin solución y utilizan **fármacos para el dolor** que puedan adquirir sin prescripción médica. Estimamos que al menos un 25% de los pacientes con migraña no ha consultado nunca su dolencia con un médico”.

Una de las principales consecuencias de esta falta de diagnóstico es que son muchos los pacientes los que o se automedican o no están accediendo a los tratamientos adecuados. Según datos del último estudio realizado

## Detección temprana del Alzheimer. Señales y Síntomas Tempranos



Contenidos de la entrada



([/#facebook](#)) ([/#twitter](#)) ([/#whatsapp](#)) ([/#linkedin](#)) ([/#google\\_gmail](#))  
(<https://www.addtoany.com/share#url=https%3A%2F%2Fimpulso06.com%2Fdeteccion-temprana-del-alzheimer-senales-y-sintomas-tempranos%2F&title=Detecci%C3%B3n%20temprana%20del%20Alzheimer.%20Se%C3%B1ales%20y%20S%C3%ADntomas%20Tempranos>)



(<https://impulso06.com/deteccion-temprana-del-alzheimer-senales-y-sintomas-tempranos?action=genpdf&id=16527>)



5

Puntúa la entrada



En la constante búsqueda por mejorar la atención médica y la calidad de vida de nuestros pacientes, nos encontramos frente a un desafío creciente y urgente: la detección temprana del

Alzheimer. Esta enfermedad neurodegenerativa, que afecta a una parte significativa de nuestra población, requiere de nuestra atención constante y un enfoque multidisciplinario para abordarla de manera eficaz.

Además, la formación constante es esencial. Es por eso que queremos recomendarte dos cursos gratuitos que pueden marcar la diferencia en tu práctica profesional. Nuestro **curso de gratuito de Actividades Básicas de Rehabilitación en los Mayores** (<https://impulso06.com/cursos/actividades-basicas-de-rehabilitacion-en-los-mayores/>) te brindará las herramientas necesarias para mejorar la calidad de vida de tus pacientes mayores. Además, el **curso gratis de Atención primaria a enfermos de Alzheimer** (<https://impulso06.com/cursos/atenciones-primarias-a-enfermos-de-alzheimer/>) te permitirá comprender y abordar de manera más efectiva esta enfermedad. ¡Inscríbete hoy mismo y fortalece tus habilidades en el cuidado de la salud!. Además pueden ser de su interés nuestros **cursos gratis online de salud** (<https://cursosgratisonline.es/formacion/formacion-por-areas/salud/>)



(<https://impulso06.com/cursos/actividades-basicas-de-rehabilitacion-en-los-mayores/>)

A medida que la esperanza de vida aumenta, el Alzheimer se ha convertido en uno de los principales desafíos de la salud en el siglo XXI.

La detección temprana del Alzheimer no es una tarea que pueda llevarse a cabo de manera aislada en una sola disciplina médica. Requiere la colaboración de neurólogos, psicólogos, radiólogos, trabajadores (<https://impulso06.com/formacion-por-areas/>) sociales y otros profesionales de la salud. La complejidad del Alzheimer exige que todos nosotros, como equipo, estemos preparados para reconocer los signos, realizar evaluaciones precisas y proporcionar un apoyo integral.

En este camino hacia la detección temprana del Alzheimer, recordemos siempre que nuestra dedicación y compromiso pueden marcar la diferencia en la vida de quienes atendemos. Comencemos juntos este viaje hacia un futuro en el que el diagnóstico temprano sea una realidad para todos los afectados por esta enfermedad.

## DEFINICIÓN DEL ALZHEIMER

El Alzheimer, también conocido como enfermedad de Alzheimer (EA), es una patología neurodegenerativa progresiva que afecta principalmente a las funciones cognitivas y la memoria. Se caracteriza por el deterioro gradual y continuo de las habilidades mentales y el funcionamiento cerebral. Esta enfermedad recibe su nombre en honor al médico alemán Alois Alzheimer, quien la describió por primera vez en 1906.

La enfermedad de Alzheimer se manifiesta principalmente en personas de edad avanzada, aunque también puede afectar a individuos más jóvenes en casos menos comunes, conocidos como Alzheimer de inicio temprano. A medida que progresa, los pacientes experimentan una pérdida significativa de la memoria, la capacidad para tomar decisiones, el lenguaje y la habilidad para llevar a cabo las actividades diarias.

### Efectos en el Cerebro

En cuanto a su impacto en el cerebro, el Alzheimer se caracteriza por la acumulación anormal de proteínas, como la beta-amiloide y la tau, que forman placas y ovillos neurofibrilares. Estas acumulaciones dañan las células cerebrales y las conexiones entre ellas, lo que conduce a la atrofia cerebral progresiva.

Esta degeneración cerebral afecta negativamente a la comunicación entre las células nerviosas y la transmisión de señales químicas en el cerebro. Como resultado, las áreas responsables de la memoria, el aprendizaje y el pensamiento se ven afectadas de manera significativa, lo que da lugar a los síntomas característicos del Alzheimer.

## PREVALENCIA EN ESPAÑA

En la actualidad, el Alzheimer representa uno de los mayores desafíos de salud en España y en todo el mundo. Según datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística (INE)  y la Sociedad Española de Neurología, se estima que alrededor de 800,000 personas en España viven con la enfermedad de Alzheimer.

Esta cifra continúa en aumento debido al envejecimiento de la población y la mayor esperanza de vida. Se proyecta que, a medida que avancen las décadas, la prevalencia de la enfermedad aumentará significativamente, lo que subraya aún más la importancia de la detección temprana y el tratamiento efectivo del Alzheimer en el contexto de la atención médica en España.

# FACTORES DE RIESGO

La identificación de los factores de riesgo asociados al desarrollo del Alzheimer es fundamental para comprender quiénes están en mayor peligro y para tomar medidas preventivas adecuadas. Si bien la enfermedad de Alzheimer no tiene una causa única conocida, varios factores pueden aumentar la probabilidad de su aparición. A continuación, exploraremos los principales factores de riesgo y cómo influyen en la predisposición a esta enfermedad.

## Factores Demográficos

- 1. Edad Avanzada:** La edad es uno de los factores de riesgo más significativos. El riesgo de desarrollar Alzheimer aumenta significativamente a medida que las personas envejecen. La mayoría de los casos se presentan en individuos mayores de 65 años.
- 2. Género:** Las estadísticas muestran que las mujeres tienen una mayor probabilidad de desarrollar Alzheimer en comparación con los hombres. Esta diferencia de género se ha observado en varias investigaciones, aunque las razones exactas aún no están completamente claras.

[LEER](#) Google drive. La importancia en la actividad laboral

(<https://impulso06.com/google-drive-la-importancia-en-la-actividad-laboral/>)

## Factores Genéticos

- 3. Antecedentes Familiares:** Tener familiares de primer grado (padres, hermanos) con Alzheimer aumenta el riesgo de desarrollar la enfermedad. Se han identificado genes específicos, como APOE-ε4, que están relacionados con un mayor riesgo de Alzheimer.
- 4. Mutaciones Genéticas Raras:** En casos poco comunes, mutaciones genéticas heredadas pueden causar formas familiares de Alzheimer, que suelen manifestarse a una edad más temprana.
- 5. Variaciones Genéticas Comunes:** Además de las mutaciones raras, existen variantes genéticas comunes que pueden aumentar ligeramente el riesgo de Alzheimer. Estas variaciones pueden interactuar con otros factores de riesgo.

Es importante destacar que tener uno o varios de estos factores de riesgo no garantiza que una persona desarrolle Alzheimer, y la presencia de estos factores no es una sentencia. La interacción entre factores genéticos y ambientales sigue siendo objeto de investigación activa.

En la siguiente sección, exploraremos los síntomas y las etapas del Alzheimer para comprender mejor cómo se manifiesta esta enfermedad y cómo se pueden detectar sus primeros signos.

# SÍNTOMAS Y ETAPAS

El Alzheimer es una enfermedad progresiva que se manifiesta en una serie de síntomas característicos a lo largo del tiempo. Comprender cómo evolucionan estos síntomas y las etapas en las que se dividen es esencial para un diagnóstico preciso y el manejo adecuado de la enfermedad.

## Síntomas Iniciales

Los primeros síntomas del Alzheimer a menudo pasan desapercibidos o se atribuyen al envejecimiento normal. Estos síntomas iniciales pueden incluir:

- **Pérdida de Memoria a Corto Plazo:** Olvidar información reciente, como conversaciones recientes o eventos.
- **Dificultad para Encontrar Palabras:** Experimentar problemas al recordar palabras comunes o nombrar objetos.
- **Desorientación Temporal y Espacial:** Perdersse en lugares familiares o perder la noción del tiempo.
- **Cambios en el Comportamiento y Personalidad:** Experimentar cambios de humor, apatía o irritabilidad inexplicables.

A medida que la enfermedad progresa, estos síntomas se vuelven más pronunciados y comienzan a interferir con la vida diaria.

## Clasificación de las Etapas del Alzheimer

El Alzheimer se clasifica típicamente en tres etapas principales: leve, moderada y grave. Cada etapa tiene sus características distintivas:



### ETAPA LEVE



En esta etapa inicial, los síntomas son sutiles pero notables. Pueden incluir:

- **Problemas de Memoria:** Dificultad para recordar nombres, palabras o la ubicación de objetos.



- **Desafíos en la Planificación y la Organización:** Dificultad para realizar tareas cotidianas o planificar eventos.
- **Desorientación Espacial:** Confusión sobre la ubicación y el tiempo.

## ETAPA MODERADA

En esta etapa, los síntomas se vuelven más evidentes y problemáticos. Pueden incluir:

- **Problemas de Comunicación:** Dificultad para mantener conversaciones coherentes o seguir instrucciones.
- **Cambios de Comportamiento:** Comportamiento impulsivo, cambios de humor y agitación.
- **Requiere Asistencia:** Dependencia en las actividades diarias y la atención constante.

## ETAPA GRAVE

En esta etapa avanzada, los síntomas son severos y debilitantes. Pueden incluir:

- **Pérdida de la Capacidad para Comunicarse:** Dificultad o incapacidad para hablar o reconocer a familiares.
- **Inmovilidad:** Pérdida de la movilidad y la capacidad para cuidar de sí mismo.
- **Problemas de Deglución:** Dificultad para tragar alimentos y líquidos.

Es crucial tener en cuenta que la progresión de la enfermedad puede variar de persona a persona, y no todos los pacientes seguirán exactamente esta secuencia de etapas. Sin embargo, esta clasificación general sirve como guía para comprender la evolución del Alzheimer.

En la siguiente sección, exploraremos en profundidad los métodos de detección temprana para identificar estos síntomas en sus primeras etapas.

# MÉTODOS DE DETECCIÓN TEMPRANA

La detección temprana del Alzheimer desempeña un papel fundamental en la atención médica de los pacientes y en su calidad de vida. Identificar los signos de la enfermedad en sus primeras etapas permite iniciar intervenciones y tratamientos más efectivos. A continuación, exploraremos las herramientas y técnicas utilizadas para detectar el Alzheimer en sus primeras etapas:

## Evaluación Clínica

1. **Historia Clínica:** El médico recopila información detallada sobre los síntomas y la historia médica del paciente, incluyendo antecedentes familiares de Alzheimer u otros trastornos neurológicos.
2. **Pruebas de Cognición:** Se utilizan escalas y cuestionarios para evaluar la función cognitiva, la memoria y la capacidad para realizar tareas cotidianas. Ejemplos incluyen el Mini-Mental State Examination (MMSE) y el Test de Deterioro Cognitivo en la Atención Primaria (TDAP).

## Pruebas Neuropsicológicas

3. **Evaluación Neuropsicológica:** Los neuropsicólogos realizan pruebas especializadas para detectar cambios sutiles en la cognición, la memoria y otras funciones cerebrales. Estas pruebas pueden identificar déficits cognitivos tempranos.

## Neuroimagen

4. **Resonancia Magnética (RM) y Tomografía por Emisión de Positrones (PET):** Estas técnicas de neuroimagen permiten visualizar cambios en el cerebro, como la atrofia y la acumulación de placas de beta-amiloide, que son características del Alzheimer. La PET con trazadores específicos puede identificar estas placas.

## Pruebas de Laboratorio

5. **Biomarcadores en el Líquido Cefalorraquídeo (LCR):** El análisis del LCR puede revelar la presencia de biomarcadores específicos, como la proteína tau y la beta-amiloide, que indican la probabilidad de Alzheimer.

# IMPORTANCIA DE LA DETECCIÓN TEMPRANA

La detección temprana del Alzheimer es esencial por varias razones cruciales:

1. **Tratamiento Eficaz:** Identificar la enfermedad en sus primeras etapas permite el inicio de tratamientos farmacológicos y no farmacológicos que pueden ralentizar su progresión y mejorar la calidad de vida del paciente.
2. **Planificación y Apoyo:** Los pacientes y sus familias pueden planificar el futuro, tomar decisiones importantes sobre el cuidado y acceder a recursos y apoyo adecuados antes de que los

síntomas se vuelvan debilitantes.

**3. Participación en Investigación:** Los pacientes en etapas tempranas pueden ser candidatos para ensayos clínicos y contribuir al avance de la investigación sobre el Alzheimer.

**4. Mejora de la Calidad de Vida:** La detección temprana puede ayudar a los pacientes a mantener una mayor independencia y funcionalidad durante más tiempo, lo que beneficia su calidad de vida en general.

En resumen, la detección temprana del Alzheimer es un componente esencial en la atención de los pacientes y su bienestar a largo plazo. Los profesionales de la salud desempeñan un papel crucial en la identificación y el diagnóstico precoces de esta enfermedad.

**LEER** El desarrollo del Certificado SSCG0209 Mediación Comunitaria 2022 en Impulso 06

(<https://impulso06.com/el-desarrollo-del-certificado-sscg0209-mediacion-comunitaria-2022-en-impulso-06/>)

A continuación, exploremos el proceso de diagnóstico clínico en detalle, incluyendo las pruebas y evaluaciones necesarias para confirmar la presencia del Alzheimer.

## DIAGNÓSTICO CLÍNICO

El diagnóstico clínico del Alzheimer es un proceso meticuloso que combina una serie de evaluaciones médicas y pruebas especializadas. A continuación, se describe el proceso completo, desde la evaluación médica inicial hasta el uso de avanzadas técnicas de neuroimagen y biomarcadores para confirmar el diagnóstico temprano de la enfermedad.

### Evaluación Médica

El proceso de diagnóstico generalmente comienza con una evaluación médica exhaustiva que incluye:

- **Historia Clínica Detallada:** El médico recopila información sobre los síntomas, la historia médica y los antecedentes familiares del paciente.
- **Examen Físico:** Se realizan exámenes físicos para descartar otras posibles causas de los síntomas.
- **Evaluación de la Función Cognitiva:** Se utilizan pruebas breves para evaluar la memoria, la atención y otras funciones cognitivas.

### Pruebas Neuropsicológicas

Si los síntomas sugieren un deterioro cognitivo, se llevan a cabo pruebas neuropsicológicas más detalladas:

- **Pruebas de Memoria y Atención:** Se realizan para evaluar la función cognitiva en profundidad.
- **Pruebas de Habilidades de Pensamiento:** Evalúan la capacidad del paciente para resolver problemas y razonar.
- **Entrevistas con Familiares:** Los informes de familiares sobre el comportamiento y el funcionamiento del paciente son valiosos para la evaluación.

### Neuroimagen y Biomarcadores

Para confirmar el diagnóstico y evaluar el estado del cerebro, se utilizan técnicas de neuroimagen y análisis de biomarcadores:

- **Resonancia Magnética (RM):** La RM proporciona imágenes detalladas del cerebro, lo que permite detectar cambios estructurales, como la atrofia cerebral.
- **Tomografía por Emisión de Positrones (PET):** La PET utiliza trazadores radiactivos para identificar la acumulación de placas de beta-amiloide en el cerebro.
- **Análisis de Biomarcadores en el Líquido Cefalorraquídeo (LCR):** Se evalúa la presencia de biomarcadores específicos en el LCR, como la proteína tau y la beta-amiloide, que respaldan el diagnóstico de Alzheimer.

El uso combinado de pruebas neuropsicológicas, neuroimagen y biomarcadores permite un diagnóstico más preciso y temprano del Alzheimer. Esto es crucial para iniciar el tratamiento y las intervenciones adecuadas lo antes posible.

En la siguiente sección, exploremos las opciones de tratamiento y terapias disponibles para los pacientes diagnosticados con Alzheimer, incluyendo enfoques farmacológicos y no farmacológicos.

## TRATAMIENTOS Y TERAPIAS

El tratamiento del Alzheimer se basa en un enfoque integral que abarca tanto terapias farmacológicas como no farmacológicas. A continuación, se describen las opciones disponibles para los pacientes con Alzheimer, con el objetivo de ralentizar la progresión de la enfermedad y mejorar la calidad de vida.

### Terapias Farmacológicas

**1. Inhibidores de la Colinesterasa:** Estos medicamentos, como el donepezilo y la rivastigmina, se utilizan para mejorar la función cognitiva al aumentar la disponibilidad de un neurotransmisor llamado acetilcolina en el cerebro. Ayudan a reducir los síntomas cognitivos en algunas personas con Alzheimer.



2. **Memantina:** La memantina es otro medicamento que se utiliza para tratar los síntomas cognitivos del Alzheimer, especialmente en etapas moderadas a graves. Actúa regulando la actividad de otro neurotransmisor, el glutamato.

3. **Terapias Combinadas:** En algunos casos, se pueden utilizar combinaciones de inhibidores de la colinesterasa y memantina para un tratamiento más completo de los síntomas cognitivos del Alzheimer.

## Terapias No Farmacológicas

1. **Estimulación Cognitiva:** Programas de ejercicios mentales y actividades diseñadas para mantener y estimular la función cognitiva, como rompecabezas, juegos de memoria y actividades creativas.

2. **Terapia Ocupacional:** Se enfoca en ayudar a los pacientes a realizar actividades diarias de manera independiente y segura, adaptando su entorno y rutinas según sus necesidades cambiantes.

3. **Terapia de Estimulación Basada en la Realidad (TEBR):** Utiliza tecnología, como la realidad virtual, para sumergir a los pacientes en entornos familiares y estimulantes, lo que puede mejorar la cognición y el estado de ánimo.

4. **Apoyo Psicológico y Social:** Brindar apoyo emocional tanto a los pacientes como a sus cuidadores es esencial. Los grupos de apoyo y la terapia psicológica pueden ayudar a afrontar los desafíos emocionales relacionados con la enfermedad.

5. **Ejercicio Físico:** La actividad física regular puede mejorar la función cardiovascular y promover la salud cerebral, lo que puede tener un efecto positivo en la cognición.

6. **Nutrición y Dieta:** Una dieta equilibrada y rica en antioxidantes puede ser beneficiosa. Se ha estudiado la dieta mediterránea por sus posibles efectos protectores contra el Alzheimer.

7. **Control de Enfermedades Subyacentes:** Gestionar condiciones médicas como la hipertensión y la diabetes puede ayudar a mantener la salud cerebral y reducir el riesgo de complicaciones.

Es importante destacar que, aunque estos tratamientos y terapias pueden brindar beneficios significativos, el Alzheimer es una enfermedad progresiva y no tiene una cura definitiva. Sin embargo, un enfoque integral que combine tratamientos farmacológicos y no farmacológicos puede marcar una diferencia significativa en la calidad de vida de los pacientes y sus cuidadores.

En la siguiente sección, exploraremos la importancia del apoyo emocional y social para los pacientes con Alzheimer y sus familias, así como los recursos disponibles.

# CUIDADO Y APOYO AL PACIENTE

El Alzheimer no solo afecta a quienes lo padecen, sino también a sus familias y cuidadores. El apoyo emocional y social desempeña un papel fundamental en la atención integral de los pacientes con Alzheimer. A continuación, se explora la importancia de dicho apoyo y se proporcionan consejos prácticos para cuidadores y familiares.

## Importancia del Apoyo Emocional y Social

1. **Calidad de Vida:** El apoyo emocional y social puede mejorar significativamente la calidad de vida de los pacientes, ayudándolos a mantener conexiones significativas y a sentirse valorados y comprendidos.

2. **Reducción del Estrés:** La enfermedad de Alzheimer puede ser emocionalmente desafiante para los pacientes y sus cuidadores. El apoyo emocional puede ayudar a reducir el estrés y la sensación de aislamiento.

### LEER Dolor agudo versus dolor crónico: diferencias y estrategias de tratamiento

(<https://impulso06.com/dolor-agudo-versus-dolor-cronico-diferencias-y-estrategias-de-tratamiento/>)

3. **Información y Educación:** El apoyo brinda acceso a información y recursos clave sobre el Alzheimer, lo que permite a las familias tomar decisiones informadas sobre el cuidado y el tratamiento.

## Consejos para Cuidadores y Familiares

Para quienes cuidan a alguien con Alzheimer, es importante cuidar tanto de sí mismos como del paciente. Aquí tienes algunos consejos prácticos:



### EDUCACIÓN



Aprende sobre la enfermedad y sus síntomas para comprender mejor lo que está experimentando el paciente.



### RED DE APOYO

Busca grupos de apoyo locales o en línea donde puedas compartir experiencias y obtener consejos de otros cuidadores.

## PLANIFICACIÓN

Planifica el futuro con anticipación, incluyendo cuestiones legales y financieras, y comunica tus deseos y los del paciente a tiempo.

## COMUNICACIÓN EFECTIVA

A medida que la enfermedad avanza, adapta tu comunicación para ser más clara y sencilla, utilizando gestos y expresiones faciales.

## TIEMPO DE DESCANSO

Programa tiempo para ti mismo. El cuidado propio es esencial para prevenir el agotamiento.

## SEGURIDAD EN EL HOGAR

Haz ajustes en el hogar para garantizar la seguridad del paciente, como retirar objetos peligrosos y mantener un ambiente organizado.

## ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Realiza actividades que estimulen la mente del paciente, como rompecabezas o actividades creativas.

## APOYO PROFESIONAL

Considera la posibilidad de contar con la ayuda de profesionales de la salud y cuidadores capacitados cuando sea necesario.

## CONEXIÓN SOCIAL

Fomenta la interacción social del paciente tanto como sea posible, ya que esto puede ser beneficioso para su bienestar emocional.

## AUTOCUIDADO

No te sientas culpable por necesitar tiempo para ti mismo. Cuidarte a ti mismo te permitirá ser un mejor cuidador (<https://impulso06.com/cursos/atencion-sociosanitaria-a-personas-dependientes-en-instituciones-sociales/>).

El Alzheimer puede ser una enfermedad desafiante, pero el apoyo emocional y social, junto con una atención compasiva, puede hacer una gran diferencia tanto para el paciente como para sus seres queridos.

# INVESTIGACIÓN Y AVANCES EN LA INVESTIGACIÓN DEL ALZHEIMER

Los avances más recientes en la investigación del Alzheimer han generado un rayo de esperanza para el futuro de la enfermedad. Actualmente, se están investigando más de 100 compuestos, y algunos de ellos han destacado por su potencial para frenar la progresión del Alzheimer. A continuación, se presentan los avances más destacados:

## Lecanemab

Lecanemab es un prometedor anticuerpo que se une selectivamente a las protofibrillas de beta-amiloide. Este compuesto está en investigación para el tratamiento del deterioro cognitivo leve y la demencia leve causada por la enfermedad de Alzheimer. En enero de 2023, recibió la aprobación de la FDA en Estados Unidos, y la Agencia Europea de Medicamentos (EMA) ha iniciado el proceso de revisión para su autorización en Europa.

## Donanemab

Donanemab es un anticuerpo monoclonal que reconoce una forma específica de la proteína beta amiloide presente en las placas de amiloide. Actualmente, se están llevando a cabo cuatro ensayos clínicos en fase III con este fármaco. La FDA otorgó a donanemab la designación Breakthrough Therapy en junio de 2021 para acelerar su desarrollo y evaluación.

## Ganteranumab

Ganteranumab es otro anticuerpo monoclonal que se administra por vía subcutánea y se dirige a diversas formas agregadas de la proteína beta amiloide en el cerebro. Sin embargo, en noviembre de 2022, la compañía farmacéutica informó de resultados negativos en un ensayo en fase III, que fueron menores de lo esperado inicialmente.

## Aducanumab

Aducanumab es un anticuerpo monoclonal humano que se une a la proteína beta amiloide y reduce las placas de amiloide en el cerebro. Fue aprobado en Estados Unidos en 2021, pero su comercialización en Europa fue rechazada posteriormente, y se anunciaron restricciones para su uso en Estados Unidos en mayo de 2022.

Estos avances resaltan la relevancia de los biomarcadores en la investigación del Alzheimer y subrayan la importancia de continuar investigando para mejorar la detección en las etapas preclínicas de la enfermedad. La eventual aprobación de estos fármacos representará un desafío para los sistemas de atención médica, ya que requerirá recursos para unidades especializadas en deterioro cognitivo y un seguimiento clínico adecuado.

En cuanto a la llegada de estos fármacos a España, dependerá de la autorización por parte de la Agencia Europea de Medicamentos (EMA) y la negociación del precio y reembolso para su cobertura por parte del sistema de salud público.

# CONCLUSIONES DETECCIÓN TEMPRANA DEL ALZHEIMER. SEÑALES Y SÍNTOMAS TEMPRANOS

El Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa que presenta un desafío significativo para la salud pública y la calidad de vida de los pacientes y sus familias. A medida que la investigación ha avanzado, hemos presenciado avances prometedores que pueden tener un impacto positivo en el manejo de esta enfermedad.

Los últimos avances en Alzheimer han puesto de manifiesto la importancia de los biomarcadores para la detección temprana y el desarrollo de tratamientos específicos. La aprobación de fármacos como lecanemab y donanemab en Estados Unidos marca un hito significativo después de dos décadas sin novedades en este campo.

Estos avances ofrecen esperanza para los pacientes y sus familias, ya que abren la puerta a tratamientos que podrían ralentizar la progresión de la enfermedad y mejorar la calidad de vida de quienes la padecen.

Además, estos avances también plantean desafíos para los sistemas de atención médica y la sociedad en general, ya que será necesario proporcionar recursos y apoyo adecuados para el diagnóstico temprano y el seguimiento de los pacientes.

En última instancia, la investigación continua es esencial para avanzar en la comprensión del Alzheimer y encontrar enfoques más efectivos para su prevención y tratamiento. El trabajo en conjunto de la comunidad científica, los profesionales de la salud y las organizaciones de apoyo es fundamental para abordar este creciente problema de salud pública.

El futuro del tratamiento del Alzheimer se ve prometedor, y aunque aún hay desafíos por delante, estos avances nos acercan a una mejor comprensión y tratamiento de esta enfermedad que afecta a tantas personas en todo el mundo.

## Publicaciones Relacionadas:

- [Guía de blockchain desde 0 \(https://impulso06.com/guia-de-blockchain-desde-0/\)](https://impulso06.com/guia-de-blockchain-desde-0/)
- [Guía de Robótica desde 0 hasta Aplicaciones Avanzadas \(https://impulso06.com/guia-de-robotica-desde-0-hasta-aplicaciones-avanzadas/\)](https://impulso06.com/guia-de-robotica-desde-0-hasta-aplicaciones-avanzadas/)
- [La tecnología blockchain: cómo transformará tu negocio digital \(https://impulso06.com/la-tecnologia-blockchain-como-transformara-tu-negocio-digital/\)](https://impulso06.com/la-tecnologia-blockchain-como-transformara-tu-negocio-digital/)
- [Grandes Mujeres referentes del feminismo \(https://impulso06.com/grandes-mujeres-referentes-del-feminismo/\)](https://impulso06.com/grandes-mujeres-referentes-del-feminismo/)
- [15 preguntas clave en una entrevista de trabajo \(https://impulso06.com/15-preguntas-clave-en-una-entrevista-de-trabajo/\)](https://impulso06.com/15-preguntas-clave-en-una-entrevista-de-trabajo/)
- [Dietas terapéuticas cuida tu salud gracias a la alimentación \(https://impulso06.com/dietas-terapeuticas-cuida-tu-salud-gracias-a-la-alimentacion/\)](https://impulso06.com/dietas-terapeuticas-cuida-tu-salud-gracias-a-la-alimentacion/)
- [Cómo crear una tienda online en 24 horas con Prestashop \(https://impulso06.com/como-crear-una-tienda-online-en-24-horas-con-prestashop/\)](https://impulso06.com/como-crear-una-tienda-online-en-24-horas-con-prestashop/)
- [Como usar el Crowdfunding para montar un negocio digital \(https://impulso06.com/como-usar-el-crowdfunding-para-montar-un-negocio-digital/\)](https://impulso06.com/como-usar-el-crowdfunding-para-montar-un-negocio-digital/)
- [¿Cómo hacer la Conservación Óptima de los Alimentos? \(https://impulso06.com/como-hacer-la-conservacion-optima-de-los-alimentos/\)](https://impulso06.com/como-hacer-la-conservacion-optima-de-los-alimentos/)
- [Guía de realidad virtual y aumentada con ejemplos desde 0 hasta aplicaciones avanzadas \(https://impulso06.com/guia-de-realidad-virtual-y-aumentada-con-ejemplos-desde-0-hasta-aplicaciones-avanzadas/\)](https://impulso06.com/guia-de-realidad-virtual-y-aumentada-con-ejemplos-desde-0-hasta-aplicaciones-avanzadas/)

PREVIOUS POST

◀ [¿Cómo es la dieta prehistórica? ¿Cómo era la alimentación humana en la prehistoria? \(https://impulso06.com/como-es-la-dieta-prehistorica-como-era-la-alimentacion-humana-en-la-prehistoria/\)](https://impulso06.com/como-es-la-dieta-prehistorica-como-era-la-alimentacion-humana-en-la-prehistoria/)

NEXT POST

[El secreto de la felicidad según Nietzsche ▶ \(https://impulso06.com/el-secreto-de-la-felicidad-segun-nietzsche/\)](https://impulso06.com/el-secreto-de-la-felicidad-segun-nietzsche/)



5

Puntúa la entrada  
★★★★★





Por Onda Regional de Murcia (https://www.ivoox.com/perfil-onda-regional-murcia\_a8\_podcaster\_7327731\_1.html) > Plaza Pública (https://www.ivoox.com/podcast-plaza-publica\_sq\_11913667\_1.html)

12092023 7 0 0

### PLAZA PÚBLICA T05C007 Reacción en cadena. La migraña (12/09/2023) EXPLICIT

(https://www.ivoox.com/ajx\_bk\_showPopover\_115868975\_1.html)

REPRODUCIR

00:00

12:44

Descargar Compartir Me gusta Más



#### Descripción de PLAZA PÚBLICA T05C007 Reacción en cadena. La migraña (12/09/2023)

La migraña está muy infradiagnosticada y eso que sus consecuencias son muy serias: cuando está fuera de control acaba creando cefalea discapacitante a 180 000 personas cada año en nuestro país. Este martes se conmemora el Día Internacional de la Acción contra la Migraña. Según datos de la Sociedad Española de Neurología 5 millones de personas en España sufren esta patología y más de un millón y medio tienen algún tipo de dolor de cabeza más de 15 días al mes. La migraña trasciende al simple dolor de cabeza. La mitad de las personas que padecen estos episodios pueden llegar a tener un grado de discapacidad grave o muy grave. Además del dolor intenso implica en muchos casos, náuseas, vómitos, sensibilidad a la luz y al sonido y, en un 30% de los casos provoca "aura" que son alteraciones de la visión. El 80% de los casos de migraña se dan en mujeres de entre los 20 y los 50 años.

plaza pública (https://www.ivoox.com/podcast-plaza-publica\_sq\_11913667\_1.html)

#### Comentarios

Por decisión del propietario, no se aceptan comentarios anónimos. [Regístrate](#) para comentar.

#### Más de Mundo y sociedad

- PLAZA PÚBLICA T05C007 Cristina Cuello: "Nuestro trabajo fue un gran avance y este es un paso más y muy..." (https://www.ivoox.com/plaza-publica-t05c007-cristina-cuello-nuestro-trabajo-fue-audios-mp3\_rf\_115868972\_1.html) (https://www.ivoox.com/plaza-publica\_sq\_11913667\_1.html) | 14:03
- PLAZA PÚBLICA T05C006 Artesanos de Murcia. Retalicos, ropa de bebé (12/09/2023) (https://www.ivoox.com/plaza-publica-t05c006-artesanos-murcia-retalicos-ropa-audios-mp3\_rf\_115856791\_1.html) (https://www.ivoox.com/plaza-publica\_sq\_11913667\_1.html) | 06:23
- GUERRA EN UCRAÑA: ¿Quedan solo 45 días de contraofensiva? Con J.L. Chullita y ALFA KOMBAT (https://www.ivoox.com/guerra-ucrania- quedan-solo-45-dias-de-audios-mp3\_rf\_115781998\_1.html) (https://www.ivoox.com/episodio\_sq\_11933860\_1.html) | 01:02:05
- Episodio 1: Golpe de Estado (https://www.ivoox.com/episodio-1-golpe-estado-audios-mp3\_rf\_11576502\_1.html) (https://www.ivoox.com/podcast-guerrillero\_sq\_112116462\_1.html) | 27:50
- VER TODOS (HTTP://WWW.IVVOOX.COM/AUDIOS-MUNDO-SOCIEDAD\_SA\_F418\_1.HTML)

#### IVOOX

- Anúnciate (https://www.ivoox.com/anunciarte)
- Quiénes somos (https://ivoox.a2hosted.com/bios/bios/)
- Centro de ayuda (https://ivoox.zendesk.com/hc/es-es)
- Ayuda Podcasters (https://ivooxpodcasters.zendesk.com/hc/es-es)
- Blog (https://www.ivoox.com/blog)
- Prensa (https://prensa.ivoox.com/)
- Premios Ivoox (https://premios.ivoox.com/)

#### SERVICIOS

Ivoox Premium (https://www.ivoox.com/premium)

#### RECOMENDADO

- Audios que gustan (https://www.ivoox.com/audios-recomendados\_hy\_1.html)
- Audios comentados (https://www.ivoox.com/ultimos-audios-comentarios\_hx\_1.html)
- Se busca en Google (https://www.ivoox.com/audios-que-se-buscan-en-google-de-historia-creencias\_2i\_f31\_1.html)
- Listas populares (https://www.ivoox.com/listas\_bk\_lists\_1.html)
- Ivoox Magazine (https://www.ivoox.com/magazine)
- Ranking podcast (https://www.ivoox.com/top100\_hb.html)
- Observatorio Ivoox (https://www.ivoox.com/informes-ivoox-informe-creacion-podcast-en-espanol)

#### DESCARGA NUESTRA APP

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

# Ceafa reúne a expertos y pacientes para abordar el presente y futuro de la enfermedad de Alzheimer

*SERVIMEDIA*

5-7 minutos

---

MADRID, 13 (SERVIMEDIA)

La Confederación Española de Alzheimer y otras Demencias (Ceafa) organiza junto a la Fundación Bidafarma, dentro de los actos del Día Mundial del Alzheimer, la jornada 'Integrando la Innovación. De la investigación al paciente' que tendrá lugar este miércoles, 13 de septiembre, a las 10.30 horas en Fundación Bidafarma, en Málaga.

La jornada, presentada por la presidenta de Ceafa, Mariló Almagro, comenzará con la presidenta explicando la razón de ser del lema de este año 'Integrando la innovación'. Al evento también acudirán el delegado de Salud y Consumo de Málaga, Carlos Bautista Ojeda y la vicepresidenta tercera de Ciudadanía y Equilibrio Territorial de la Diputación de Málaga, Antonia Ledesma. Además, también asistirán expertos del área sanitaria y social, quienes reflexionarán y debatirán sobre el presente y el futuro del alzhéimer en un contexto de esperanza ante la aparición de nuevos fármacos.

La primera intervención del día correrá a cargo de la Catedrática de Biología Celular de la Universidad de Málaga y

miembro del Centro de Investigaciones Biomédicas en Red sobre Enfermedades Neurodegenerativas (Ciberned), doctora Antonia Gutiérrez, con el tema 'La investigación avanza'; a continuación, el neurólogo de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Francisco Javier Garzón, presentará el espacio titulado 'Qué supone para el neurólogo la aparición de nuevas herramientas terapéuticas'; posteriormente, el representante del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Málaga, Ángel Martín Reyes, tratará 'La farmacia, aliada privilegiada entre la ciencia y el paciente'. Por último, el miembro del PEPA (Panel de Expertos de Personas con Alzheimer de Ceafa), Kina García, hablará sobre 'El paciente, principio y fin del ciclo de la innovación'.

En la clausura la presidenta de la entidad volverá a tomar la palabra para presentar el documento de reflexiones y reivindicaciones de Ceafa para el Día Mundial del Alzheimer 2023.

(SERVIMEDIA)13-SEP-2023 08:44 (GMT +2)XSF/mjg/gja/pai

© SERVIMEDIA. Esta información es propiedad de Servimedia. Sólo puede ser difundida por los clientes de esta agencia de noticias citando a Servimedia como autor o fuente. Todos los derechos reservados. Queda prohibida la distribución y la comunicación pública por terceros mediante cualquier vía o soporte.

### **¿Crees que el buen periodismo es importante?**

*Cada día te ofrecemos el periodismo más responsable. Alejado de las trincheras ideológicas y del ruido mediático, para que puedas formarte tu propia opinión de los hechos. Más que nunca necesitamos tu apoyo. Suscríbete a La Vanguardia y, por menos de 0,20€ al día, nos ayudarás a construir esta mirada*

# El sedentarismo favorece la demencia

El riesgo crece de manera exponencial a partir de las diez horas sentado, ya sean seguidas o interrumpidas



Fermín Apezteguia

Seguir

Martes, 12 de septiembre 2023, 17:02

Comenta



Este contenido es exclusivo para suscriptores



[PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE VIDEOJUEGOS.](#) Por [José D. Villalobos](#) 12 de septiembre de 2023

## ¿Qué puedo hacer para encontrar el amor?



1. Sé honesto y auténtico. No intentes ser alguien que no eres. La mejor manera de encontrar el amor verdadero es ser tú mismo. ...

2. Sé paciente. Encontrar al amor verdadero puede tomar tiempo. No te desanimes si no encuentras a alguien pronto. Sigue mejorando tu versión. Lo primero para encontrar el amor verdadero es intentar ser la mejor versión de ti mismo. ...

3. Sé claro con tus preferencias. ...

3. Mantén la mente abierta. ...





SALUD PÚBLICA

SANIDAD

INVESTIC



## NOTICIAS POPULARES

NEUROLOGÍA

# La migraña causa una cefalea discapacitante con más de 180.000 nuevos casos al año en España

Por [Redacción I](#)

Publicado en 12 s



COMPARTECOMPARTIR



Hoy, 12 de septiembre, es el **Día Internacional del Acción contra la Migraña**, una enfermedad neurológica que, según datos de la Sociedad Española de

# «Ceafa convoca a especialistas y pacientes para tratar el pasado y el porvenir de la enfermedad de Alzheimer»

Por **Servimedia** - 13 septiembre, 2023

MADRID, 13 (SERVIMEDIA)

La Confederación Española de Alzheimer y otras Demencias (Ceafa) organiza junto a la Fundación Bidafarma, dentro de los actos del Día Mundial del Alzheimer, la jornada 'Integrando la Innovación. De la investigación al paciente' que tendrá lugar este miércoles, 13 de septiembre, a las 10.30 horas en Fundación Bidafarma, en Málaga.

La jornada, presentada por la presidenta de Ceafa, Mariló Almagro, comenzará con la presidenta explicando la razón de ser del lema de este año 'Integrando la innovación'. Al evento también acudirán el delegado de Salud y Consumo de Málaga, Carlos Bautista Ojeda y la vicepresidenta tercera de Ciudadanía y Equilibrio Territorial de la Diputación de Málaga, Antonia Ledesma. Además, también asistirán expertos del área sanitaria y social, quienes reflexionarán y debatirán sobre el presente y el futuro del alzhéimer en un contexto de esperanza ante la aparición de nuevos fármacos.

La primera intervención del día correrá a cargo de la Catedrática de Biología Celular de la Universidad de Málaga y miembro del Centro de Investigaciones Biomédicas en Red sobre Enfermedades Neurodegenerativas (Ciberned), doctora Antonia Gutiérrez, con el tema 'La investigación avanza'; a continuación, el neurólogo de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Francisco Javier Garzón, presentará el espacio titulado 'Qué supone para el neurólogo la aparición de nuevas herramientas terapéuticas'; posteriormente, el representante del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Málaga, Ángel Martín Reyes, tratará 'La farmacia, aliada privilegiada entre la ciencia y el paciente'. Por último, el miembro del PEPA (Panel de Expertos de Personas con Alzheimer de Ceafa), Kina García, hablará sobre 'El paciente, principio y fin del ciclo de la innovación'.

**Leer más: [La Junta está llevando a cabo la construcción de la Planta de Tratamiento de Aguas Residuales de Traspinedo \(Valladolid\) con una inversión de más de 2,1 millones de euros](#)**

En la clausura la presidenta de la entidad volverá a tomar la palabra para presentar el documento de reflexiones y reivindicaciones de Ceafa para el Día Mundial del Alzheimer 2023.

SOCIEDAD

11 septiembre, 2023

## ¿Conoces las 4 fases de la migraña? Cómo avisa, qué es el aura, qué se siente, qué resaca deja...



Noticias y curiosidades del mundo

Diversos estudios indican que cerca del **12% de la población española sufre migraña**. Este porcentaje se eleva hasta el **18% en el caso de las mujeres**. Y el resultado es que este dolor se ha convertido en la primera causa de discapacidad en menores de 50 años, especialmente en mujeres de mediana edad.

La migraña es una enfermedad que ocurre en varias fases. Como explica la **doctora Ana Gago Veiga**, neuróloga responsable de la Unidad de Cefaleas del Hospital de la Princesa:

«El dolor es uno de los síntomas más incapacitantes de una crisis de migraña, pero no es el único. Por desgracia, una crisis de migraña abarca mucho más».

### Las fases de la migraña

Como explica la doctora Gago, la que podríamos llamar primera fase de la migraña se presenta 48 horas antes del inicio del dolor.

1. «Un importante porcentaje de pacientes presentan una serie de **síntomas premonitorios** como cambios de carácter, de apetito, fatiga, somnolencia, rigidez nuchal, bostezos, cansancio, problemas de concentración, sensación de lentitud mental, irritabilidad...»
2. «Luego algunos pacientes presentan lo que llamamos **aura, generalmente visual**

(distorsión de la imagen...) pero que también puede ser sensitiva o presentar afectación del lenguaje.

Por describirla con palabras de los especialistas de la clínica Quirón:

«En esta fase aparecen **puntos ciegos en el campo visual** (escotomas), **que a veces están contorneados con diseños geométricos simples, líneas en zigzag que flotan** gradualmente a través del campo de visión, puntos o estrellas brillantes, cambios en la visión o pérdida de la visión, destellos de luz u otras alteraciones menos frecuentes como hormigueo en una mano o en un lado de la cara, dificultad del habla o del lenguaje «. **3.** Y, tras el inicio de los síntomas anteriores a la crisis, llega **la fase del dolor** propiamente dicho.

Un dolor que tiene unas características específicas:

Empeora si se mueve la cabeza. Hipersensibilidad a la luz, a los sonidos o a los olores. Náuseas y vómitos. **Esta fase de la cefalea propiamente dicha es muy discapacitante**, y suele obligar a las personas a acostarse en un lugar oscuro y silencioso.

Puede durar horas y hasta días, y el riesgo peor es que puede llegar a cronificarse y ocurrir a diario.

Se podría pensar que cuando desaparecen estos síntomas termina la migraña, pero no es así. Muchas personas que no la han sufrido no saben que aún falta la cuarta fase, porque no son conscientes de que la migraña no termina de forma repentina.

**4.** «Tras el dolor, el paciente queda en una especie de **resaca, con un importante cansancio, malestar y dificultad de concentración**, que puede durar hasta 24 horas», aclara la neuróloga.

*Las consecuencias de las migrañas, una enfermedad que afecta al 12% de los españoles* Freepik

## No es un simple dolor de cabeza

Las características propias de la migraña la convierten en una patología muy incapacitante.

La aparición de una crisis de migraña impide a quien la sufre poder llevar a cabo su actividad, afectando a su productividad laboral y académica.

Esto explica la elevada tasa de absentismo laboral de **hasta 14,6 días perdidos al año** para personas con migraña crónica. Sin embargo, a pesar de su impacto, se trata de una patología estigmatizada.

«Una importante parte de la sociedad considera que es un simple dolor de cabeza, y

no llega a plantearse lo incapacitante que es un día con migraña.

En realidad, según la OMS, una crisis de migraña **puede llegar a afectar tanto como un día con demencia o un día con tetraparesia** (debilidad muscular de las extremidades). Por eso, intentar reducir el estigma de esta enfermedad debe ser un objetivo prioritario. Porque supone un incremento del sufrimiento que ya por sí mismos tienen nuestros pacientes" cuenta la doctora Gago Veiga.

## Las consecuencias de la falta de diagnóstico

Como advierte el doctor **Pablo Irimia**, profesor de Neurología de la Universidad de Navarra, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología,:

«Continúa existiendo un importante **retraso en el diagnóstico** de la migraña crónica que puede alcanzar los **siete años**«. Esta situación empeora a la hora de que los pacientes alcancen una consulta especializada con el neurólogo, puesto que **pueden pasar hasta 14 años desde las primeras crisis de migraña hasta llegar al especialista**.

Y estos retrasos, en pacientes que pasan por todas las etapas de la migraña sin diagnóstico ni tratamiento, hacen que muchos de ellos se vean afectados por trastornos mentales como el **estrés** (el 51% de las personas con migraña), la depresión (el 30%) y la ansiedad (22%).

Unos factores que si no se controlan pueden empeorar las crisis en términos de duración, frecuencia o intensidad del dolor.

*El largo recorrido de los pacientes con migraña conlleva que puedan haber recibido varios tratamientos previos antes de derivarlos a la consulta de neurología* Freepik

## Abandono de los tratamientos por parte de los pacientes

El largo recorrido de los pacientes con migraña conlleva que puedan haber recibido varios tratamientos previos antes de derivarlos a la consulta de neurología.

Por esa razón, cuando finalmente llegan a la consulta especializada su desconfianza hacia los tratamientos suele ser muy acusada.

Y esto provoca que, en cuanto les parece que el tratamiento no cumple con sus expectativas, muchos pacientes deciden no hacerlo como se debe, o incluso abandonar el tratamiento.

En esta línea, cabe destacar que es importante tomar medidas, ya que **existen tratamientos preventivos frente a la migraña** que mejoran la calidad de vida de

quienes sufren esta enfermedad.

«No es realista pensar que la migraña se puede curar con un tratamiento preventivo. El objetivo real del tratamiento es reducir la frecuencia y la intensidad de los episodios, y que las crisis respondan mejor al tratamiento sintomático», señala el doctor Irimia.

TENDENCIAS

TORMENTA GRANIZO

ROMERÍA FUENSANTA

CONSEJERO FOMENTO

TRANSPORTE ESCOLAR

RUBIALES

TERREMOTO MARRUECOS

INFLACIÓN

ÚLTIMAS NOTICIAS

23J

28M

REGIÓN

NACIONAL

DEPORTES

PROGRAMAS Y PODCASTS

PROGRAMACIÓN



< PODCASTS / ACTUALIDAD Y SOCIEDAD / PLAZA PÚBLICA

# REACCIÓN EN CADENA. LA MIGRAÑA T05C007

12:44

HACE 19 HORAS

ESPECIAL DEBATE DE INVESTITURA EN DIRECTO



ÚLTIMAS NOTICIAS

23J

28M

REGIÓN

NACIONAL

DEPORTES

PROGRAMAS Y PODCASTS

PROGRAMACIÓN



de la Sociedad Española de Neurología 5 millones de personas en España sufren esta patología y más de un millón y medio tienen algún tipo de dolor de cabeza más de 15 días al mes.

La migraña trasciende al simple dolor de cabeza. La mitad de las personas que padecen estos episodios pueden llegar a tener un grado de discapacidad grave o muy grave. Además del dolor intenso implica en muchos casos, náuseas, vómitos, sensibilidad a la luz y al sonido y, en un 30% de los casos provoca "aura" que son alteraciones de la visión. El 80% de los casos de migraña se dan en mujeres de entre los 20 y los 50 años.

#### TEMAS

[PLAZA PÚBLICA](#)[MIGRAÑA](#)[HOSPITAL MESA DEL CASTILLO](#)



## Día Internacional de la Acción contra la Migraña

12 septiembre, 2023 /

Hoy es 12 de septiembre, Día internacional de la acción contra la migraña.

El grupo de estudio GECSEDENE ha preparado un video corto con los datos más importantes para destacar la importancia de esta patología tan invisibilizada y estigmatizada.



Esperamos que lo disfrutes y nos ayudes a compartirlo para que llegue al máximo de personas posibles para que puedan empezar así a conocer mejor esta dolencia y poder entender a las personas que la sufren.

Muchas gracias

**Etiquetas:** [Día, enfermedad neurológica, internacional, migraña, neurología](#)

**Compartir esta entrada**

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra política de cookies.

ACEPTAR

https://tawk.to

chat/586bcffe4160416f6dba6c33

default)

+52 1 55 5351 2416 (tel:55 5351 2416)



Suscríbete  
(https://readersdigest.mx/paquetes/voluntaria/)



¿LO SABÍAS? (HTTPS://SELECCIONES.COM.MX/CATEGORY/LO-SABIAS/)

## ¿Sabes qué es la Sinestesia? Sólo el 4% de la población mundial la tiene

Una persona con sinestesia puede ver el número 7 como un color rojo, o escuchar la palabra "amor" como un sonido suave y melodioso.

Lilo (https://selecciones.com.mx/author/lilo/) | SEPTIEMBRE 12, 2023 2:55 PM

(https://www.facebook.com

(https://twitter.com/share?url=https:

(https://ani.whatsapp.com

(mailto:?Subject=¿Sabes qué es la

**Experimentar colores mientras leen palabras, sentir un toque suave mientras escuchan una sinfonía, saborear algo dulce mientras acarician a un gato, oler (https://selecciones.com.mx/los-olores-nos-hace-recordar-pero-por-que-pasa-esto/)a lavanda cuando ven macarrones.** ¿Se escucha extraño todo esto que acabamos de escribir, no? Quizás pienses ¿A caso la redacción de Selecciones se volvió loca? **Pero no, esto que te acabamos de describir se llama Sinestesia.**

En su forma más simple, es una **peculiaridad sensorial en la que una persona experimenta un cruce inusual de los sentidos.** Es decir es un fenómeno por el cual algunas personas experimentan simultáneamente sensaciones procedentes de dos sentidos (**vista-olfato, tacto-gusto, oído-vista, olfato-tacto...**) cuando se estimula solamente uno de ellos.

Hoy en día, se cree que **hasta un 4% de la población puede tener alguna forma leve de sinestesia.** Nadie sabe con seguridad qué la provoca, aunque sí parece ser hereditaria.

## ¿Es una enfermedad?

No, no es una enfermedad. «**Cuando una persona tiene sinestesia las vías que conectan cada uno de sus sentidos con el cerebro simplemente funcionan de manera distinta a como lo hace en la mayoría de la gente**», explica Jesús Porta, neurólogo y vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología. (https://www.elcorreo.com/vivir/salud/sinestesia-que-es-como-funciona-20220117133322-ntre.html)

En los estudios al respecto se ha observado que esto podría responder a una activación extra en algunas áreas del cerebro (https://selecciones.com.mx/como-el-silencio-puede-ayudar-a-tu-cerebro-a-regenerarse/), como las **zonas límbicas (por debajo de la corteza cerebral) o en las que procesan el color, entre otras.**

Una de las principales dificultades a la hora de determinar el **número de personas que podrían ser sinestésicas** es que la mayoría no saben que lo son.

Comparamos tu |

Es decir, ***“no son conscientes de que los demás no experimentan la realidad como ellos. Del mismo modo, las personas no sinestésicas tampoco son conscientes de que otros perciben cualidades sensoriales añadidas”*** indicó la **doctora Helena Melero** (<https://www.ucm.es/doctorado/doctoradopsicologia/file/cv-helena-melero>), neurocientífica del **Synesthesia Lab Madrid** para el portal Saber Vivir. ([https://www.sabervivirtv.com/neurologia/sinestesia-que-es-personas-mezcla-sentidos\\_1815](https://www.sabervivirtv.com/neurologia/sinestesia-que-es-personas-mezcla-sentidos_1815))



## ¿Es nueva este fenómeno de la Sinestesia?

La sinestesia no es un fenómeno nuevo; de hecho, ha sido documentada a lo largo de la historia de la humanidad. **Figuras históricas como Leonardo da Vinci, Vladimir Nabokov o el pintor ruso Kandinsky eran sinestésicos conocidos.** Sus obras reflejan la influencia de esta peculiaridad sensorial en su creatividad artística y científica.

También está el cantante **Pharrell Williams**, que en una entrevista para la revista **O Magazine** de Oprah indicó que él – ve la **música en color** y que **no podría componer música de otra forma**- también **Lady Gaga** o **Ed Sheeran** son **sinestésicos** o el físico **Richard Feynman**, que ve las letras de las ecuaciones como colores y cuya visualización de las interacciones cuánticas le hizo ganar el **Premio Nobel**.

## Las formas más comunes de sinestesia son:

Este fenómeno puede involucrar cualquier combinación de sentidos.

- **Sinestesia auditivo-visual:** ver colores cuando se escuchan sonidos.
- **Sinestesia visual-gustativa:** experimentar sabores cuando se ven imágenes.
- **Sinestesia táctil-olfativa:** sentir texturas cuando se huelen olores.
- **Sinestesia gustativa-olfativa:** experimentar sabores cuando se huelen olores.

Aunque también puede haber personas que tiene más de una combinación.

Las personas con sinestesia pueden encontrar que sus experiencias les permiten ver el mundo de una manera única. Pueden ser más creativos y expresivos. **También pueden tener una mejor memoria y una mayor capacidad de atención.**

Con información de BBC, ([https://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/06/140617\\_vert\\_fut\\_sinestesia\\_aprendizaje\\_gtg](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/06/140617_vert_fut_sinestesia_aprendizaje_gtg)) Cuidate Plus (<https://cuidateplus.marca.com/>)

Nombre

¡Comparte tu opinión! y calificación de este artículo



iscamedia



servimedia

LIDER EN INFORMACIÓN SOCIAL

noticias salud

SALUD

## La Confederación del Alzhéimer y otras Demencias reivindica la innovación para avanzar en el abordaje de la enfermedad



Los participantes durante la celebración de la jornada 'Integrando la innovación' en Málaga

13 SEP 2023 | 17:42H | MÁLAGA

**SERVIMEDIA**

**La Confederación Española de Alzheimer y otras Demencias (Ceafa) reivindicó este miércoles la innovación como “una cuestión prioritaria” para avanzar en el abordaje de la enfermedad de alzhéimer, con el fin de avanzar para conseguir mejores condiciones de calidad de vida para las personas con la enfermedad.**

Así lo manifestó la presidenta de Ceafa, Mariló Almagro, durante la celebración de la jornada ‘Integrando la innovación. De la investigación al paciente’ que tuvo lugar en la sede de la Fundación Bidafarma en Málaga para conmemorar el Día Mundial del Alzheimer, que se celebra cada 21 de septiembre.

A la inauguración también acudieron la vicepresidenta tercera de Ciudadanía y Equilibrio Territorial de la Diputación de Málaga, Antonia Ledesma; el delegado de Salud y Consumo de Málaga, Carlos Bautista Ojeda; el concejal de Derechos Sociales del Ayuntamiento de Málaga, Francisco Santos; la secretaria General de Inclusión Social de la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad de la Junta de Andalucía, Ana Vanessa García, así como el presidente de la Fundación Bidafarma, Leandro Martínez, y la presidenta de la confederación andaluza de Alzheimer, Ángela García, quienes se dirigieron a los asistentes, presentes y virtuales, para darles la bienvenida y mostrar su sensibilidad con las demencias.

Tras más de 20 años de espera, en 2023 ha habido noticias prometedoras para más de 1.200.000 de personas afectadas por alguna demencia en España. “La aparición de nuevos fármacos que prometen ralentizar de manera significativa la progresión del alzhéimer en personas diagnosticadas en fases incipientes de la enfermedad supone un halo de esperanza a todos”, afirmó la presidenta.

En el momento actual, en el que se ha dibujado un escenario de esperanza ante la aparición de nuevos fármacos que pueden ralentizar la evolución de la enfermedad, representantes del ámbito sanitario y pacientes reflexionaron y debatieron en una mesa redonda sobre el futuro que se abre a partir de ahora.

La Catedrática de Biología Celular de la Universidad de Málaga y miembro del Centro de Investigaciones Biomédicas en Red sobre Enfermedades Neurodegenerativas (Ciberned), Antonia Gutiérrez, se aproximó a los progresos de la ciencia en materia de demencia y los nuevos retos de futuro para mejorar las opciones diagnósticas y de tratamiento. Para la doctora, se han hecho “grandes avances” en investigación y en conocer más sobre la enfermedad, “pero sigue siendo difícil trasladarlo a la terapia de los pacientes. Aun así, somos muy positivos”.

El neurólogo de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Francisco Javier Garzón, se refirió a las nuevas perspectivas en el diagnóstico y tratamientos que ofrecen las herramientas terapéuticas. Garzón hizo hincapié en la importancia de la investigación, ya que es lo que ha determinado que lleguemos donde estamos: a una nueva era en la enfermedad de Alzheimer. Además, añadió que es importante que sea considerado una prioridad de salud pública “porque es el punto de partida para tener un diagnóstico precoz”. Sobre los tratamientos apuntó que “probablemente surjan nuevos tratamientos con el objetivo de modificar el curso de la enfermedad. El fin es ganar tiempo a la enfermedad, no tanto erradicarla”.

Desde la perspectiva de las farmacias, el vicepresidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Málaga, Ángel Martín Reyes, habló de los servicios profesionales farmacéuticos asistenciales en el marco de las demencias ante el nuevo escenario. El farmacéutico, puso en valor el servicio de dispensación en las farmacias subrayando que cada vez están más implicadas con las asociaciones.

El miembro del Panel de Expertos de Personas con Alzheimer de Ceafa (PEPA), Kina García, aportó la visión de los pacientes. García reivindicó la importancia de los ensayos clínicos y su seguimiento, no solo para los pacientes que participan, sino también para el futuro de los que vendrán.

(SERVIMEDIA)

13 SEP 2023

MMC/mmr



SID Castilla y León

Buscar...



# Servicio de Información sobre Discapacidad

**Más del 50% de las personas con migraña presentan un grado de discapacidad grave o muy grave**



**Fecha**

11/09/2023



## Medio

Servimedia



Facebook



Twitter



LinkedIn

Más del 50% de las personas que padecen migraña presentan un grado de discapacidad grave o muy grave, una enfermedad que afecta a más de cinco millones de pacientes en España y de los que más de 1,5 millones tienen dolor de cabeza durante más de 15 días al mes, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Con motivo de la celebración el 12 de septiembre del Día Internacional de Acción Contra la Migraña, la SEN recordó que esta patología es, en todo el mundo, la tercera enfermedad más frecuente y la segunda causa de discapacidad.

De hecho, el coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la SEN, el doctor Pablo Irimia, aseguró que “la migraña es mucho más que un simple dolor de cabeza. Es una enfermedad neurológica caracterizada por producir episodios recurrentes de dolor intenso, discapacitante, que se describe como pulsátil, y que a menudo van acompañados de otros síntomas como náuseas, vómitos, sensibilidad a la luz y al sonido y, en un 30% de los casos, a otros síntomas neurológicos llamados ‘aura’ entre los que se pueden incluir alteraciones en la visión, trastornos sensitivos o dificultades en el habla”.

A esto añadió que “las crisis de migraña son de gran intensidad, muy discapacitantes e impiden que el paciente pueda hacer vida normal. Además, dependiendo de la frecuencia en la que aparezcan estos episodios de dolor de cabeza, la discapacidad será mayor. Así, las personas con migraña crónica, denominada así cuando se sufre dolor de cabeza más de 15 días al mes, son las que suelen experimentar un mayor grado de discapacidad. Y en España hay más 1,5 millones de personas que sufren esta enfermedad en su forma crónica”.

## ENFERMEDAD FRECUENTE

La migraña es una de las cefaleas primarias más frecuentes en España, ya que afecta a un 14% de la población. Y, aunque es una enfermedad que puede debutar en personas de todo tipo y edades, en aproximadamente un 80% de los casos se da en mujeres en edades comprendidas entre los 20 y los 50 años. Un predominio femenino que también se da en otras etapas de la vida, por ejemplo, un 9% de las niñas europeas padecen migraña frente al 5% de los niños.

Esta alta prevalencia de la enfermedad, unida a las altas tasas de discapacidad que provoca -más del 50% de las personas que padecen migraña presentan un grado de discapacidad grave

o muy grave-, han convertido a la migraña en la primera causa de discapacidad en España entre los adultos menores de 50 años.

En este sentido, el doctor Irimia destacó que “a pesar de que, durante los ataques de migraña, algunas personas pueden experimentar un dolor tan intenso y discapacitante que les impide llevar a cabo sus actividades diarias normales, que esta enfermedad puede afectar negativamente a la productividad y/o al rendimiento académico y que, por lo general, suele tener un impacto significativo en la salud emocional y mental de las personas, causando estrés, ansiedad o depresión, la migraña es una enfermedad infradiagnosticada. En la SEN estimamos que más de un 40% de las personas que padecen migraña en España están aún sin diagnosticar”.

## DIAGNÓSTICO ERRÓNEO

“Y son principalmente dos las razones de que esta enfermedad esté infradiagnosticada: porque sus síntomas a menudo se confunden con otros tipos de dolor de cabeza, lo que lleva a un diagnóstico erróneo o a no buscar atención médica específica y porque aún existen muchas personas que consideran que es un problema sin solución y utilizan fármacos para el dolor que puedan adquirir sin prescripción médica. Estimamos que al menos un 25% de los pacientes con migraña no ha consultado nunca su dolencia con un médico”.

Una de las principales consecuencias de esta falta de diagnóstico es que son muchos los pacientes los que o se automedican o no están accediendo a los tratamientos adecuados. Según datos del último estudio realizado por el Grupo de Estudio de Cefaleas de la SEN, en España, menos del 14% de los pacientes que requieren tratamiento preventivo (para reducir la frecuencia de crisis de migraña) lo están recibiendo. Además, más del 50% de las personas que padecen migraña se automedica con analgésicos sin receta.

Cada año se podrían diagnosticar más de 180.000 nuevos casos de migraña en España, sin embargo, el número de diagnósticos anuales es mucho menor. Por lo tanto, desde la SEN se insistieron en recordar a los pacientes que cuando el dolor de cabeza sea frecuente, comience a afectar su calidad de vida o genere discapacidad, es fundamental buscar atención médica para obtener un diagnóstico adecuado y un plan de tratamiento que ayude a controlar los síntomas y reducir la discapacidad asociada.



Psicología

Tecnología

Medicina

## La migraña puede ser hereditaria, según un experto

Agencias

Martes, 12 de septiembre de 2023, 18:55 h (CET)

@DiarioSigloXXI 

MADRID, 12 (EUROPA PRESS)

En la actualidad se desconoce el motivo por el que unas personas sufren migraña y otras no, pero sí se ha comprobado que, en ocasiones, "existe un componente familiar o hereditario", según ha resaltado el jefe de servicio de Neurología de Olympia Quirónsalud, Rafael Arroyo.

Con motivo del Día Internacional contra la Migraña, que se celebra el 12 de septiembre, Arroyo ha recordado que existe un "claro predominio de la enfermedad en mujeres" y que se considera la cefalea primaria más frecuente entre pacientes jóvenes.

Los datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) indican que la migraña

### Noticias relacionadas

**Un estudio vincula el desarrollo de diabetes tipo 2 después de la gestacional con las desigualdades raciales**

**La exposición al calor durante el embarazo se asocia con un mayor riesgo de morbilidad materna grave, según un estudio**

**Un estudio muestra que las células linfoides innatas limitan los efectos de la brucelosis en el cerebro humano**

**El cáncer de hígado y las enfermedades hepáticas son más frecuentes si un familiar padece hígado graso, según un estudio**

**Las niñas hacen menos deporte que los niños, aunque siguen mejor la dieta mediterránea, según un estudio de la UPM**



afecta a más de cinco millones de personas en España y, de ellos, 1,5 millones sufren migraña crónica, llamada así cuando los pacientes experimentan dolor de cabeza 15 o más días al mes.

Tal y como describe Arroyo, la migraña es uno de los dolores de cabeza, lo que se conoce como cefalea, más frecuentes. Respecto a sus síntomas, el especialista destaca que, habitualmente, este dolor de cabeza se define como hemicraneal, es decir, que duele la mitad de la cabeza.

Además, en muchas ocasiones va acompañada de náuseas y, en algunos casos, de vómitos. "Es una enfermedad importante por el elevado número de pacientes que la padecen y por las limitaciones que tiene este dolor en las actividades de la vida cotidiana", ha señalado el neurólogo.

La duración de esta cefalea puede oscilar entre cuatro y 72 horas, lo que se define como migraña episódica. "Se considera una persona migrañosa aquella que ha tenido cinco o más episodios de estas características", ha añadido el experto.

Según el especialista, debido a la peor evolución, existe un porcentaje de migrañas episódicas que terminan transformándose en crónicas. "Este tipo de migraña da lugar a más de 15 episodios, de las características mencionadas anteriormente, al mes. Son cefaleas de más difícil control y de peor pronóstico y tratamiento", ha indicado.

Además, apunta a las alteraciones hormonales como otro aspecto importante. En ese sentido, "antes o durante la menstruación, es muy frecuente que aparezcan migrañas. También sabemos que, cuando llega la menopausia, muchas pacientes que tienen migrañas, ven cómo desaparece el dolor de cabeza".

Otros factores que pueden tener que ver con la aparición de la migraña están relacionados con la alimentación, "como es el caso del chocolate, las comidas que llevan glutamatos, así como la ingesta de alcohol y, sobre todo, de vino". Las alteraciones del sueño también influyen en gran medida, indica el profesional.

#### AVANCES EN EL TRATAMIENTO

Respecto al tratamiento de la migraña, Arroyo sostiene que, actualmente, existen dos tipos, "el que utilizamos en los ataques agudos y otro que, a veces, empleamos para la prevención de los episodios de migraña".

Ante el dolor leve o moderado, el neurólogo destaca los medicamentos analgésicos o antiinflamatorios y asegura que es fundamental "tomarlos muy, muy deprisa. El mejor analgésico es el que se toma antes, es decir, al inicio del dolor de cabeza tipo migraña".

Cuando esos medicamentos no alivian los síntomas porque el dolor ya es severo, el especialista asegura que, desde hace varios años, existen unos tratamientos específicos antimigrañosos para el ataque agudo, "que los llamamos el grupo de medicamentos de los triptanes. Actualmente, hay varios y se sigue desarrollando alguno más. El triptán es un medicamento específico

sólo para tratar las migrañas".

En la actualidad, el jefe de Neurología de Olympia asegura que, para paliar la migraña crónica, uno de los avances más importantes que se está desarrollando es la utilización, a veces, de técnicas de toxina botulínica, administrada subcutáneamente en el cuero cabelludo.

"En estos momentos, en nuestros hospitales hemos llevado a cabo muchos de los ensayos clínicos internacionales de estos nuevos medicamentos y, por ejemplo, vamos a desarrollar nuevas toxinas botulínicas tanto para la prevención de la migraña como para mejorar los tratamientos de la migraña crónica", ha finalizado.



## This is the disabling disease suffered by 5 million people in Spain

Health | September 13, 2023 | No Comments



2023-09-12 12:00:00

Today, September 12, we celebrate the International Day of Action against Migraine, "a neurological disease that produces recurrent episodes of intense, disabling pain, and which is usually accompanied by other symptoms such as nausea, vomiting, sensitivity to light and air, sound, vision alterations, sensory disorders or speech difficulties," explains Dr. Fátima Irimia, coordinator of the headache study group at the Spanish Society of Neurology (SEN). This ailment, capable of harming us on so many times at the same time, affects more than 5 million people in Spain,

of which one and a half million suffer from headaches more than 15 days a month.

Although it is a disease that can manifest itself in anyone and at any age, 80 percent of cases occur in women between 20 and 50 years old. The worst thing about this prevalent ailment? That experts estimate that around 40 percent of those affected in Spain are still undiagnosed. The two main reasons are the ease with which people who have a "headache" self-medicate with painkillers that do not require a prescription, and that the symptoms are often confused with other types of headaches that have nothing to do with migraine.

### Migraine: an underdiagnosed disease

The high prevalence, and the disability it causes (more than half of those affected by migraine have a severe or very severe degree of disability), have made migraine the leading cause of disability in our country among adults under 50 years. However, it is not always properly diagnosed, largely specifically, in 25 percent of cases because patients do not consult it with their doctor, thinking that there is no solution.

Migraine is not a disease that goes unnoticed. During so-called 'migraine attacks', many sufferers suffer such intense pain that they find it hard to lead a normal life. And the disease for which the International Day is celebrated today negatively affects productivity, which causes a significant impact on emotional and mental health, causing stress, anxiety or depression, depending on the case. Despite this, the SEN estimates that more than 50 percent of those affected self-medicate with painkillers that do not require a prescription.

### When is a migraine considered chronic?

There are many different types of headaches, but we must be aware of whether this pain becomes frequent, and how it takes over our daily lives and affects our quality of life. According to data from the latest study by the Spanish Society of Neurology, in Spain, less than 14 percent of patients who require preventive treatment (to reduce the frequency of seizures) are receiving it.

Continuing with the data, which in the case of migraine are absolutely revealing and definitive, in our country there are more than one million citizens who suffer from migraine in its chronic version. And where is this disease considered to have become chronic?

"The main consequence of incorrect migraine management is the deterioration in the patient's quality of life, which makes the pain chronic. Each year, around 5 percent of those affected go from having an episodic migraine to a chronic, while 6 percent go from a low-intensity migraine to a high-frequency one," comments Dr. Irimia.

A migraine becomes chronic when the patient suffers intense, disabling headaches more than 15 days a month. Because it is a disease that goes far beyond a headache, and the figures are worrying. In the expert's words, "chronic migraine not only produces four to six times more disability than episodic migraine; but patients who suffer from it usually have a worse response to the different existing treatments."

### The latest advances in migraine treatment

In reference to underdiagnosis, the SEN tells us that each year more than 300,000 new cases of migraine could be diagnosed in our country, although the known figure is much lower. That is why they insist on reminding patients that, when headache is common, and generates a certain degree of disability to perform normal day-to-day activities, "it is essential to seek medical help, until obtaining the correct diagnosis and a treatment plan." "Treatment that helps control symptoms and reduce associated disability."

Of course, migraine treatment must be individualized in all cases, because it will depend on the severity of the symptoms, the frequency of attacks, and other factors related to the deterioration of our health.

"Currently, we have great developments in the treatment of this very disabling disease. There are advances in the field of so-called preventive drugs that reduce the frequency of attacks thanks to the use of anti-CGRP monoclonal antibodies, specific for this disease. Another great novelty is the arrival of gepants (small molecules that bind to a CGRP receptor and block its biological response) and ditans. In general, these preventive treatments are recommended in patients with more than three migraine attacks per month," concludes Dr. Irimia.

Do you want to receive the best content to take care of your health and feel good? Sign up for our new newsletter.

#Disabling #Disease #Affects #5million #people #Spain