

05 MARZO 2025

[REPORTAJES A FONDO](#)

¿Teletabajo o regreso a la oficina?: el futuro del trabajo en el sector publicitario

Desde MarketingDirecto.com - MKD hablamos con profesionales de RRHH y cultura de agencias españolas para conocer...

11 FEBRERO 2025

- [Social Media](#)
- [Historia de las marcas](#)
- [Inteligencia Artificial](#)
- [Ver todo](#)
- [Eventos MKD](#)
- [FOA](#)
- [Conectados](#)
- [Dosis](#)
- [Enamorando al Consumidor](#)
- [MKD Summits](#)
- [Próximos Eventos](#)
- [Eventos pasados](#)
- [Crealab](#)
- [Ver todos](#)
- [Videos](#)
- [Especiales](#)
- [Suscríbete a nuestra newsletter](#)

TEMAS DEL DÍA: [TRUMP](#) [TIKTOK](#) [PREMIOS EFICACIA](#) [INFOADEN](#)

Entrevista a Elena Fernández, IMC Manager Iberia en Samsung

"The Mind Guardian": La innovadora app impulsada por Samsung para la detección precoz del deterioro cognitivo

Hablamos con Elena Fernández, IMC Manager Iberia en Samsung, sobre "The Mind Guardian", la innovadora app para tablets que usa IA y gamificación para la detección precoz del deterioro cognitivo.

[ENTREVISTAS](#)Escrito por [Alicia Hebrero](#) 07 abril del 2025 a las 9:56COMPARTIR [f](#) [x](#) [🕒](#) [in](#) [✉](#)

La **detección temprana** del deterioro cognitivo es uno de los mayores retos en salud mental, y **«The Mind Guardian»**, una innovadora **aplicación para tablets Android gamificada** basada en **inteligencia artificial**, ha logrado hacer de esta necesidad una realidad accesible para la población española. El deterioro cognitivo es un síntoma común en las fases tempranas de enfermedades como el Alzheimer, una enfermedad que afecta a más de 800.000 personas en España y que, según datos de la Sociedad Española de Neurología, alrededor del 50% de los casos no se diagnostica

hasta que el paciente ha desarrollado una fase moderada.

Si no puedes visualizar el contenido correctamente, haz clic [aquí](#).

Esta aplicación tiene el potencial de transformar el panorama de la salud cognitiva. Desde MarketingDirecto.com, hablamos con **Elena Fernández, IMC Manager Iberia en Samsung**, para conocer más sobre cómo funciona esta app y los objetivos que persigue.

The Mind Guardian y la detección precoz del deterioro cognitivo

La integración de la tecnología ha permitido que **«The Mind Guardian»** sea una **herramienta** clave en la lucha contra el **deterioro cognitivo**. Este videojuego, con una precisión del 97%, se presenta como una herramienta autoadministrable, gratuita y accesible. Elena Fernández nos explica que Samsung ha sido un socio fundamental para dotar al proyecto de los recursos necesarios para alcanzar una gran escala. «The Mind Guardian va a permitir el cribado a gran escala de signos de deterioro cognitivo. Este avance supone un hito en el ámbito de la salud y la tecnología aplicada, facilitando la detección precoz de demencias como el Alzheimer, una enfermedad que solo en España alcanza a 800.000 personas», señala.

El avance más importante es la incorporación de **inteligencia artificial** para analizar datos y patrones de comportamiento, lo que permite detectar deterioro cognitivo incluso antes de que se muestren síntomas perceptibles.

La gamificación como herramienta clave

El uso de la **gamificación** es otro de los puntos fuertes del proyecto. Tras una sesión de unos 45 minutos aproximadamente, The Mind Guardian ofrece a los usuarios una solución sencilla y de acceso universal para identificar posibles signos de deterioro cognitivo, reduciendo los efectos negativos del denominado «síndrome de bata blanca» o miedo a la realización de pruebas en entornos sanitarios. «La gamificación hace el proceso mucho más agradable para los pacientes. Han sido muchos los estudios que han demostrado que realizar las pruebas a través de juegos reduce el estrés y mejora la experiencia», comenta Fernández. Además, la aplicación ha sido probada en colaboración con **centros de día, asociaciones de mayores y entidades relacionadas con la demencia**.

La gamificación ofrece una experiencia más aceptable, lo cual, unido a que se pueden llevar a cabo cómodamente desde entornos agradables como el hogar, contribuye a reducir el «**síndrome de bata blanca**», disminuyendo el estrés del usuario y favoreciendo la capacidad de detección y precisión de la prueba.

Avales científicos y colaboración con entidades clave

El proyecto se ha llevado a cabo gracias a la colaboración entre **Samsung Iberia**, el **Centro de Investigación en Tecnologías de Telecomunicación de la Universidade de Vigo (atlanTTic)**, el **Grupo de Neurociencia Traslacional del Instituto de Investigación Sanitaria Galicia Sur** y la **agencia de publicidad Cheil**, con el **aval científico-tecnológico de la Sociedad Española de Neurología (SEN)** y con el **aval científico de la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental (SEPSM)**. «Este aval científico-tecnológico asegura que el proyecto cuenta con rigor en su desarrollo», añade Elena.

Retos en el desarrollo y objetivo de impacto

El desarrollo de la aplicación no ha estado exento de retos. «Uno de los mayores desafíos fue garantizar la accesibilidad y un diseño intuitivo de la aplicación, especialmente para personas mayores. Hemos trabajado estrechamente con la Universidad de Vigo para mejorar la navegación y la experiencia del usuario», menciona Elena. El feedback de los primeros pilotos, incluidos los empleados de Samsung, ha sido clave para hacer ajustes antes del lanzamiento.

Por otro lado, dotan de un objetivo claro: «Queremos que 2,5 millones de personas puedan utilizar la prueba de manera sencilla en su entorno familiar. La detección precoz es clave para mitigar los efectos de la enfermedad y mejorar la calidad de vida de las personas», apunta. «The Mind Guardian» actúa como alerta inicial, derivando a los usuarios con resultados de riesgo detectados a **profesionales de salud** para una evaluación, facilitando un posible diagnóstico más preciso y temprano. La aplicación representa un avance en la detección temprana del deterioro cognitivo, democratizando el acceso a herramientas innovadoras, sin sustituir en ningún momento el diagnóstico clínico.

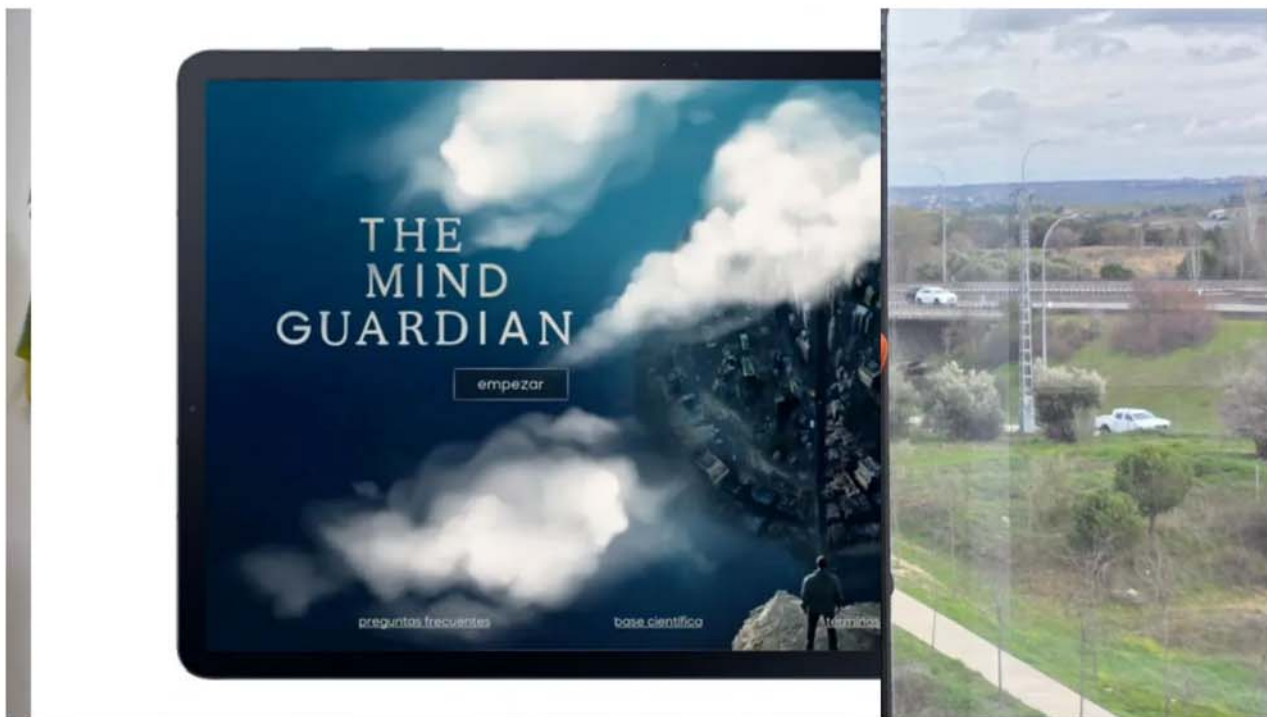
Privacidad y accesibilidad

La aplicación asegura la protección de los datos personales, pidiendo únicamente **edad y género**, y garantizando el anonimato a los usuarios. «Es muy importante que los datos se manejen de forma anónima, y sólo los utilizamos para mejorar la aplicación y hacer estadísticas», aclara Elena Fernández.

El diseño también ha sido pensado para ser intuitivo y fácil de usar, especialmente para personas mayores de 55 años. «Además, es compatible con todas las tablets Android Versión 10 o superior, haciéndolo accesible así a gran parte de los usuarios de tablets del mercado», añade. La aplicación «The Mind Guardian» está disponible de forma gratuita y los usuarios pueden descargarla desde la **Google Play Store o la Galaxy Play Store**.

Samsung refuerza su compromiso con la innovación y el bienestar cognitivo

Debido a su potencial impacto a gran escala y recursos invertidos, «The Mind Guardian» se posiciona como el proyecto más destacado de la iniciativa **Tecnología con Propósito de Samsung**, un programa diseñado para aplicar la innovación tecnológica a la resolución de retos sociales y la mejora de la calidad de vida de las personas.



1/4

Tecnología con Propósito – proyecto 100% local de la compañía surcoreana – se centra en desarrollar soluciones en áreas clave como la educación, la cultura, la accesibilidad y bienestar, y la empleabilidad y emprendimiento. Su objetivo es utilizar la tecnología como una herramienta para generar un impacto positivo y significativo en la sociedad, demostrando cómo los avances tecnológicos pueden responder a necesidades reales y contribuir al bienestar colectivo. Desde su creación, el programa ha destinado más de 25 millones en 30 proyectos de impacto social.

En este 2025, Samsung sigue invirtiendo en España y el desarrollo de «The Mind Guardian» es una clara prueba del compromiso de la compañía con la innovación tecnológica al servicio de la sociedad.



¡Suscríbete a nuestra newsletter!



Sigue a MarketingDirecto.com en WhatsApp

Temas

Inteligencia Artificial

COMPARTIR     

[Anterior](#)

[Siguiente](#)



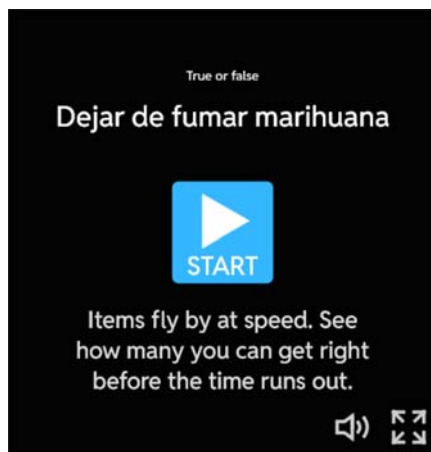
Redacción Qhali
hace 8 horas · 2 Min. de lectura

¿Qué le pasa a tu cuerpo cuando dejas de fumar marihuana?

- Estudios recientes revelan los efectos físicos y psicológicos al abandonar el cannabis. Desde mejoras cognitivas hasta retos temporales, te explicamos qué esperar en cada fase.



Foto: Unsplash



Powered by Wordwall

¿Qué ocurre realmente cuando decides dejar de fumar marihuana? La ciencia muestra que el impacto varía según frecuencia de uso y metabolismo, pero hay patrones claros. Investigaciones recientes detallan desde la reparación pulmonar hasta cambios en el estado de ánimo, pasando por beneficios inesperados. Aquí, un análisis basado en evidencia para entender el proceso y optimizar la transición.

Primeras 72 horas: El "reset" químico

El estudio de **Frontiers in Toxicology** (2024) identifica esta fase como crítica, donde el cuerpo nota la ausencia de **THC**. Los efectos incluyen:

- **Síntomas físicos** (48% de los casos):

- Sudoración nocturna
- Temblores leves

- Dolores de cabeza por deshidratación (el THC afecta la regulación de líquidos)
- **Cambios emocionales:**
 - Irritabilidad (en 65% de usuarios diarios, según el [estudio](#) de *Anesthesiology Clinics*)
 - Ansiedad transitoria, vinculada a la reducción de dopamina

Dato clave: Una investigación del *Journal of Cannabis Research* (2023) encontró que beber agua con electrolitos reduce estos síntomas en un 30%.

Semana 1-2: La gran desconexión

Aquí el **sistema endocannabinoide** comienza a reajustarse. Destacan:

- **Mejoras tempranas:**
 - Recuperación del olfato y gusto (en 3-5 días, por normalización de receptores CB1)
 - Mayor oxigenación sanguínea (estudio de *Respiratory Medicine*, 2023)
- **Retos persistentes:**
 - Insomnio de "rebote": El THC suprime el REM, y al retirarlo hay sueños vívidos
 - Antojos intensos (pico a los 7-10 días según *Nature Mental Health*, 2024)

Consejo: La *Sociedad Española de Neurología* recomienda melatonina para regular el sueño y ejercicio aeróbico para acelerar la detoxificación.

Mes 1-3: Renacimiento cognitivo y físico

El [estudio](#) de *Neurogastroenterology & Motility* (2023) revela cambios notables:

Cerebro:

- Memoria operativa mejora un 18-25%
- Toma de decisiones más rápida (por regeneración de receptores en corteza prefrontal)

Cuerpo:

- Capacidad pulmonar aumenta 5-10% (similar a dejar el tabaco, *American Lung Association*, 2023)
- Niveles de cortisol se estabilizan, reduciendo estrés crónico

Importante: Usuarios por más de 5 años pueden experimentar "niebla mental" hasta el mes 6 (*JAMA Neurology*, 2024).

A partir del 6º mes: Transformación profunda al dejar la marihuana

Datos combinados de la *Organización Mundial de la Salud* y *Frontiers in Psychiatry* (2024) muestran:

Beneficios consolidados:

- Riesgo cardíaco igual al de no consumidores
- Producción natural de endorfinas se normaliza
- Mejora del microbioma intestinal (vinculado al eje intestino-cerebro)

Secuelas posibles en uso crónico:

- Disminución del umbral del dolor (en 12% de casos)
- Mayor sensibilidad al estrés (requiere terapia en 1 de 5 usuarios)

Ojo a las cifras:

- El 73% experimenta cambios positivos tras 1 año (*Global Drug Survey*, 2024)
- Los deportistas mejoran rendimiento en 8 semanas (*Journal of Sports Science*, 2023)

Recomendaciones expertas:

1. **Hidratación con magnesio y potasio** (mitiga calambres)
2. Suplementar con **omega-3** para neuroregeneración
3. **Terapia de luz** si persiste fatiga (*Sleep Medicine Reviews*, 2023)



5 Ejercicios Cerebrales que Mejoran tu Memoria y Concentración



En un mundo donde la sobrecarga de información es constante, mantener una memoria ágil y una concentración óptima se ha vuelto esencial. La neurociencia ha demostrado que el cerebro, como cualquier músculo, puede fortalecerse con ejercicios específicos. A continuación, presentamos cinco técnicas respaldadas por estudios para potenciar tus capacidades cognitivas.

Índice

1. [Juegos de Memoria con Cartas \(Entrenamiento de Memoria de Trabajo\)](#)
2. [Meditación Mindfulness para la Concentración](#)
3. [Aprendizaje de un Nuevo Idioma \(Neuroplasticidad\)](#)
4. [Ejercicios Matemáticos Mentales \(Sin Ayuda Digital\)](#)
5. [Escritura Manual \(No Digital\)](#)
6. [Conclusión: La Constancia es Clave](#)

1. Juegos de Memoria con Cartas (Entrenamiento de Memoria de Trabajo)

Los juegos de cartas, como el "memory" o el "solitario", no solo son entretenidos, sino que estimulan la memoria de trabajo. Un estudio de la Universidad de Michigan (2023) reveló que practicar estos juegos durante 20 minutos al día mejora la retención de información en un 32% después de ocho semanas. La clave está en la repetición y el desafío progresivo: comienza con pocas cartas y aumenta la dificultad.

Foto por Dominik Reiter en Pexels



Activa tu Cerebro

La meditación mindfulness no solo reduce el estrés, sino que incrementa la densidad de la materia gris en el hipocampo, área clave para la memoria. Según un metaestudio publicado en *Nature Human Behaviour* (2024), 10 minutos diarios de meditación mejoran la atención sostenida en un 27%. Una técnica efectiva es enfocarse en la respiración mientras se cuentan mentalmente las inhalaciones y exhalaciones.

3. Aprendizaje de un Nuevo Idioma (Neuroplasticidad)

Aprender idiomas activa múltiples regiones cerebrales, incluidos el lóbulo temporal y el giro frontal inferior. Investigadores del University College London hallaron que quienes estudian una lengua extranjera tienen un 20% más de volumen en estas áreas. Plataformas como Duolingo o Babbel ofrecen ejercicios breves ideales para este fin. Basta con 15 minutos al día para observar beneficios.

Artículo Recomendado: [¿Debería tomar suplementos antioxidantes? - Nutrición](#)

Foto por Pixabay en Pexels

4. Ejercicios Matemáticos Mentales (Sin Ayuda Digital)

Realizar cálculos sin calculadora refuerza las conexiones neuronales en el córtex prefrontal. Un experimento de la Universidad de Kyoto (2025) mostró que resolver cinco problemas aritméticos diarios (como multiplicaciones de dos dígitos) aumenta la velocidad de procesamiento cerebral en un 18% en tres meses. Para mayor efectividad, alterna entre operaciones básicas y problemas de lógica.

5. Escritura Manual (No Digital)

Escribir a mano activa el sistema de reticulación activadora ascendente (RAA), que filtra información relevante. La Sociedad Española de Neurología destaca que quienes toman notas manuales retienen un 40% más de datos que quienes usan dispositivos. Prueba a redactar resúmenes de lecturas o listas de tareas en papel para maximizar este efecto.

Conclusión: La Constancia es Clave

Estos ejercicios deben practicarse regularmente para obtener resultados duraderos. La neuroplasticidad permite adaptaciones cerebrales en promedio a las seis semanas, según la revista *Science*. Combínalos con hábitos como dormir 7-8 horas y una dieta rica en omega-3 para un enfoque integral. Tu cerebro es capaz de evolucionar: solo necesita el entrenamiento adecuado.

< [Cómo ser más productivo: 10 hábitos que cambiarán tu vida \(según la ciencia\)](#)

[Glioma cerebral: síntomas, diagnóstico y tratamiento](#) >

[Los 3 tipos de músculos \(y sus especificaciones\)](#)

[Mi hijo adolescente tiene ansiedad, ¿como lo afronto?](#)



La luz azul de las pantallas altera el reloj interno del organismo y provoca insomnio

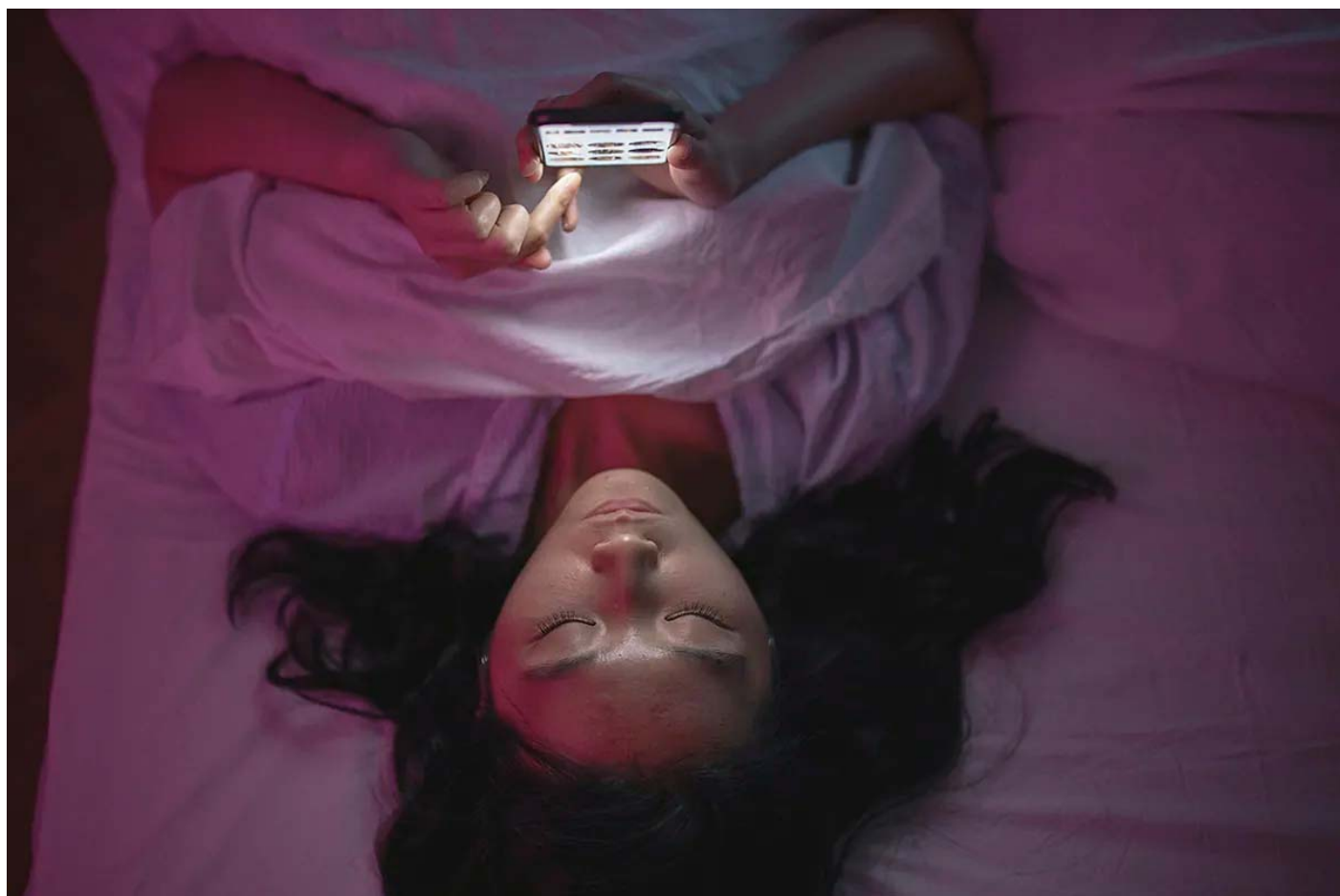
SALUD

La luz azul de las pantallas altera el reloj interno del organismo y provoca insomnio

Consultar el móvil justo antes de dormir, eleva el riesgo de desvelarse en un 59% y resta tiempo de sueño. "Si conciliarlo es difícil, no debe usarse 30 minutos antes"



1 comentario



Una mujer revisa su móvil en la cama solo con la luz de la pantalla. COTTONBRO STUDIO/ PEXELS



La luz azul de las pantallas altera el reloj interno del organismo y provoca insomnio

P. Pérez

Madrid

Actualizado Domingo, 6 abril 2025 - 02:46

Cinco minutos, un último vistazo al móvil y ya me duermo. No ocurre. Esos minutos se convierten en una hora o más con frecuencia. El [scroll infinito](#) perjudica seriamente su salud de diferentes formas. No solo por la adicción, sino por el impacto en el organismo en ciertos momentos del día.

RELACIONADAS

Salud Ocho de cada 10 jóvenes españoles presenta síntomas de insomnio

Salud La mitad de los adultos y un cuarto de los niños españoles duerme poco y mal

Usar **el móvil antes de dormir**, ya en la cama, **rompe el reloj interno del organismo**: las notificaciones perturban el sueño, el tiempo con el móvil reemplaza al dedicado al sueño, las actividades mantienen el estado de vigilia y la exposición a la luz de las pantallas retrasa los ritmos circadianos.

Gunnhild Johnsen Hjetland, del Instituto Noruego de Salud Pública, autora principal del artículo publicado en [Frontiers in Psychiatry](#), explica que «el tipo de actividad frente a pantallas no parece ser tan importante como el tiempo total que se pasa usándolas en la cama».

A esta afirmación ha llegado su equipo tras **investigar el hábito de más 45.200 jóvenes adultos en Noruega**. Y la conclusión ha sido que usar una pantalla en la cama aumenta el **riesgo de insomnio en un 59%** y **reduce el tiempo de sueño en 24 minutos**. Sin embargo, el trabajo no ha demostrado que las redes sociales sean más disruptivas que otras actividades frente a pantallas.

PARA SABER MÁS



La luz azul de las pantallas altera el reloj interno del organismo y provoca insomnio

SONIA MORENO , Madrid

Enfermera Saturada. Todo lo que necesitas saber de tu colchón para dormir a pierna suelta

ENFERMERA SATURADA



✉ Salud

De las novedades de la pandemia a los últimos avances contra el cáncer, recibe las noticias más relevantes de salud de la semana.

Correo electrónico

Apuntarme

¿Ya tienes cuenta? [Inicia sesión](#)

«No encontramos diferencias significativas entre las redes sociales y otras actividades frente a pantallas, lo que sugiere que **el uso de pantallas en sí mismo es el factor clave en la interrupción del sueño**, probablemente debido al desplazamiento temporal, ya que el uso de pantallas retrasa el sueño al ocupar tiempo que, de otro modo, se dedicaría al descanso».

¿CÓMO SE MIDIÓ EL IMPACTO DE LAS PANTALLAS AL ACOSTARSE?

Participaron 45.202 estudiantes de educación superior a tiempo completo, con edades entre los 18 y los 28 años. En España, **ocho de cada 10 jóvenes en esta edad tienen síntomas de insomnio**, según la Sociedad Española de Neurología.

A los participantes se les solicitó una suerte de **diario de hábitos nocturnos** previos a quedarse dormidos. Primero, pidieron a los participantes que indicaran si usaban pantallas después de acostarse y durante cuánto tiempo. Luego, **les pidieron que identificaran las actividades que eligieron**: ver series o películas, jugar videojuegos,



La luz azul de las pantallas altera el reloj interno del organismo y provoca insomnio

materiales relacionados con el estudio.

También se les solicitó que apuntaran la hora de acostarse y de levantarse, así como cuánto tardaban en conciliar el sueño, con qué frecuencia tenían problemas para conciliar el sueño o permanecer dormidos, con qué frecuencia sentían sueño durante el día y cuánto tiempo persistían sus problemas de sueño. El **insomnio** se definió como dificultad para dormir y somnolencia diurna al menos tres veces por semana durante al menos tres meses.

En general, en nuestro país, **el 54% de los adultos duerme menos de las horas recomendadas y un 48% no tiene un sueño de calidad**. «Si uno sufre para conciliar el sueño y cree que el tiempo frente a una pantalla es uno de los factores de riesgo, debe reducir su uso en la cama, sobre todo, al menos 30 a 60 minutos antes de dormir», sugiere Hjetland. Y pone tareas, como «apagar las notificaciones para minimizar las interrupciones durante la noche».


EL SUEÑO: MÁS INVESTIGACIONES PARA CUIDAR ESTE INDICADOR DE SALUD

No es el primer estudio, sí el más reciente, que aborda cómo este nuevo hábito nos daña. **El sueño es fundamental para nuestra salud mental y física**, pero muchos no duermen lo suficiente. Cada vez más personas se acostumbran a usar pantallas en la cama, lo que puede estar asociado con un sueño deficiente.

«Los **problemas de sueño son muy frecuentes entre los estudiantes** y tienen implicaciones significativas para la salud mental, el rendimiento académico y el bienestar general, pero estudios previos se han centrado principalmente en adolescentes», afirma Hjetland en un comunicado.

Incluso, hay estudios que han observado que [consultar la hora cuando hay problemas de insomnio agrava la situación](#). Más aún si se mira en un móvil, ya que hay riesgo de distracción con otras actividades. **Spencer Dawson**, profesor clínico adjunto y director asociado de formación clínica en el Departamento de Ciencias Psicológicas y del Cerebro de la Universidad de Indiana (EEUU) publicó en *The Primary Care Companion for CNS Disorders* una investigación con casi 5.000 personas.


Hace un par de años, un trabajo internacional, publicado en *Nature Mental Health*, demuestra que la exposición a la luz solar durante el día y mantener la oscuridad en la noche resulta fundamental para la salud mental. Se trata de una de las investigaciones más amplias por el número de voluntarios incluidos, más de 86.700, para observar el efecto individual a la luz realizado hasta la fecha.

 La luz azul de las pantallas altera el reloj interno del organismo y provoca insomnio


alimenta y recarga con la luz natural. Este reloj central se ubica en los núcleos supraquiasmáticos del hipotálamo en el cerebro y regula la sincronización de las funciones celulares básicas, la fisiología, la cognición y el comportamiento.

Sus ritmos se regulan por los patrones de exposición a la luz. Sin embargo, «los humanos en **las sociedades modernas e industrializadas desafían esta biología, pasando aproximadamente el 90% del día en interiores** bajo iluminación eléctrica, que es tenue durante el día y brillante por la noche en comparación con los ciclos naturales de luz/oscuridad», afirma el artículo que firma Sean Cain, profesor asociado de la Universidad de Monash en Melbourne (Australia), considerado un biólogo de los ritmos circadianos. «Las desviaciones de nuestro ciclo natural de vigilia-sueño provocan la alteración de los ritmos circadianos en todo el cerebro y el cuerpo», remacha.

Neurología

Ver enlaces de interés 

Comentario

 **FacebookMasterInAnything**
06/04/2025 13:28 horas

#1

Sandeces repetitivas... ya hay muchos estudios que demuestran lo contrario, no te afecta en absoluto. A ver cuándo nos actualizamos...

Ver 1 comentario



Cargando siguiente contenido

OTRAS WEBS DE UNIDAD EDITORIAL

El Mundo

[El Mundo en Orbyt](#)
[Comprobar Lotería Navidad 2024](#)
[Guía TV](#)
[Viajes El Mundo](#)

Ocio y Salud

[Telva](#)
[Mi bebé y yo](#)
[Cúdate Plus](#)
[Diario Médico](#)

Unidad Editorial

[Expansión](#)
[MARCA](#)
[MARCA English](#)
[MARCA Gaming](#)
[Sapos y Princesas](#)
[Conversor de moneda](#)

Empleo

[Escuela Unidad Editorial](#)
[Unidad Editorial](#)

<

La campaña 'Friedreich and I' sensibiliza sobre el tipo de ataxia hereditaria más común

Fatiga, escoliosis, dificultad para hablar y mantener el equilibrio... Son algunos de los síntomas que experimentan las personas que padecen ataxia de Friedreich, un trastorno neuromuscular degenerativo que afecta a cerca de 15.000 personas en todo el mundo.

Para concienciar sobre esta enfermedad y contribuir a su conocimiento, Biogen ha puesto en marcha la campaña 'Friedrich and I' en colaboración con la Federación de Ataxias de España y el aval de la Federación Española de Enfermedades Raras y la Sociedad Española de Neurología.

'Friedreich and I' es un corto audiovisual que va acompañado de una novela gráfica dirigida a ayudar a los pacientes a explicar a su entorno qué es la ataxia de Friedreich y cómo impacta en sus vidas.

La falta de conocimiento de la enfermedad y la similitud de sus síntomas con otras patologías neurodegenerativas a menudo dificulta el diagnóstico.

Tanto el corto como la novela gráfica se puede consultar en www.friedreichandi.es junto con otros materiales de sensibilización y testimonios reales de pacientes.

Visto en: <https://www.youtube.com/europapress>

#noticias #FriedreichandI #Friedreich #ataxia #Biogen #rastornoneuromuscular
#sociedadep #2025 #03/04/2025 #04/03/2025

📞 93 770 85 71 ✉ mima@dentalesparreguera.com



Seleccionar página



Periodontitis – Alzheimer

por Mireya | Abr 1, 2025 | Mima | 0 Comentarios



Un informe realizado por expertos de la Sociedad Española de Periodoncia y Osteointegración (SEPA) y la Sociedad Española de Neurología (SEN) pone de relieve que las personas con periodontitis pueden tener casi el doble de riesgo de padecer Alzheimer y el triple de sufrir un ictus isquémico.

La periodontitis no solo aumenta el riesgo de padecer ictus isquémico y demencia de tipo Alzheimer, sino que también **se considera que diferentes intervenciones de salud oral pueden reducir el riesgo de sufrir estos desórdenes neurológicos**. Son las principales conclusiones que se extraen de un riguroso y exhaustivo informe de consenso llevado a cabo por el grupo de trabajo conjunto de la Sociedad Española de Periodoncia y Osteointegración (SEPA) y la Sociedad Española de Neurología (SEN). Además, **se apuntan algunas recomendaciones prácticas tanto**



para los odontólogos como los neurólogos.

En los últimos años se han acumulado nuevos estudios que apuntan una sugerente **vinculación entre la periodontitis y algunas enfermedades neurológicas**. Como apunta el Dr. Miguel Carasol, coordinador de los grupos de trabajo de SEPA, “de ahí surge la necesidad de revisar la evidencia científica de esta relación, así como el interés por extraer algunas conclusiones y consejos sobre **cómo actuar con los pacientes con periodontitis y enfermedades neurológicas**, que sean de utilidad tanto para el odontólogo como para el neurólogo y, en definitiva, para la población general”.

Como concluye la vicepresidenta de SEPA, la Dra. Paula Matesanz, “**el resultado del informe muestra que la periodontitis aumenta el riesgo de padecer ictus isquémico y demencia de tipo Alzheimer**”. Según resalta el Dr. José Miguel Láinez, presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), “marcadores de riesgo como la periodontitis son de gran ayuda para tratar de evitar, reducir o minimizar el impacto de estos desórdenes neurológicos”.

A PARTIR DE ESTE INFORME, LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEUROLOGÍA VA A RECOMENDAR A TODOS LOS NEURÓLOGOS QUE EN SUS INFORMES HAGAN CONSTAR CONSEJOS PREVENTIVOS ESPECÍFICOS SOBRE SALUD BUCODENTAL

Desórdenes con mayor evidencia científica

De todas las enfermedades neurológicas, en este informe se han analizado las dos sobre las que existe una mayor evidencia científica de su relación con la periodontitis: **la enfermedad cerebrovascular y la demencia**. Como revela el Dr. José Vivancos, neurólogo y miembro del grupo de trabajo SEPA-SEN, “la principal dificultad a la hora de elaborar el informe ha sido sintetizar toda la literatura disponible al respecto, así como incluir en la medida de lo posible estudios con una buena calidad metodológica”.

El informe reporta la evidencia desde tres puntos claramente definidos: la asociación epidemiológica entre la periodontitis y estas dos enfermedades neurológicas, los mecanismos biológicos que puedan explicar estas asociaciones y los estudios de intervención sobre el efecto del tratamiento periodontal como medida preventiva primaria o secundaria de ictus y demencia.

Asociación epidemiológica

Las enfermedades neurológicas, entre las que destacan por su frecuencia y morbimortalidad las enfermedades cerebrovasculares y las demencias, constituyen un grave problema de salud pública, siendo muy relevantes los enormes problemas de discapacidad que comportan. En los últimos años, a los factores de riesgo

conocidos en la aparición y progresión de estas enfermedades, **se ha valorado que la periodontitis pueda influir de alguna manera en la etiopatogenia de estos cuadros neurológicos.**

Atendiendo a los datos epidemiológicos extraídos de estudios evaluados en este informe, “se estima que **las personas con periodontitis tienen 1,7 veces más riesgo de padecer demencia tipo Alzheimer y 2,8 veces más riesgo de sufrir un ictus isquémico** que las personas periodontalmente sanas”, destaca el Dr. Yago Leira, periodoncista y coordinador del grupo de trabajo SEPA-SEN, quien recuerda que “la enfermedad periodontal es muy frecuente entre la población adulta (se estima que 8 de cada 10 españoles tienen algún grado o tipo de enfermedad periodontal)”; además, como apunta la Dra. Ana Frank, jefe de Servicio de Neurología del Hospital Universitario La Paz (Madrid) e integrante del grupo SEPA-SEN, “esta enfermedad de las encías resulta especialmente habitual entre la población anciana, aunque generalmente pasa desapercibida y/o no se le presta la suficiente atención”.

La inflamación, presunta ‘culpable’

Como aconseja la Dra. Frank “**sería muy importante disponer de estudios epidemiológicos que confirmasen esta relación** y, sobre todo, estudios que nos ayudasen a conocer en detalle los mecanismos implicados”. En este sentido, las sospechas giran, fundamentalmente, sobre la hipótesis inflamatoria; en concreto, como explica esta experta, “**se especula que esta vinculación puede deberse al efecto inflamatorio que produce la periodontitis**, una inflamación crónica y de bajo grado pero persistente en el organismo y que desencadena una cascada inflamatoria, que termina no sólo provocando consecuencias negativas a nivel neurológico sino también en otros órganos diana, **lo que explicaría su incidencia también en la salud cardiovascular o la diabetes**”.

En concreto, en la enfermedad cerebrovascular isquémica, existe evidencia experimental sobre cómo la respuesta inmunoinflamatoria crónica de la periodontitis desencadenaría **un estado protrombótico de hipercoagulabilidad y de disfunción del endotelio vascular** que puede aumentar el riesgo de embolismo/ trombosis cerebral.



En el caso de la enfermedad de Alzheimer, según detalla el periodoncista Yago Leira, “multitud de estudios en animales han demostrado que las bacteriemias y endotoxemias que se producen en la periodontitis, junto con un estado de inflamación crónica de bajo grado, **contribuyen de manera significativa al desarrollo de procesos neurodegenerativos** involucrados en la disfunción cognitiva, como son la neuroinflamación y muerte neuronal, la formación de placa seniles por depósitos de péptidos de beta amiloide así como la aparición de ovillos neurofibrilares debido a la hiperfosforilación de la proteína Tau”.

Por lo tanto, según se expone en este informe, existen diferentes mecanismos fisiopatológicos estudiados en modelos experimentales que soportan la plausibilidad biológica de la asociación epidemiológica.

Dr. Miguel Carasol: «En nuestras clínicas atendemos a miles de pacientes que padecen alguna enfermedad neurológica y tendremos que estar en contacto con nuestros colegas neurólogos para poder ofrecerles el mejor tratamiento posible a estos pacientes»

Los beneficios ‘neurológicos’ del tratamiento periodontal

Actualmente no se cuenta con ensayos clínicos aleatorizados que estudien el impacto del tratamiento periodontal en la reducción del riesgo de padecer ictus y demencia, y tampoco existen estudios de intervención sobre prevención secundaria de estas patologías. Sin embargo, según se aclara en el informe SEPA-SEN, hay publicados diversos estudios observacionales **en los que se sugiere que diferentes intervenciones de salud oral pueden reducir el riesgo de sufrir ictus o demencia.**

En cualquier caso, y a falta aún de los resultados de todos estos estudios, “de lo que no cabe duda es que, como nos enseña este Informe SEPA-SEN, ya podemos y debemos hacer algo”, indica Ana Frank. A su juicio, “a la luz de este trabajo ya se pueden realizar dos acciones muy concretas y prácticas: 1) las clínicas dentales de España deberían conocer y difundir este informe; 2) a través de la Sociedad Española de Neurología, **vamos a insistir a todos los neurólogos en la importancia que tiene la salud periodontal en sus pacientes** y, además, vamos a recomendarles que en todos sus informes de los pacientes (independientemente de la enfermedad neurológica que sufra) hagan constar consejos preventivos específicos sobre salud bucodental (insistiendo en el cepillado dental diario, la visita regular al odontólogo,...)”.



Mensajes para odontólogos, neurólogos y población general

Sobre este último aspecto incide el Dr. José Miguel Láinez, presidente de la SEN, quien insiste en que “los neurólogos debemos ser conscientes que la presencia de una enfermedad periodontal, como la periodontitis, puede aumentar la incidencia y ser un importante factor de riesgo para algunos tipos de demencia o ictus”. Y, por eso, añade, “**debemos recomendar a nuestros pacientes que extremen el cuidado y revisión de su salud bucodental**, incluyendo estas indicaciones dentro de los consejos de salud general que les ofrecemos”.

Y es que **los neurólogos pueden jugar un papel clave a la hora de cribar pacientes con signos de enfermedad periodontal**, y así poder derivarlos al dentista para su diagnóstico y, por si fuera necesario, recibir un correcto tratamiento dental.

Por su parte, como señala la vicepresidenta de SEPA, “los odontólogos tienen que saber que **la periodontitis se relaciona con un mayor riesgo de ictus y enfermedad de Alzheimer**”. Por ello, aclara el Dr. Yago Leira, “es de vital importancia que en las consultas dentales seamos capaces de poder cribar pacientes con posibles factores de riesgo vasculares que estén relacionados con enfermedades neurológicas como la hipertensión o la diabetes”. Por otro lado, según señala el coordinador del grupo de trabajo SEPA-SEN, “en nuestras clínicas atendemos a miles de pacientes que padecen alguna enfermedad neurológica y tendremos que estar en contacto con nuestros colegas neurólogos para poder ofrecerles el mejor tratamiento posible a estos pacientes, con un adecuado manejo adaptado a cada caso”.

Para alcanzar el éxito de estas medidas, **se precisa difundir entre la población general la información que relaciona salud periodontal y salud neurológica**. “Llevar a cabo campañas de información y sensibilización sería un primer paso para que el mensaje derivado de este informe pueda llegar a la sociedad, y así se conozca el posible riesgo neurológico al que se deriva de unas encías enfermas”, indica el Dr. Leira, quien apuesta por “promover entre la población el mensaje que la salud bucodental va de la mano con la salud general: ¡la boca forma parte del cuerpo humano!”.

Dr. Yago Leira: «Hay que promover entre la población el mensaje que la salud bucodental va de la mano con la salud general»

Fructífera colaboración

Por parte de la SEN, como destaca su presidente, “se considera que este informe es muy importante, porque **nos ayuda a identificar nuevos factores de riesgo** para e.

desarrollo o agravamiento de enfermedades neurológicas trascendentes y muy prevalentes, como pueden ser el ictus o la demencia”, afirma el Dr. Láinez, quien valora “muy positiva y satisfactoria la colaboración institucional de SEPA y SEN: firmamos un convenio y creamos un grupo de trabajo conjunto en 2019, y esto está arrojando importantes frutos”.

En la misma línea, la Dra. Ana Frank, considera que “estamos ante una iniciativa excelente, porque **va a ayudar a la prevención primaria y secundaria de enfermedades neurológicas**”, algo especialmente importante si se tiene en cuenta, como apostilla esta experta, “que generalmente suelen ser graves y/o invalidantes, por lo que cualquier aspecto que pueda contribuir a su prevención o modificar positivamente su evolución resulta de gran interés”. Respecto al informe elaborado, esta experta asegura que “puede ser muy útil, sobre todo porque está fundamentado en la exhaustiva y rigurosa evaluación de las principales evidencias científicas que existen actualmente sobre la relación entre periodontitis y enfermedad neurológicas”.

A su juicio, “este informe supone un muy importante primer paso, que era necesario dar, abriendo una puerta a esta línea de investigación y nos anima ahora a continuar por esta senda, de manera que estamos pensando ya en nuevos informes futuros que nos ayuden a comprender y analizar los posibles mecanismos que estarían detrás de esta asociación entre enfermedad periodontal y enfermedades neurológicas”.

Para el Dr. Yago Leira, “este informe será la base científica en la cual el grupo de trabajo SEPA-SEN se apoyará para realizar las venideras actividades y proyectos”. Además, considera “fundamental trabajar conjuntamente con los neurólogos, aportando una visión mucho más interdisciplinar al documento”; de hecho, concluye, “gracias a ellos hemos conocido de primera mano las patologías neurológicas a tratar en el informe desde un punto de vista clínico, fisiopatológico y humano”. De cara a futuro, explica el Dr. Leira, «no descartamos ampliar el estudio a otras enfermedades como esclerosis múltiple, párkinson, cefaleas o migrañas. Mi deseo -continúa- es conseguir una red de investigación a nivel nacional para conseguir la evidencia que nos falta».

Fuente: **GACETA DENTAL**





La campaña 'Friedreich and I' sensibiliza sobre el tipo de ataxia hereditaria más común



Europa Press
590 K suscriptores

Suscribirse

4



Compartir



85 visualizaciones hace 4 días #noticias #FriedreichandI #Friedreich

Fatiga, escoliosis, dificultad para hablar y mantener el equilibrio... Son algunos de los síntomas que experimentan las personas que padecen ataxia de Friedreich, un trastorno neuromuscular degenerativo que afecta a cerca de 15.000 personas en todo el mundo. ...más

0 comentarios

Ordenar por



Añade un comentario...

Todos Europa Press Noticias >



4 Formas de Jubilarse Con...
Consiga la guía y actualizaciones periódicas
Patrocinado · Fish...

Más infor...



V. Completa. Cómo entrenar...
Aprendemos ...
6,7 M de...



BIOPEN - "Friedreich and I"
VML THE COCKTA...
940 visualizaciones...
Nuevo



¿Solo '1 AL DÍA' para HUESOS y...
Dr. Alberto Sa...
6,4 K...
Nuevo

¿No recibes recomendaciones adecuadas?

Si activas el historial de reproducciones, recibirás recomendaciones más personalizadas.

Dejar historial desactivado

Activar historial

Relájate con Música Reiki...
Healing Your ...
376 K...

Habla el cirujano que demuestra...
COPE
1,9 M de...

Conocemos a Marta y Sergio,...
Telemadrid
853 visualizaciones...

Ejercicios de relajación para ...
Desansiedad
1,2 M de...

ME FUI DE ESPAÑA Y OS...
BEGOÑA GER...
409 K...
Nuevo

Una Terapia

El Hospital público de La Princesa incorpora un nuevo dispositivo de Estimulación Cerebral Profunda para el tratamiento de trastornos del movimiento



HOSPITAL UNIVERSITARIO NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO, 4 DE ABRIL DE 2025

ES EL DISPOSITIVO RECARGABLE MÁS PEQUEÑO DISPONIBLE HASTA LA FECHA

El Hospital Universitario de La Princesa, centro sanitario público de la Comunidad de Madrid, ha incorporado un nuevo dispositivo de Estimulación Cerebral Profunda para tratar a personas que padecen trastornos del movimiento, incluida la enfermedad de Parkinson, la distonía y el temblor esencial. Se trata del dispositivo recargable más pequeño con programación remota disponible hasta la fecha. Este generador colocado bajo la piel del pecho del paciente durante la intervención de Estimulación Cerebral Profunda, envía estimulación eléctrica a través de los electrodos colocados en el cerebro para interrumpir las señales anormales que causan los síntomas de esas patologías, incluidos temblores, rigidez y lentitud de movimiento. La Princesa es uno de los primeros hospitales españoles que ha empleado esta innovadora tecnología.

La neurocirujana Marta Navas en el Hospital de La Princesa realizó recientemente a un paciente de Parkinson la sustitución del generador que portaba desde que se le había practicado la Estimulación Cerebral Profunda hace ocho años, por el nuevo dispositivo. Esta intervención al tratarse de un recambio, es de corta duración y se realiza bajo anestesia local y sedación, permitiendo el alta del paciente el mismo día.

El nuevo dispositivo implantado es al menos un 32% menor con la altura y el ancho de la esfera de un reloj inteligente, lo que le hace ser el más pequeño del mundo. Cuando se usa en configuraciones estándar, el sistema debe recargarse cada 37 días (o 10 veces al año) usando un cargador inalámbrico que se coloca sobre el generador. Para los usuarios que prefieren un programa de carga semanal, solo se necesitan 30 minutos de carga. El sistema inalámbrico de carga permite que las personas estén activas mientras lo usan y pueden recargar completamente el sistema Liberta RC dos veces antes de tener que enchufarlo

ÚLTIMO NÚMERO



TE PUEDE INTERESAR



26/02/2025

HISTORIAS DEL DISTRITO.
La danza, lenguaje oculto del alma



29/12/2024

Aerolíneas: las denuncias de FACUA derivan en una multa de...

nuevo dispositivo. La Estimulación Cerebral Profunda es una solución eficaz para pacientes con enfermedades neurológicas como el Parkinson, el temblor esencial o la distonía entre otras, a los que ya no les hacen el efecto deseado los tratamientos farmacológicos convencionales. Se trata de una cirugía que implica la implantación de electrodos en ciertas áreas del cerebro y la aplicación de corriente eléctrica para modular la actividad neuronal. Los electrodos que se colocan en regiones específicas del cerebro según la enfermedad que se esté tratando son accionados por el dispositivo generador de pulsos (batería) también conocido como neuroestimulador que se coloca en el pecho del paciente y genera pulsos eléctricos. En la última fase del proceso se realiza la programación y el ajuste de la batería, para enviar la corriente eléctrica a los electrodos según la necesidad de cada paciente.

Los beneficios que aporta este procedimiento quirúrgico al paciente, con el seguimiento y ajuste vía wifi, influyen positivamente en su calidad de vida, no solo al mejorar los síntomas y reducir los efectos secundarios de la medicación oral, sino también porque no tiene que desplazarse al centro sanitario a realizar los ajustes, algo importante para los enfermos que viven fuera de Madrid o de España. Y ahora se benefician también de las ventajas que les aporta el pequeño dispositivo mucho menos invasivo y con una larga vida útil.

CENTRO DE REFERENCIA NACIONAL EN LA CIRUGÍA DE PARKINSON

La continua especialización de los profesionales del centro madrileño en la atención del Parkinson de los profesionales del Hospital Universitario de La Princesa ha contribuido a que desde el año 2006 sea centro de referencia nacional CSUR para cirugía funcional, realizando anualmente unas 30 intervenciones. También desde el 2023, la Sociedad Española de Neurología otorgó la certificación de calidad a la Unidad Médico Quirúrgica de Trastornos del Movimiento de este centro público madrileño.

En cuanto a la investigación, los diferentes especialistas que tratan el Parkinson y el resto de trastornos del movimiento en el Hospital de La Princesa constituyen un equipo con uno de los mayores números de ensayos clínicos activos.

Votar: ★★★★★

Resultado: ☆☆☆☆☆

0 votos



25/11/2024
CINE. 'Días perfectos'



Anúnciate

Política de cookies

Quienes somos

Contacto

diariovasco.sergipeconectado.com

Si duermes mucho de día... tienes más riesgo de demencia

Fermín Apezteguia

~1 minuto



Sábado, 5 de abril 2025, 18:53

Escucha la noticia

4 min.

Dormirse de día no es normal, salvo que sea para echarse una siesta. Entiéndase siesta como una pequeña pausa después de comer inferior a media ... hora y mejor de unos veinte minutos. Todo lo que se salga de ahí puede estar poniendo en peligro seriamente su salud. Es algo que se sabe desde hace tiempo, pero una nueva investigación ha venido a echar más leña al fuego de la prevención. Caer dormido a deshoras puede ser un indicador de riesgo de demencia, especialmente entre las personas mayores. Pero si es joven y le pasa, ojo también.

Este contenido es exclusivo para suscriptores

- Temas

entremayores.es

Alzheimer: Diagnosticar, tratar y registrar

Editorial

4-6 minutos

El Alzheimer “no solo afecta a la memoria, sino también a la identidad y a la autonomía”. Esta frase, que pronunció, recientemente, en el Senado, la presidenta de la Comisión de Sanidad de la Cámara Alta, **María del Mar San Martín** —durante la jornada de lectura del llamado [‘Pacto por el Recuerdo’ de Ceafa](#)—, resume bien lo que implica esta enfermedad y hasta dónde extiende sus brazos. El Alzheimer no solo supone la pérdida de recuerdos, también de la conciencia, de aquello que configura nuestros rasgos como individuo, lo que nos caracteriza o nos hace únicos frente al resto. Además, estas carencias provocan nuevas carencias, como la falta de autogobierno, lo que deriva en la total dependencia de otras personas, cuidadoras a partir de ese momento.

El Alzheimer es una alteración de todo: del tiempo, del espacio físico, de lo que concierne a la propia moral y a lo espiritual, a lo intelectual, y también de los individuos que orbitan a su alrededor. Por tanto, cuando hablamos de enfrentarnos a esta enfermedad, hacemos bien en utilizar el plural.

En el citado pacto, hay tres puntos destacados para esta lucha colectiva: mejorar el diagnóstico precoz, conseguir un acceso equitativo a los tratamientos y elaborar un censo oficial.

Este último, reclamar un registro nacional, no es una cuestión menor, al revés, debería ser un requerimiento mínimo para saber con precisión cuál es el alcance real de esta enfermedad.

Se estima que hay más de [800.000 personas con Alzheimer en España](#), y que cada año se diagnostican alrededor de 40.000 nuevos casos; pero la Sociedad Española de Neurología (SEN) reconoce que entre el 30 y el 50% de las personas que padecen algún tipo de demencia no llegan a ser diagnosticadas formalmente.

El censo nos permitiría comprender mejor el impacto del Alzheimer, pero también conocer en profundidad el perfil de las personas que lo padecen (su edad, sexo, ubicación, condiciones socioeconómicas, otras patologías...). Hoy contamos con un documento que la propia Ceafa elabora gracias a una subvención del Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030, pero necesitamos números y estadísticas oficiales para poder gestionar correctamente los recursos y prepararnos para los otros dos puntos de la ecuación: el diagnóstico y los tratamientos.

Para este cometido, el presidente de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología, José Augusto García, insistió en ese mismo acto en la necesidad de una “visión transversal”. Sin duda, la transversalidad es una de las claves y, como tal, no debe quedarse en un concepto hueco que repetir en los congresos; porque es la fórmula para mejorar el diagnóstico: desde las consultas del médico de familia (donde se valoran las primeras quejas cognitivas), desde la psiquiatría y psicogeriatría, desde los servicios de neurología (con sus centros de memoria o unidades de cognición)... y junto con los avances que ya están aquí y que cambian las resonancias, el PET o pruebas agresivas como la punción lumbar por un análisis de sangre que acelera los procesos para empezar cuanto antes con el tratamiento. Precisamente, en lo que concierne al tratamiento, se está gestando un cambio de paradigma. La Agencia Europea del

Medicamento aprobó, a finales del año pasado –aunque la Comisión Europea, que debe dar la luz verde definitiva, todavía no tiene una mayoría cualificada para su aprobación–, el Leqembi (lecanemab), nuevo medicamento para retrasar los síntomas del Alzheimer. Dicho tratamiento, y otros que están en vía de admisión, promete ralentizar la enfermedad de aquellas personas con deterioro cognitivo ligero.

No obstante, la verdadera revolución (si se aprobase su comercialización) será preparar el terreno, todo un desafío para nuestro sistema de salud. De aquí a cuando eso suceda, deberemos crear un protocolo de actuación y organizar un sistema que implicará a todas las instituciones y Administraciones públicas de salud. Se trata de visualizar un futuro en el que el Alzheimer se diagnostique y se trate cuando apenas haya síntomas, a edades más tempranas, para alargar la calidad de vida a las personas.

Esta transformación pasa también por abandonar ciertos prejuicios sobre la enfermedad, que no es una consecuencia de envejecer, y entender que una actitud activa en nuestro estilo de vida es crucial para esquivarlo o, al menos, demorar su llegada.

El Alzheimer no es un proceso de degeneración natural, es una enfermedad y, como tal, se podrá curar. Mientras esperamos ese día, debemos de aprender cuál es la mejor forma de detectarla y de convivir con ella.



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

INSOMNIO >

La falta de sueño abre una caja de pandora en el metabolismo: daña la salud cardiovascular y la memoria

Una revisión científica constata que dormir mal altera el metabolismo de muchas células, como las neuronas, de forma similar a lo observado en algunas enfermedades neurodegenerativas



Un hombre con insomnio, una enfermedad que afecta a entre el 20% y el 40% de la población española.

JOSÉ MIGUEL SÁNCHEZ (GETTY IMAGES)



JESSICA MOUZO

08 ABR 2025 - 20:00 CEST

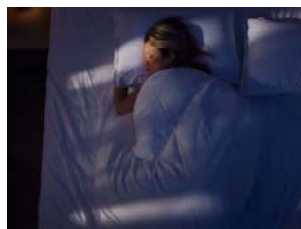
      9 

Dormir es como una especie de *reset* en el organismo. Un reinicio del sistema operativo humano, donde las células aprovechan para descansar, reponerse o arreglarse. Es una función imprescindible para la vida y cuando falla, se abre una caja de pandora para la salud difícil de cerrar. Una [revisión científica](#) publicada este martes en la revista *Science Signaling* ha puesto el foco en los efectos metabólicos que tiene la falta de sueño en el organismo y ha constatado que esta privación de una función tan vital como el dormir golpea de lleno la salud de todo el cuerpo, incluido el



Perder una noche de [sueño](#), por tanto, no deja solo cansancio o malhumor pasajero. La huella puede ser mucho más profunda. El insomnio (entendido como dormir menos de cinco horas o tener el sueño fracturado, según los expertos) ya se ha asociado con un mayor [riesgo de obesidad](#), enfermedad cardiovascular o diabetes tipo 2, dolencias todas vinculadas a una disfunción metabólica —esto es, a un desequilibrio en los procesos del organismo para producir y usar energía y mantenerse saludable—. El nuevo estudio ahonda en esa relación entre insomnio y metabolismo y concluye que, en situaciones de privación de sueño, hay células que priorizan destinar su gasto energético a la supervivencia celular, lo que provoca un déficit de combustible para poner en marcha otras actividades “metabólicamente exigentes”, pero no esenciales, como la formación de la memoria a largo plazo.

MÁS INFORMACIÓN



El cerebro se ‘limpia’ a sí mismo durante el sueño: así funciona la gestión de residuos en el órgano más misterioso del cuerpo

Ante un sueño insuficiente, el metabolismo del cuerpo se vuelve patas arriba. Se desregula la homeostasis energética —el punto de equilibrio entre la energía que entra y la que se gasta para que el organismo funcione correctamente— y se desencadena una especie de efecto dominó en el que algunos procesos vitales empiezan a fallar. Por ejemplo, explica Ana Fortuna, coordinadora de la Unidad del Sueño del Hospital Sant Pau de Barcelona, “no se elimina bien la glucosa, hay una alteración de las hormonas que regulan la saciedad, se favorece la inflamación, el estrés oxidativo...”. Y todas esas alteraciones metabólicas pueden tener una repercusión cardiovascular y neurodegenerativa.



Tampoco las células del cerebro.

Dormir es, en palabras del neurólogo experto en sueño Alejandro Iranzo, “como [una papelera de reciclaje](#), con recuerdos que tiras o almacenas”. Es un momento que el cerebro aprovecha para desechar memorias que no importan. Pero también para [potenciar el aprendizaje](#) y fijar recuerdos relevantes almacenados durante la vigilia. Durante el sueño, además, se produce una especie de barrido de toxinas que se acumulan en las *carreteras* del cerebro, un sistema de higiene clave para mantener la salud neurológica. Un desbarajuste en el sueño golpea de lleno ese mecanismo de limpieza cerebral y altera por completo el equilibrio energético de un órgano con necesidades de combustible para funcionar especialmente altas — el cerebro consume aproximadamente el 20% del oxígeno total y el 25% de la ingesta total de glucosa del organismo para mantener su funcionamiento normal—.

Relación con la neurodegeneración

Los investigadores explican que el impacto de los desequilibrios provocados por el insomnio es diverso entre los distintos tipos de células. Pero apuntan que en algunas con alta actividad metabólica, como son las neuronas, la falta de sueño altera su funcionamiento y deteriora, por ejemplo, procesos que requieren mucha energía, como la creación de sinapsis —conexiones entre neuronas—. Esos cambios metabólicos por la falta de sueño son similares a los que se observan en enfermedades neurodegenerativas, como el alzhéimer o el párkinson.

De alguna manera, la disminución en la duración del sueño, el deterioro de la función metabólica y la neurodegeneración, son vasos comunicantes. De hecho, hay trastornos del sueño, como la apnea o [los trastornos del sueño REM](#), que son marcadores tempranos de enfermedades neurodegenerativas, como el párkinson o la demencia por cuerpos de Lewy. “El insomnio se ha caracterizado con un factor de riesgo para trastornos neurodegenerativos como la enfermedad de Alzheimer y la de



son similares a los observados tras la privación del sueño, especialmente en relación con la producción de energía y el estrés oxidativo”, reflexionan los científicos en el artículo.

Los autores consideran que estas similitudes “podrían indicar” que todos esos cuadros tienen, en el fondo, mecanismos metabólicos asociados. “Tras la privación del sueño, existe evidencia de un balance energético negativo y mayor estrés oxidativo en neuronas y glía [otro tipo de células cerebrales]. Estos mismos efectos se observan en alzhéimer y párkinson a nivel patológico, lo que en última instancia resulta en una disfunción mitocondrial grave y muerte celular”. Los autores consideran “imperativo” comprender con exactitud las consecuencias metabólicas de la falta de sueño para prevenir y tratar estos y otros trastornos neurodegenerativos. “Los cambios metabólicos extremos observados en los trastornos neurodegenerativos sugerirían que las consecuencias metabólicas de la pérdida de sueño se acumulan con el tiempo”, abundan.

El sueño no se recupera

No están claras las repercusiones metabólicas a largo plazo de [la pérdida de sueño](#) continuada. Lo que sí saben los científicos es que el sueño no se recupera fácilmente. Un ejemplo: el no dormir modula las ondas agudas del hipocampo, un elemento crucial para la consolidación y recuperación de la memoria. “En humanos, dos noches de sueño de recuperación no son suficientes para recuperar por completo los déficits de memoria o conectividad hipocampal observados tras una sola noche de privación total de sueño. Por lo tanto, un episodio aislado de pérdida de sueño puede provocar efectos metabólicos duraderos, lo que perjudica la capacidad de recuperación tras una mayor pérdida de sueño”, señalan los científicos en el artículo.

María José Martínez Madrid, coordinadora del grupo de trabajo de Cronobiología de la Sociedad Española del Sueño, defiende que, como mucho, “se puede recuperar el sueño de una o dos noches atrás”. No más.

“El daño metabólico por el déficit de sueño acumulado a la acumulación de



hacerlo”. La Sociedad Española de Neurología estima que entre [el 20% y el 48%](#) de la población tiene problemas para dormir.

En cualquier caso, de lo que no hay duda es de la sacudida que genera sobre el organismo la falta de sueño. El desajuste metabólico es tal, que los autores de la revisión científica han apostado por un título sugerente en su artículo y definen directamente la falta de sueño como “un trastorno metabólico” en sí mismo.

Martínez Madrid discrepa ligeramente y matiza que, más bien, lo pertinente sería decir que “la pérdida de sueño actúa como un factor precipitante o un mecanismo causal que conduce a alteraciones metabólicas”. Ante una privación del sueño, explica, “el cuerpo entra en modo ahorro, quema peor la energía y favorece el almacenamiento de grasa”. “A largo plazo, estas alteraciones pueden contribuir al desarrollo de obesidad o diabetes tipo 2. Aunque decir que la pérdida de sueño es un trastorno metabólico puede sonar impactante, bajo mi punto de vista, lo más preciso es que la falta de sueño actúa como un potente disparador de desequilibrios metabólicos”, reflexiona la científica, que no ha participado en este estudio. Fortuna, en cambio, defiende ese punto de provocación: “Lo que pretenden es que se le dé importancia a la falta de sueño. Que se valore el sueño igual que miras el azúcar. El insomnio es un desencadenante, pero está en el centro de muchos mecanismos”.

SOBRE LA FIRMA



Jessica Mouzo

VER BIOGRAFÍA

Recibe Cuídate, la newsletter sobre hábitos saludables



COMENTARIOS - 9 

[Normas ›](#)

[inoticias.cl](https://www.inoticias.cl)

INoticias.CL | La falta de sueño abre una caja de pandora en el metabolismo: daña la salud cardiovascular y la memoria

Miguel Valdebenito @mvaldebv

~2 minutos

La falta de sueño abre una caja de pandora en el metabolismo: daña la salud cardiovascular y la memoria



por ElPais.com

Dormir es como una especie de *reset* en el organismo. Un reinicio del sistema operativo humano, donde las células aprovechan para descansar, reponerse o arreglarse. Es una función imprescindible

SALUD

La falta de sueño es un desorden metabólico: los efectos cardiovasculares y neuronales nocivos de dormir poco

Dormir mal tiene efectos asimilables a algunas enfermedades neurodegenerativas, concluye una nueva revisión científica

Aleix Mari

Barcelona. Miércoles, 9 de abril de 2025, 11:08

Tiempo de lectura: 2 minutos

El sueño, el gran medicamento olvidado. Una nueva revisión científica explica por qué **dormir bien es la mejor inversión para tu futuro**. El artículo, publicado en la revista *Science Signaling*, argumenta que la falta de sueño tiene unos efectos metabólicos mayúsculos en nuestro organismo. Según los investigadores de la Universidad de Saint Joseph, Estados Unidos, la privación de sueño altera el funcionamiento metabólico de las células, especialmente las neuronas, y desencadena desequilibrios que afectan a la salud del cuerpo y del cerebro. Estas alteraciones metabólicas, según expone la investigación, son **similares a las observadas en enfermedades neurodegenerativas como**

entre la energía que consume el cuerpo y la que necesita para funcionar correctamente. Cuando no dormimos lo suficiente, este equilibrio se rompe. Las células con alta actividad metabólica, como las neuronas, entran en un estado catabólico para priorizar su supervivencia. Eso implica que procesos energéticamente exigentes, como la formación de sinapsis (que permite la transmisión neuronal de señales eléctricas) o la consolidación de memoria a largo plazo, queden desatendidos. Así pues, más allá de las otras relaciones ya conocidas como el riesgo de obesidad o de diabetes tipo 2, la presente revisión reconoce que [perder noches de sueño o sufrir insomnio](#) puede dejar

huellas significativas en la memoria. Además, la falta de sueño aumenta el gasto energético en reposo y genera un balance energético negativo. Esta situación provoca alteraciones en metabolitos clave como la adenosina, el lactato y los peróxidos lipídicos, hecho que **contribuye a procesos inflamatorios, estrés oxidativo y acumulación de toxinas en el cerebro.**

Te puede gustar

Enlaces Promovidos por Taboola

Ahora con hasta 10 años de garantía

Nissan ARIYA | Patrocinado

Casa Real la pone de patitas en la calle por orden de Felipe VI tras 21 años desayunando bocadill...

El Nacional.cat

La policía acude de madrugada al domicilio de la infanta Elena alertada por los vecinos

El Nacional.cat

Relación con las enfermedades neurodegenerativas

Los investigadores destacan que los efectos metabólicos de la privación de sueño son muy similares a los observados en trastornos neurodegenerativos. Por ejemplo, tanto en **el Alzheimer** como en el **Parkinson** se detectan disfunciones mitocondriales y estrés oxidativo, fenómenos también presentes después de una noche sin dormir. Inversamente, la falta de sueño puede afectar a la capacidad del cerebro para producir y utilizar energía de manera eficiente, un problema que también se encuentra en las enfermedades

que podrían desembocar en este tipo de enfermedades, alertan los expertos.

Un llamamiento a dar importancia al sueño

Los autores del artículo consideran que **hay que tratar la falta de sueño como un problema serio**, y definen directamente la falta de sueño como un trastorno metabólico. "El sueño tendría que valorarse igual que se valora el azúcar u otros indicadores médicos", indica Ana Fortuna, coordinadora de la Unidad del Sueño de Sant Pau de Barcelona. En un contexto en que **hasta el 48% de la población tiene problemas para dormir**, según datos de la Sociedad Española de Neurología, esta revisión pone sobre la mesa una conclusión clara: dormir bien no es solo una cuestión de estilo de vida, es una necesidad biológica fundamental para preservar la salud física y mental. Así pues, si crees que puedes funcionar con pocas horas de sueño, piénsalo de nuevo porque tu cuerpo y tu cerebro te cobrarán la factura.

SALUD

Aísla tu casa por 1 euro

Aísla tu buhardilla por 1 euro con subvenciones.
¡Reduce tus facturas de energía hoy!

Aislamiento-1-Euro | Patrocinado

Más información

Recibirás alertas gratuitas sobre acciones con este nuevo algoritmo

TradeTrend | Patrocinado

Más información

Nissan X-Trail desde 32.900€ y 10 años de garantía

La aventura está más cerca que nunca

Nissan X-Trail | Patrocinado

Ver oferta

Aislamiento de buhardilla: San Sebastián De Los Reyes (Infórmate)

Aísla tu buhardilla por solo 1 euro gracias a los

Bienestar

800.000 AFECTADOS EN ESPAÑA

Detectar el alzhéimer de forma precoz mediante un análisis de sangre ya es una realidad gracias a estos españoles

La posibilidad de detectar la enfermedad a partir de un análisis de sangre es ya una realidad gracias a un estudio publicado este miércoles en la revista 'Nature Medicine'



Dos investigadores de BarcelonaBeta Brain Research Center. (Cedida)

Por **Alimente**

09/04/2025 - 11:38



Cada año se diagnostican unos 10 millones de nuevos casos de **enfermedad de Alzheimer** en el mundo. En concreto, en España hay unas 800.000 personas que padecen esta enfermedad, según los últimos datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**.

La posibilidad de detectar la enfermedad a partir de un **análisis de sangre es ya una realidad**. Un estudio liderado por investigadores del Barcelonaβeta Brain Research Center (BBRC), centro de investigación de la **Fundación Pasqual Maragall**, y del Instituto de Investigación del Hospital del Mar, con la **Universidad de Gotemburgo** y la Universidad de Lund, en Suecia, ha validado la capacidad de establecer el riesgo de Alzheimer en personas con síntomas de deterioro cognitivo a partir de la detección en sangre de un biomarcador, **phospho-tau217**. El trabajo, en el cual también han participado el hospital y la Universidad de Brescia, en Italia, se ha publicado este miércoles en la revista *Nature Medicine*.

A partir de cuatro cohortes hospitalarias, del Hospital del Mar, del **Hospital de Gotemburgo**, del **Hospital del Malmö** y del Hospital de Brescia, y de una de atención primaria en Suecia, se ha analizado en **1.767 personas la utilidad** de la detección en sangre del biomarcador. El mismo grupo de investigación ya había demostrado en estudios anteriores su capacidad para determinar el riesgo de sufrir alzhéimer en la **fase preclínica de la enfermedad**. Ahora, han podido validar un sistema automatizado y escalable de análisis de sangre, Lumipulse p-tau217, diseñado por la empresa japonesa Fujirebio, para establecer los niveles a partir de los cuales se puede asegurar que la persona desarrollará la enfermedad o está libre de riesgo.

“Este hecho nos puede permitir determinar qué personas se tienen que someter a otras pruebas, como es la punción lumbar o un PET, y a cuáles ya no hay que practicar más pruebas, ya que permite detectar la **enfermedad de Alzheimer en fases iniciales de forma muy precisa**”, explica el Dr. Marc Suárez-Calvet, investigador del Barcelonaβeta Brain Research Center y médico adjunto del Servicio de Neurología del Hospital del Mar e investigador de su instituto de investigación. “Hemos podido establecer dos puntos de corte, con los cuales podemos establecer este riesgo. Las personas que tienen niveles del biomarcador p-tau217 entre estos dos puntos de corte son las que tienen que **pasar por nuevos test**”, explica. A pesar de su alto nivel de precisión, el Dr. **Suárez-Calvet** recuerda que “es importante remarcar que los resultados de este biomarcador tienen que ser siempre interpretados por un neurólogo o neuróloga u otro profesional sanitario especializado, después de la adecuada valoración neurológica y nunca como **una prueba aislada**”.

Precisión superior al 90%

El estudio ha permitido establecer que, en los casos de los pacientes procedentes de hospitales, el análisis automatizado del biomarcador en sangre tiene una precisión de más del 90%, similar a la de la **punción lumbar**. Para llegar a esta conclusión se han tenido en cuenta tanto las posibles comorbilidades de los pacientes (diabetes, función renal), así como su edad. La eficacia es menor en las personas **procedentes de la atención primaria** y en aquellas de más de 80 años.

“Nuestros resultados, combinados con la facilidad de uso y de implementación de este tipo de pruebas, pueden facilitar su implementación en la práctica clínica para la obtención de un diagnóstico **más acertado del alzhéimer**”, apunta la Dra. Federica Anastasi, investigadora del BBRC y coautora del estudio. La detección de los niveles del biomarcador phospo-tau217 en sangre se puede hacer de forma sencilla y **se puede llevar a cabo en cualquier laboratorio clínico**. Esto puede facilitar, según el Dr. Pablo Villoslada, jefe del **Servicio de Neurología del Hospital del Mar**, “disponer de una herramienta que facilite un diagnóstico acertado y precoz, garantizando el acceso de forma equitativa a los cuidados y a mejores tratamientos”.



TE PUEDE INTERESAR
Un innovador estudio identifica cómo el cerebro podría prevenir el alzhéimer
 Alimento

El estudio demuestra que esta nueva herramienta diagnóstica puede reducir de manera significativa los costes asociados al diagnóstico del alzhéimer, con un ahorro de entre el 60 y el 81% en relación con las actuales pruebas diagnósticas. Este impacto económico, sumado a su aplicabilidad a gran escala, puede contribuir a mejorar el acceso al diagnóstico precoz y a **mejorar el abordaje clínico de la enfermedad**. A pesar de ello, los autores advierten que harán falta nuevos estudios para su **implantación en la práctica clínica**.

Por su parte, **Eloy Rodríguez Rodríguez**, jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario Marqués de Valdecilla-IDIVAL y profesor asociado de Medicina en el departamento de Medicina y Psiquiatría de la Universidad de Cantabria, explica que el estudio está "muy bien realizado y de alta calidad científica": "Estudia el rendimiento del marcador de plasma p-tau217 en escenarios de atención primaria y secundaria, utilizando una plataforma automatizada que está **ya presente en muchos centros** (Lumipulse). La utilidad de esta técnica ya ha sido explorada en diversas poblaciones clínicas de unidades de referencia, tanto de nuestro país, como del extranjero, incluida nuestra serie que hemos publicado recientemente".

"Lo que aporta este artículo es el estudio simultáneo de varias cohortes de diferentes centros y la **inclusión de una cohorte de Atención Primaria**. Los resultados son muy buenos, incluso en estos escenarios más exigentes, utilizando un abordaje con dos puntos de corte que clasifican a los pacientes en valor alto (resultado positivo), valor bajo (negativo) e intermedio (dudosos). Los resultados vienen a **apuntar la utilidad clínica de este marcador** y la capacidad de extender su uso de las consultas especializadas (donde están empezando a usar, y ya están recomendados por el Grupo de Demencias de la SEN) hacia consultas menos especializadas. Esto contribuirá a "democratizar" el diagnóstico biológico de precisión de la enfermedad de Alzheimer, evitando en muchos casos la necesidad de hacer **determinaciones de marcadores** más invasivas (punción lumbar) o caras y menos disponibles (PET)", concluye.

f x 🌐 🗨



Peugeot 2008. Gasolina, híbrido y eléctrico. Hasta 8 años de garantía...
 Patrocinado por Peugeot



BMW Serie 1.
 Patrocinado por BMW



Tu seguro de coche + 40€ de regalo. ¡Sólo 5 días!
 Patrocinado por Direct Seguros

Neurociències

Un estudio desarrolla una nueva escala para predecir el riesgo de discapacidad en pacientes con encefalitis autoinmune

8 abril 2025



- El trabajo ha permitido desarrollar una nueva escala de valoración llamada 'Girona Score', que ayuda a identificar a los pacientes con mayor riesgo de discapacidad durante los tres meses posteriores a la fase aguda de la enfermedad.
- El estudio ha sido impulsado por el Grupo de Investigación en Neurodegeneración y Neuroinflamación del IDIBGI, vinculado a la Unidad de Neuroinmunología y Esclerosis Múltiple (UNIEMTG) de los hospitales Dr. Josep Trueta de Girona y Santa Caterina de Salt.

La encefalitis autoinmune es una enfermedad neurológica poco frecuente, lo que dificulta su estudio y limita el desarrollo de herramientas capaces de predecir con precisión su evolución. Actualmente, las escalas de valoración destinadas a prever esta evolución son escasas y omiten algunas variables clínicas y paraclínicas que inciden en la patología. Para dar respuesta a esta situación, investigadores del [Grupo de Investigación en Neurodegeneración y Neuroinflamación](#) del Instituto de Investigación Biomédica de Girona (IDIBGI), vinculado a la Unidad de Neuroinmunología y Esclerosis Múltiple (UNIEMTG) del Hospital Universitario de Girona Dr. Josep Trueta y del Santa Caterina de Salt, han desarrollado una nueva escala llamada 'Girona Score' para identificar con mayor precisión a aquellos pacientes con mayor riesgo de presentar algún tipo de discapacidad tras la fase aguda de la enfermedad.

"Las escalas de valoración no son del todo completas porque no han incluido parámetros clínicos y radiológicos que habitualmente utilizamos en el diagnóstico de la encefalitis autoinmune. Con nuestra escala, incorporamos nuevas variables para disponer de un pronóstico más ajustado sobre la evolución de la enfermedad", explica [Gary Álvarez](#), neurólogo y actual referente de la UNIEMTG, e investigador del IDIBGI, además de uno de los impulsores de la 'Girona Score'.

Entre las variables que incluye la nueva escala se encuentran aquellas capaces de medir la disautonomía, término que hace referencia a alteraciones del sistema nervioso y que afecta a la presión arterial, la frecuencia cardíaca o la temperatura corporal. También destacan otras alteraciones vinculadas al nivel de conciencia del paciente.

"Los primeros resultados de la 'Girona Score' han reflejado que la disautonomía y las alteraciones en el nivel de conciencia son factores muy importantes a la hora de predecir un mal pronóstico a tres meses", destaca Álvarez. A partir de esta identificación, la Unidad ha podido adelantarse en el inicio del tratamiento farmacológico con el objetivo de reducir el riesgo de padecer discapacidad o secuelas neurológicas irreversibles, como epilepsias residuales, deterioro cognitivo o inestabilidad en la marcha, entre otras.

La escala de valoración consta de 14 variables y los primeros resultados se han obtenido a partir del análisis retrospectivo de 26 pacientes de la Unidad diagnosticados de encefalitis autoinmune. Cada variable tiene una puntuación de entre uno y tres puntos, y aquellos pacientes con una suma total más alta son los que han presentado un peor pronóstico.

El siguiente paso del estudio consistirá en incorporar de forma prospectiva nuevos pacientes diagnosticados de encefalitis autoinmune y analizar su evolución según la puntuación de la 'Girona Score' durante el episodio agudo de la enfermedad. Para llevar a cabo esta fase, se incorporarán otros centros nacionales e internacionales interesados en la implementación de la escala. El objetivo es garantizar que los resultados obtenidos en el análisis inicial del estudio sean también reproducibles externamente. "Si observamos que los resultados que se obtienen con la 'Girona Score' son similares, sería un reflejo de que la escala puede utilizarse de forma estandarizada en pacientes de unidades de otros centros", destaca Álvarez. En este contexto, ya se han iniciado contactos con diferentes instituciones para poder ampliar el estudio a lo largo de los próximos meses.

La encefalitis autoinmune

'Girona Score' es el resultado del trabajo de investigación que lleva a cabo la UNIENTG desde el Grupo de Investigación en Neurodegeneración y Neuroinflamación del IDIBGI, con el objetivo de ampliar el conocimiento sobre la encefalitis autoinmune y buscar de forma activa tratamientos eficaces para la prevención de la discapacidad. Se trata de una enfermedad en la que el sistema inmunitario ataca por error al cerebro, causándole inflamación, lo que provoca alteraciones del estado mental, convulsiones, problemas de memoria o trastornos del movimiento en la persona afectada. Su prevalencia en las sociedades desarrolladas es baja. En el Estado, según datos de 2023 de la Sociedad Española de Neurología (SEN), se diagnostican unos 1.200 casos anuales, aunque se estima que puede haber más sin diagnosticar, ya que se asocian los síntomas a otras enfermedades.

Actualmente, en el Parque Hospitalario Martí i Julià de Salt, la UNIENTG atiende a 30 pacientes con encefalitis autoinmune, ofreciéndoles tratamiento adecuado y seguimiento. Se trata de la unidad de referencia de la Región Sanitaria de Girona en el diagnóstico, manejo y tratamiento de los pacientes con patologías que afectan al sistema nervioso central.

Además de la encefalitis, también se encarga de tratar patologías como la esclerosis múltiple –principal causa de discapacidad física y cognitiva de origen neurológico en los jóvenes– y las neuromielitis ópticas.



Artículo de referencia: Álvarez Bravo G, Guglielmini G, Quiroga Varela A, Boix Lago A, Gifreu Fraixinó A, Urso D, Logroscino G, Ramió-Torrentà L. *Assessment of clinical prognosis in autoimmune encephalitis: Girona score*. Front Psychiatry. 2025 Jan 29;16:1447009. doi: 10.3389/fpsyt.2025.1447009. PMID: 39944213; PMCID: PMC11814168.

Crédito fotografía: Hospital Universitari de Girona Dr. Josep Trueta

Histórico

Abril 2025

Marzo 2025

Febrero 2025

Enero 2025

Diciembre 2024

Volver al blog

Conoce el IDIBGI!



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

Temas gráficos del día de EFE Comunitat Valenciana del domingo 6 de abril de 2025

AGENCIAS

4-5 minutos

05/04/2025 19:00 Actualizado a 05/04/2025 21:00

PARTIDOS VOX

València - El presidente de Vox, Santiago Abascal, preside una comida con afiliados y simpatizantes en València, en su primera visita a la Comunitat Valenciana tras el acuerdo entre su partido y el PP para tramitar los Presupuestos de la Generalitat para 2025.

(13.30 h. Feria Valencia, pabellón 7 alto, avda. de las Ferias, s/n)

SALUD CEREBRAL

València - Escribir a mano, pasear con los amigos, aprender nuevos idiomas, dormir ocho horas diarias o eliminar el estrés son algunas de las recomendaciones para mantener un cerebro saludable, según explica a EFE José Miguel Laínez, jefe de Servicio de Neurología del Hospital Clínico de València y expresidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), quien ha coeditado, junto al actual presidente de la SEN, Jesús Porta Etessan, el libro 'Salud cerebral: mantén joven tu cerebro'.

FÚTBOL VILLARREAL

Vila-real (Castellón) - El Villarreal recibe al Athletic Club en el estadio

de la Cerámica en el partido correspondiente a la trigésima jornada de LaLiga.

(21 h. Estadio de la Cerámica)

jmm/EFE Comunitat Valenciana

(34)963 41 06 67

Puede escribir a valencia@efe.com para contactar con nuestra redacción.

En www.efeservicios.com encontrará toda la producción multimedia de la Agencia EFE y su Agenda Mundial, un listado actualizado de actos informativos programados.

Para cualquier otro producto o servicio, contacte con clientes@efe.com o llame al +34 91 3467245

QUIROMASAJISTAS.NET



Beneficios del masaje para las personas con enfermedades neurológicas

3 ABRIL, 2025

Distintas investigaciones sobre los **beneficios del masaje para las personas con enfermedades neurológicas** evidencian su contribución en la mejora de la calidad de vida de estos enfermos.

Según el reciente **informe** (https://www.sen.es/pdf/2024/Informe_sociosanitario_2024.pdf) de la Sociedad Española de Neurología (SEN) sobre

(<https://www.quiromasajistas.net/masaje-geriatrico-beneficios-del-masaje-en-las-personas-mayores/>).

Índice



1. Qué son las enfermedades neurológicas
 2. Tipos de enfermedades neurológicas
 3. Abordaje multidisciplinar de la parálisis cerebral
 4. Estudios sobre la terapia de masaje para los afectados por parálisis cerebral
 5. Beneficios de la terapia de masaje para los afectados por enfermedades neurológicas
- 5.1. Artículos relacionados:

Qué son las enfermedades neurológicas

Las enfermedades neurológicas son las patologías que afectan al **sistema nervioso central** (<https://www.kenhub.com/es/library/anatomia-es/sistema-nervioso-central-snc>) (SNC), formado por el encéfalo (Cerebro, diencefalo, cerebelo y tronco encefálico) y la médula espinal, y a los nervios periféricos.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) **estima** (<https://www.who.int/es/news/item/14-03-2024-over-1-in-3-people-affected-by-neurological-conditions--the-leading-cause-of-illness-and-disability-worldwide>) que en 2021, más de 3000 millones de personas en todo el mundo padecían alguna afección neurológica.

Se conocen más de 600 **trastornos y enfermedades neurológicas** (<https://espanol.ninds.nih.gov/es/trastornos>) que abarcan una amplia variedad de síntomas según el área del sistema nervioso afectada. Algunas de estas afecciones se desarrollan rápidamente, mientras que otras lo hacen de forma más lenta,

Tipos de enfermedades neurológicas

Según los trastornos que producen, estas son las **afecciones neurológicas** (<https://www.discapnet.es/salud/enfermedades/enfermedades-neurológicas>) más comunes.

- **Trastornos neurodegenerativos:** Alzheimer, **Parkinson** (<https://www.quiromasajistas.net/terapia-de-masaje-para-la-enfermedad-de-parkinson/>), Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA), Enfermedad de Creutzfeldt-Jakob.
- **Trastornos desmielinizantes:** Esclerosis múltiple.
- **Trastornos del movimiento:** Corea de Huntington, Distonía, Síndrome de las piernas inquietas.
- **Trastornos epilépticos:** Epilepsia.
- **Trastornos neuromusculares:** Miastenia Gravis, Distrofia muscular, Atrofia Muscular Espinal.
- **Trastornos del desarrollo neurológico:** **Trastorno del Espectro Autista** (<https://www.quiromasajistas.net/beneficios-del-masaje-para-ninos-con-trastornos-del-espectro-autista-tea/>) (TEA), Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), Espina Bífida, Parálisis Cerebral
- **Accidente cerebrovascular** (Ictus)

En este artículo nos vamos a centrar en una de estas enfermedades, la parálisis cerebral, sobre la que se han desarrollado diversos estudios que avalan la eficacia de la terapia de masaje como parte del protocolo de tratamiento y cuidado de las personas afectadas.

Abordaje multidisciplinar de la parálisis cerebral

La **lesión o anomalía que sucede en el desarrollo del cerebro inmaduro** imposibilita o complica la comunicación entre el cerebro y los músculos, ocasionando **trastornos no solo motores, si no también problemas sensoriales, perceptivos y psicológicos.**

La parálisis cerebral es una afección muy compleja que **admite diferentes clasificaciones según la zona o zonas del cerebro en la que se ha producido la lesión**, lo cual determina el tono muscular (hipertonía, hipotonía o variabilidad) y la parte del cuerpo afectada (plejias o paresias).

Los problemas más relevantes de esta enfermedad atañen a la capacidad de movimiento, control muscular y mantenimiento voluntario de la postura.

Estos son algunos de los **síntomas**:

- Espasticidad muscular
- Falta de equilibrio
- Incapacidad o dificultades serias para realizar acciones coordinadas
- Problemas de movimiento
- Contracturas
- Hipotonía

La parálisis cerebral no tiene cura, por ello **es necesario abordarla de forma integral para conseguir una mejor calidad de vida**, con **diferentes disciplinas que contribuyan a disminuir la sintomatología y el dolor, y a aumentar la capacidad de movimientos.**

Junto a los tratamientos médicos convencionales que incluyen la farmacología y la cirugía, son varios los **tipos de terapias** (<https://www.quiromasajistas.net/terapias->

- Terapia ocupacional
- Terapia del habla y el lenguaje
- Terapia conductual
- Terapia nutricional
- Hidroterapia
- Musicoterapia
- Acupuntura
- Terapia nutricional
- Terapia de masaje

Estudios sobre la terapia de masaje para los afectados por parálisis cerebral

Son varias las investigaciones y estudios dedicados a los beneficios de la terapia de masaje para los afectados por parálisis cerebral. Entre ellos destacamos los siguientes.

- Investigación del **The Touch Research Institute** ([https://med.miami.edu/centers-and-institutes/mailman-center/community/other-community-based-programs/touch-research-institute-\(archives\)\)](https://med.miami.edu/centers-and-institutes/mailman-center/community/other-community-based-programs/touch-research-institute-(archives)))) perteneciente a la Miller School of Medicine en Miami (EEUU). **Estudio** (<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0300443042000230546>) de Hernandez-Reif, M., Field, T., LARGIE, S., Diego, M., Manigat, N., Seoanes, M., & Bornstein, J. (2005). **Los síntomas de parálisis cerebral en niños disminuyeron después de la terapia de masaje.**

Veinte **niños pequeños con parálisis cerebral** reclutados en programas de intervención temprana recibieron 30 minutos de masaje o lectura dos veces por semana durante 12 semanas.

Además, el grupo de masajes **mejoró las puntuaciones cognitivas, sociales y de vestimenta** en el Perfil de Desarrollo, y **mostraron expresiones faciales más positivas** y menos actividad de las extremidades durante las interacciones de juego cara a cara.

- Estudio llevado a cabo en las clínicas de neurología y desarrollo neurológico del **Seattle Children's Hospital** (<https://www.seattlechildrens.org/>) para determinar cómo el masaje puede mejorar la salud de los niños con parálisis cerebral.

Este **estudio** (<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3088521/#sec6>) (2010) se diseñó como la primera etapa de un plan de investigación de tres etapas: un estudio de viabilidad (etapa uno), estudio piloto (etapa dos) y ensayo clínico aleatorio a gran escala (etapa tres).

Las conclusiones del estudio de viabilidad fueron que la mayoría de los padres encuestados creen que los masajes son útiles para sus hijos.

Además, se aportan datos de otras investigaciones que corroboran los beneficios de la terapia de masaje como parte del protocolo de tratamiento para las personas afectadas por parálisis cerebral, recomendando la realización de más pruebas y ensayos controlados.

La recomendación de la terapia de masaje para estos enfermos se basa en los **efectos comprobables desde el punto de vista de la biología**:

- Aumenta el flujo sanguíneo, estimulando el crecimiento de nuevo tejido y la curación de heridas.
- Facilita la eliminación de ácido láctico del músculo.
- Incrementa los niveles de serotonina.

Beneficios de la terapia de masaje para los afectados por enfermedades neurológicas

El masaje puede ofrecer muchos beneficios a las personas afectadas por parálisis cerebral que reciben periódicamente esta terapia. El tipo de masaje y las técnicas a utilizar se adecúan según las necesidades de cada usuario.

- Mejora el tono muscular, aumentando o reduciendo el mismo según convenga.
- Reduce la espasticidad y el dolor derivado de la misma.
- Fomenta la flexibilidad de los músculos.
- Aumenta el rango de movimiento.
- Colabora en conseguir un mayor equilibrio y capacidad de coordinación de movimientos.
- Aumenta la oxigenación, contribuyendo a regular la tensión arterial y la frecuencia cardíaca.
- Ayuda a mejorar la absorción de nutrientes y la función gastrointestinal.
- Contribuye a la mejora del sueño.

Aunque en este artículo nos hemos centrado en el masaje aplicado a los afectados por la parálisis cerebral, cabe decir que los efectos de esta terapia manual pueden ser beneficiosos también para personas afectadas por otras patologías neurológicas como el Parkinson o la **esclerosis múltiple** ([https://esclerosismultiple.com/esclerosis-multiple/que-es-la-esclerosis-multiple/#:~:text=La%20Esclerosis%20M%C3%BAltiple%20\(EM\)%20es,nerviosas%20\(neuronas\)%20por%20error.](https://esclerosismultiple.com/esclerosis-multiple/que-es-la-esclerosis-multiple/#:~:text=La%20Esclerosis%20M%C3%BAltiple%20(EM)%20es,nerviosas%20(neuronas)%20por%20error.)).

Respecto a la esclerosis múltiple, citamos un **estudio** (<https://ijtmbs.org/index.php/ijtmbs/article/view/327>) que muestra la relevancia del masaje en el tratamiento y la

esclerosis múltiple (<https://www.quiromasajistas.net/quiromasaje-como-terapia-complementaria-en-el-tratamiento-de-esclerosis-multiple/>) disminuye

significativamente el nivel de fatiga según la Escala de Índice de Fatiga Modificada, ayudando a estas personas a mantenerse más activas y participativas.

La atención integral a la discapacidad generada por las enfermedades neurológicas es clave en la atención y cuidado de las personas afectadas y la terapia de masaje es una de las herramientas que contribuye a un mejor bienestar.

“*La neurociencia es la ciencia del futuro, del porvenir. La física todavía tiene cosas por descubrir. Se conoce mucho sobre el átomo, sobre la estructura de la materia, sobre las galaxias. Pero todavía queda mucho por hacer. Creo que la gran incógnita actual es el cerebro del hombre.*” (Jean-Pierre Changeux – Profesor, neurocientífico, biólogo, genetista y médico francés.)

Artículos relacionados:



SUSCRÍBETE

EN DIRECTO El Gobierno niega un cupo arancelario para Cataluña: "Las ayudas llegan a empresas no a CCAA"



La doctora Amara Aladel.

Amara Aladel, médica: "Si miras el móvil antes de dormir en España, es como si apagaras la fábrica de tu longevidad"

- El insomnio es un trastorno muy común que se ha visto agravado por el uso excesivo de nuevas tecnologías y dispositivos móviles.
- **Más información:** [Rojas, cardiólogo: "Los que toman kiwi en España una hora antes de irse a la cama se duermen un 50% más rápido"](#)

Vicent Selva

Publicada 5 abril 2025 02:47h

Actualizada 5 abril 2025 09:53h



¿Las mujeres deben dormir más que los hombres?

Bienestar

✓ Fact Checked

Las mujeres deben dormir 20 minutos más que los hombres. Sin embargo, las causas que se esconden tras este tiempo añadido no están definidas por la ciencia

Actualizado a: Martes, 8 Abril, 2025 18:18:21 CEST



Las hormonas se alteran y marcan el sueño con la menstruación, el embarazo o la lactancia. (Fotos: Shutterstock)



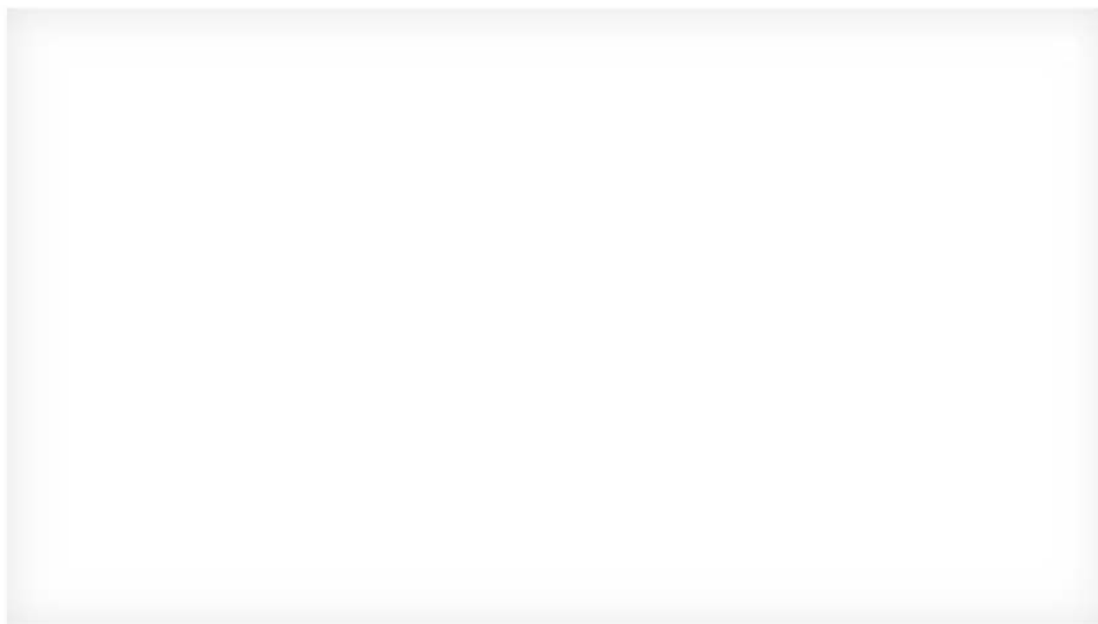
Alicia Cruz Acal

Son varios los estudios que apuntan que sí, que **las mujeres necesitan dormir al menos 20 minutos** más que los hombres de media. Ahora, que tener el cerebro más activo durante el día sea la causa, un tema que de vez en cuando abre debate en redes sociales, es algo que pone en duda **Ainhoa Álvarez**, coordinadora del Grupo de Trabajo de Insomnio de la Sociedad Española de Neurología (SEN): “Esto **no está demostrado**. Es una teoría como otra cualquiera, pero no hay evidencia científica al respecto”, subraya a **CuidatePlus**.

Entonces, **¿qué justifica esos 20 minutos?** La experta repite que la ciencia no es clara al respecto, aunque se cree que se deba a temas hormonales. “Tanto con la

menstruación, como con el **embarazo** o con la **menopausia**, las hormonas cambian y marcan el sueño", subraya. En este sentido, "más que con la regla, cuando las mujeres ovulan sí que se habla de hipersomnia (somnolencia excesiva) y de que necesitan dormir más".

PUBLICIDAD



Por otra parte, Álvarez agrega que **el período de lactancia también puede afectar al descanso**. Así, "dando el pecho a los niños producimos más prolactina (hormona que produce la leche tras el parto y que interviene en el ciclo ovárico), lo que hace que tengamos más sueño profundo", explica. Y es que, como apunta la experta de la SEN, "el cuerpo es sabio" y al encontrarse la mujer en un momento de la crianza en el que duerme poco, **el organismo le recompensa con un sueño más profundo**. "Las hormonas están hechas un poco para que cuando la mujer necesite estar más despierta porque tiene que cuidar a las crías, el cuerpo pueda restaurarse mejor", resalta.

¿Los trastornos de sueño son más frecuentes en mujeres que en hombres?

Algunos trastornos del sueño sí que pueden ser más prevalentes en mujeres. Álvarez pone de ejemplo el **síndrome de las piernas inquietas**. Se trata de un trastorno muy relacionado con el **hierro**, que, por regla general, las mujeres tienen menos debido a la regla. Por esta razón, son más propensas a sufrir esta enfermedad, asegura la experta.

Asimismo, "**también se ha hablado siempre de que las mujeres tienen más insomnio**, pero es verdad que los últimos estudios tampoco lo ven tan claro. No hay diferencias notables entre ambos sexos al respecto", indica. El insomnio es el trastorno del sueño más frecuente. Según la SEN, **el 25-35% de la población adulta española lo sufre de forma transitoria**, mientras que es un problema

crónico en el 10-15%, es decir, unos cuatro millones de españoles.

PUBLICIDAD



Geox - Patrocinado

Penélope Cruz for Geox

[Descubrir más](#)



Geox - Patrocinado

Penélope Cruz for Geox

[Descubrir más](#)



Geox -

Pené

[Descu](#)

Consejos para tratar de dormir lo suficiente

Hombre o mujer, la clave está en cumplir con unos buenos hábitos de sueño. Desde la Sociedad Española de Neurología (SEN), aluden a **seis factores que influyen en la salud del sueño** y, por tanto, en el bienestar en general:

- **La duración:** cuánto se duerme a lo largo del día.
- **La eficiencia:** cuánto se tarda en dormir y si se permanece dormido sin despertares.
- **El momento:** cuándo se duerme.
- **La regularidad:** mantener horarios de sueño y despertar estables.
- **El grado de alerta:** si se es capaz de centrarse y mantener la atención durante las horas de vigilia.
- **La calidad:** si el sueño es reparador.



“Tener buenos hábitos de sueño implica intentar **dormir las horas suficientes acordes con nuestra edad**, mantener un horario de sueño regular y evitar los factores o elementos que puedan alterar nuestro sueño como **cenas copiosas**, sustancias como el **alcohol** o el **tabaco**, el **estrés**, el uso de móviles u ordenadores en los momentos previos a acostarnos o la duración de las **siestas**, que no deberían de exceder los 30 minutos”, detalla **Ana Fernández Arcos**, coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Además, para mantener una buena higiene del sueño, la experta anima a **cuidar el entorno donde se duerme**, a oscuras y en silencio; así como a tratar de realizar **ejercicio físico** de forma regular. Por último, concluye, “recordar que, aunque experimentar cambios puntuales en el sueño es algo normal, cualquier persona que no consiga tener un sueño reparador, a pesar de mejorar sus hábitos, debería consultar con su médico”.

Te recomendamos

Enlaces promovidos por Taboola

Ni correr ni spinning: este es el mejor entrenamiento para perder grasa

Cuidate Plus

Todos los beneficios de comer dátiles

Cuidate Plus

La prematura muerte a los 37 años de su primer y polémico hijo Guillaume: la gran tragedia en la vida de Gérard Depardieu



sugerencias.majadahonda.org/
Ayuntamiento de
MAJADAHONDA

[\(https://www.majadahonda.org/\)](https://www.majadahonda.org/)

<https://www.majadahonda.org/telefonos-y-interes>

www.majadahonda.org/organiza



majadahonda.org (htt... > Ayuntamiento de M... > Comunicación (http... > Noticias (https://ww...
> Majadahonda orga...

NOTICIAS

Buscador de Noticias

Texto

Desde

Hasta

 Buscar

< Majadahonda organiza una charla informativa sobre diagnóstico precoz y síntomas del párkinson

Ayuntamiento de
MAJADAHONDA

(https://www.majadahonda.org)



(/documents/36614/2444481/P%C3%A1rkinson.png/04ad6d01-1dba-bac5-ec5b-c00c64c02ae6?
t=174418518501)

📅 09 abril 2025

- **La charla se celebrará el viernes a las 12 horas en el Centro de Mayores “Reina Sofía” (C/ del Mayor, 1), con motivo del Día Mundial del Parkinson.**
- **El objetivo es informar sobre una enfermedad neurodegenerativa que cada año se diagnostica a más de 10.000 personas en nuestro país, un 15% menor de 50 años.**

El Ayuntamiento de Majadahonda celebrará el próximo viernes 11 de abril una charla informativa titulada “La enfermedad del párkinson”, en colaboración con Cruz Roja. La conferencia comenzará a las 12 horas, en el Centro Municipal de Mayores “Reina Sofía”, coincidiendo con el Día Mundial del Parkinson, proclamado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para concienciar sobre esta enfermedad neurodegenerativa que afecta a millones de personas en todo el mundo.

En esta conferencia, impartida por voluntarios de Cruz Roja, se abordarán cuestiones clave como qué es el párkinson; sus primeros signos; los mitos y realidades en torno a esta enfermedad; la importancia del diagnóstico precoz; los tratamientos actuales; las estrategias para mejorar la calidad de vida de los enfermos o el papel fundamental de familiares y cuidadores. El acceso a la charla es libre hasta completar el aforo de la





El Ayuntamiento de Majadahonda, a través de la Concejalía de Bienestar Social, Familia y Mayores, está comprometido con esta causa, puesto que el párkinson se ha convertido en la segunda enfermedad neurodegenerativa con mayor incidencia entre la población mundial, solo por detrás del Alzheimer. Según datos de la Sociedad Española de Neurología, en nuestro país más de 160.000 personas padecen esta enfermedad neurológica, crónica y progresiva. No solo afecta a personas de edad avanzada: el 15% de los 10.000 nuevos casos que se diagnostican en España corresponde a menores de 50 años.

(<https://www.majadahonda.org>)



AYUNTAMIENTO DE MAJADAHONDA
Plaza Mayor, 3 28220 Majadahonda Madrid

 916 349 100

 916 349 106

CONTACTO ([HTTPS://SUGERENCIAS.MAJADAHONDA.ORG/MAJADAHONDA](https://sugerencias.majadahonda.org/majadahonda))

MAPA WEB ([HTTPS://WWW.MAJADAHONDA.ORG/MAPA-WEB](https://www.majadahonda.org/mapa-web))

AVISO LEGAL ([HTTPS://WWW.MAJADAHONDA.ORG/AVISO-LEGAL](https://www.majadahonda.org/aviso-legal))

POLÍTICA DE PRIVACIDAD ([HTTPS://WWW.MAJADAHONDA.ORG/POLITICA-DE-PRIVACIDAD](https://www.majadahonda.org/politica-de-privacidad))

REGISTRO DE TRATAMIENTOS ([HTTPS://WWW.MAJADAHONDA.ORG/DOCUMENTS/36614/124114/REGISTRO+DE+ACTIVIDADES+DE+TRATAMIENTO+4.PDF/7015C501-66CF-8880-5C64-21F468377698](https://www.majadahonda.org/documents/36614/124114/REGISTRO+DE+ACTIVIDADES+DE+TRATAMIENTO+4.PDF/7015C501-66CF-8880-5C64-21F468377698))

ACCESIBILIDAD ([HTTPS://WWW.MAJADAHONDA.ORG/ACCESIBILIDAD](https://www.majadahonda.org/accesibilidad))

[Portada](#) > [Secciones](#) > INDUSTRIA FARMACÉUTICA

Mayor acceso a biomarcadores y formación, los retos en Esclerosis Múltiple

La sexta edición del NeuroSummit, organizada por Roche Farma, ha reunido a más de 165 profesionales sanitarios

Federico Plaza, Eva Ortega-Paíno y Patrick Wallach.



9 ABR. 2025 5:15H

SE LEE EN 12 MINUTOS

POR [ISAAC CABANELAS](#) [PABLO ÁLVAREZ](#)

TAGS > [ROCHE](#) [ESCLEROSIS MÚLTIPLE](#) [BIOMARCADORES](#)

La [esclerosis múltiple \(EM\)](#) es una enfermedad desmielinizante, autoinmune y crónica del sistema nervioso central, que afecta a **más de 58.000 personas en España**. De hecho, es la causa más frecuente de discapacidad no traumática en adultos jóvenes y de mediana edad.

Predecir los resultados clínicos e identificar la actividad subclínica como respuesta al tratamiento de los pacientes con EM es posible gracias a la cuantificación de **la concentración sérica de neurofilamentos de cadena ligera (sNfLs)**. Esta

herramienta puede facilitar a los profesionales sanitarios el seguimiento de la enfermedad y la monitorización del tratamiento, pero a día de hoy no hay equidad entre las Comunidades Autónomas, de cara a su acceso en el **Sistema Nacional de Salud (SNS)**.

El papel de estos **biomarcadores** es clave para evaluar la neurodegeneración y determinar la actividad de la enfermedad o la respuesta del tratamiento en pacientes con EM. Por ello, la sanidad española tiene dos retos por delante: aumentar la formación en biomarcadores entre los profesionales sanitarios y conseguir un acceso más amplio y equitativo en la práctica clínica habitual. Éstas han sido las dos principales conclusiones del **NeuroSummit 2025**, que ya va por su sexta edición consecutiva.

Investigación en biomarcadores

El acto, que ha reunido a más de 165 profesionales sanitarios, ha sido inaugurado por la secretaria general de Investigación en el Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades, **Eva Ortega-Paíno**. "Este foro cuenta con los mejores expertos nacionales e internacionales en la práctica clínica, en Farmacia Hospitalaria y en gestión sanitaria", ha destacado.



Eva Ortega-Paíno, secretaria general de Investigación en el Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades.

Además, Eva Ortega-Paíno ha puesto en valor el impacto de los biomarcadores en el acceso a **una medicina personalizada**: "El papel de los biomarcadores es crucial en la predicción de la respuesta de los pacientes ante opciones terapéuticas". Aunque, para conseguir que esta nueva tecnología llegue a toda España, "cobra gran importancia el papel de las instituciones públicas de nuestro país".

¿Cómo? Según Eva Ortega-Paíno, impulsando iniciativas que favorezcan la **cooperación entre la investigación y los centros de salud** y, así, llegar a ese tipo de medicina 'ideal': "No es un reto científico solo, sino un desafío social y técnico, es fundamental seguir invirtiendo en [investigación biomédica](#) y en la formación de nuestros científicos".

Respecto a la EM, la secretaria general de Investigación ha reconocido la importancia de los biomarcadores a la hora de identificar "esas dianas que nos sirvan para diseñar tratamientos específicos para diagnosticar cuál va a ser la evolución del paciente". "Haciendo esto de manera efectiva, conseguiremos una salida mucho más humanista y **sostenible**", ha añadido.

Los neurofilamentos como una herramienta "adicional"

Pero, aunque los neurofilamentos permitan caracterizar mejor la enfermedad de los pacientes y sea una forma más amplia de realizar un seguimiento adecuado desde la monitorización de tratamientos hasta incluso establecer un riesgo de una enfermedad más agresiva, "**debe ser un dato adicional** a todas las pruebas que existen en torno a los pacientes". Así lo ha confirmado **Virginia Meca**, coordinadora del Centro de Esclerosis Múltiple del Servicio de Neurología del [Hospital de La Princesa de Madrid](#).



Virginia Meca, coordinadora del Centro de Esclerosis Múltiple del Servicio de Neurología del Hospital de La Princesa de Madrid.

"La EM es una enfermedad muy compleja, por lo que reducirla a una sola determinación no sería posible", ha matizado. En el mismo sentido que Ortega-Paíno, ha explicado que, para generalizar el uso de esta innovación, "hay que tener en cuenta desde la formación hasta facilitar el acceso sencillo de los profesionales a esta determinación, que es **lo más difícil para conseguir la equidad** y que todos se puedan beneficiar".

Una idea con la que coincide **Federico Plaza**, director de Corporate Affairs de [Roche Farma España](#). Desde su punto de vista, para alcanzar el reto de la equidad, la clave está en las instituciones: "Estamos en un momento fundamental, porque estamos generando la evidencia de la efectividad, de la seguridad y del impacto que tiene la gestión de la patología". Por ello, el siguiente paso se debe dar "a través del Ministerio de Sanidad y de las comunidades autónomas, para que los biomarcadores se formalicen a través de la cartera común de servicios del SNS" y, así, "garantizar que esta prestación es **uniforme en todo el territorio**".



Federico Plaza, director de Corporate Affairs de Roche Farma España.

Por su parte, **Pilar Díaz**, jefa del Servicio de Farmacia del [Hospital Nuestra Señora de Candelaria](#), ha valorado el trabajo de los farmacéuticos de hospital y ha hecho hincapié en su formación "para estar al servicio del paciente y en colaboración con los equipos clínicos". Como ejemplo de esa formación, ha mencionado a los grupos de atención a pacientes con una determinada patología de la [Sociedad Española de Farmacia Hospitalaria \(SEFH\)](#).

Y es que el **Grupo de Trabajo de Atención Farmacéutica en Enfermedades Neurológicas (Geafen)** de la SEFH, del que ha sido coordinadora varios años y en el que actualmente forma parte del grupo coordinador, "potencia la formación entre los compañeros mediante cursos de formación, actividades disciplinares y jornadas". Un conjunto de acciones con un claro objetivo: que la información llegue al farmacéutico y la pueda aplicar e incorporar a nuevas tecnologías, como en el caso de los neurofilamentos.



Pilar Díaz, jefa del Servicio de Farmacia del Hospital Nuestra Señora de Candelaria.

El impacto de los biomarcadores en la esclerosis múltiple

Por otro lado, el encuentro ha contado con numerosas ponencias relacionadas con la implementación en la sanidad de los neurofilamentos y el uso de los biomarcadores como herramienta de sostenibilidad. La primera de ellas, titulada 'Impacto de los biomarcadores en EM & NMOSD (Trastorno del Espectro de la Neuromielitis Óptica)', se ha centrado en la tecnología para llevar a cabo las determinaciones, con sistemas que permiten la detección de biomarcadores en sangre de forma precisa. Durante su intervención, el coordinador de la Unidad de Esclerosis Múltiple del [Hospital Clínico Universitario Virgen de la Arrixaca de Murcia](#), **José Meca**, ha señalado que los neurofilamentos, al final, tienen que ser **un complemento de las resonancias magnéticas**.



José Meca, coordinador de la Unidad de Esclerosis Múltiple del Hospital Clínico Universitario Virgen de la Arrixaca de Murcia.

Según ha explicado Meca, los hospitales no siempre cuentan con el sistema que se usa en los ensayos clínicos para hacer estas determinaciones, por lo que al final, "cada uno tiene que hacer la determinación con lo que tiene". Como ha incidido Virginia Meca, coordinadora del Centro de Esclerosis Múltiple del Servicio de Neurología del Hospital de La Princesa de Madrid, "el acceso a la tecnología más adecuada es la principal barrera". "No existe un problema de conocimiento. Los neurólogos conocen la literatura, ya que la evidencia es ya muy amplia".

Sin embargo, para **Manuel Comabella**, jefe del laboratorio de Neuroinmunología Clínica de la Fundació Institut de Recerca del Hospital Vall d'Hebron, también **falta consenso en la práctica clínica**: "Hay que definir qué pacientes se miden con neurofilamentos y qué valor consideras alto para tomar una decisión clínica. Faltan directrices".



Manuel Comabella, jefe del laboratorio de Neuroinmunología Clínica de la Fundació Institut de Recerca del Hospital Vall d'Hebron.

La experiencia en la práctica clínica

Quienes se han encargado de definir la tarea principal de los biomarcadores han sido el neurólogo y especialista en EM del Hospital Universitario Ramón y Cajal **Enric Monreal** y el neurólogo canadiense **Mark Freedman**. "Permiten detectar los **mecanismos inmunopatológicos** y la degradación de órganos", ha apuntado Monreal. Y no solo eso, sino que también "ofrecen información sobre la actividad de la enfermedad en curso, que puede no ser evidente a partir de los síntomas clínicos o la propia exploración", según Freedman.



Mark Freedman, neurólogo del Ottawa Hospital de Canadá.



Enric Monreal, neurólogo y especialista en Esclerosis Múltiple del Hospital Universitario Ramón y Cajal.

Pero no solo tienen ventajas desde el punto de vista clínico. **María Isidoro**, jefa del Servicio de Análisis Clínicos y Bioquímica Clínica del [Complejo Asistencial Universitario de Salamanca](#), ha argumentado por qué un biomarcador es **sinónimo de sostenibilidad**: "Un diagnóstico más precoz permite asignar los recursos más pronto. De esta forma,

disminuímos costes, medicación y visitas a Urgencias, lo que provoca una mayor sostenibilidad en el sistema".

"Hay que gastar bien", ha añadido el jefe del Servicio de Neurología del [Hospital Universitario Cruces](#) de Bizkaia, **Alfredo Rodríguez-Antigüedad**, en la mesa redonda 'Biomarcadores como herramientas de sostenibilidad'. ¿Cómo se consigue? Según el facultativo, dándole a cada paciente lo que necesita en cada momento. De hecho, ha subrayado que gracias a la medicina de precisión, que se alcanza gracias a los biomarcadores, se consigue **mejorar la calidad de vida del paciente**.



María Isidoro, jefa de Servicio de Análisis Clínicos y Bioquímica Clínica del Complejo Asistencial Universitario de Salamanca.



Alfredo Rodríguez-Antigüedad, jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario Cruces de Bizkaia.

Un tratamiento "caro" es el que no funciona

Una opinión que **Alberto Jiménez**, jefe del Servicio de Farmacia del [Hospital Universitario Virgen de las Nieves](#) ha resumido en una frase: "El tratamiento más caro es aquel que no funciona". Por ello, es importante que innovaciones como los biomarcadores lleguen a todos los hospitales del SNS. "Hay que conseguir que las instituciones, a través de la colaboración público-privada, consideren que se deben incluir en la cartera de servicios común de las regiones, y no en la complementaria", ha desarrollado Federico Plaza.

Por ahora, queda esperar a que se cumpla la inclusión, aunque **Luisa María Villar**, jefa del Servicio de Inmunología del [Hospital Universitario Ramón y Cajal](#), lo tiene claro: "El futuro de los biomarcadores en la práctica clínica debería ser utilizarlos ahora". Y para utilizarlos, la cooperación entre los hospitales, la Administración y empresas como Roche Farma España "es fundamental".



Alberto Jiménez, jefe del Servicio de Farmacia del Hospital Universitario Virgen de las Nieves.



Luisa María Villar, jefa del Servicio de Inmunología del Hospital Universitario Ramón y Cajal.

El laboratorio farmacéutico cuenta con 2.500 empleados aproximadamente en España y sus funciones principales son la investigación, el desarrollo y la comercialización de fármacos. "Sí, comercializamos, porque intentamos que llegue a los pacientes", ha explicado la directora médica de la compañía, **Mariluz Amador**.

El compromiso de Roche Farma se basa en incorporar la innovación y la tecnología, así como soluciones integrales. Además, focalizan su esfuerzo en obtener **nuevas moléculas** y hacer que se beneficien de ellas el mayor número de pacientes.



Mariluz Amador, directora médica de Roche Farma España.

"En Neurología, nuestro modo de trabajo es entender qué es la ciencia y para ello investigamos". Ejemplo de esa investigación es el estudio desarrollado por Roche en colaboración con la [Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#) **NewFeeLs-MS**. En dicha investigación se entrevistó a **más de 100 neurólogos nacionales** y se llegó a una serie de conclusiones en cuanto al conocimiento general, basadas en seguir formando a profesionales sobre el uso que tienen los biomarcadores y en su impacto en la monitorización de la enfermedad y el tratamiento.

Formación y accesibilidad, los dos retos del Sistema Nacional de Salud. Dos desafíos que tienen solución, pero que solo llegarán como producto del trabajo en común de profesionales sanitarios, instituciones y hospitales.



Federico Plaza, Luisa María Villar, Eva Ortega-Paño y Patrick Wallach, director general de Roche Farma España.



Alfredo Rodríguez-Antigüedad, Mariluz Amador y Luisa María Villar.



Eva Ortega-Paino inaugura el NeuroSummit 2025.

Las informaciones publicadas en Redacción Médica contienen afirmaciones, datos y declaraciones procedentes de instituciones oficiales y profesionales sanitarios. No obstante, ante cualquier duda relacionada con su salud, consulte con su especialista sanitario correspondiente.



UNA PUBLICACIÓN DE

Sanitaria^{digital}



Copyright © 2004 - 2025 Sanitaria 2000

[Aviso legal y condiciones de uso](#)

Soporte válido 3-23-WCM Redacción Médica: La información que figura en esta edición digital está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que se requiere una formación especializada para su correcta interpretación

[QUIÉNES SOMOS](#)

[PUBLICIDAD](#)

[POLÍTICA DE PRIVACIDAD](#)

[POLÍTICA DE COOKIES](#)

[INSCRIPCIÓN ACTIVIDADES](#)

agencia.digital

| 323WCM30

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

Cuál es el mayor riesgo para la salud de dormir pocas horas

C. Amanda Osuna

~4 minutos



Una mujer con insomnio (Freepik)

Al igual que llevar una dieta equilibrada y hacer ejercicio físico, **dormir las suficientes horas** es otro pilar fundamental de la salud. De hecho, algunas investigaciones sugieren que la calidad del sueño puede influir directamente en el riesgo de desarrollar enfermedades neurodegenerativas como el [Alzheimer](#). Según la Sociedad Española de Neurología (SEN), más del 60% de los españoles duermen una media de **seis horas al día** entre semana.

Se ha demostrado que una arquitectura del sueño alterada, en particular la falta de sueño profundo y de movimientos oculares rápidos (REM), podría estar vinculada a un mayor deterioro cognitivo.

Por ello, una óptima **calidad del sueño** podría ser una estrategia clave para reducir el riesgo de enfermedades cerebrales, abriendo nuevas vías para tratamientos preventivos y enfoques terapéuticos en el cuidado de la salud mental.

Precisamente una nueva investigación liderada por la Facultad de Medicina de Yale en New Haven (Estados Unidos) revela que proporciones más bajas de etapas específicas del sueño están asociadas con un volumen cerebral reducido en regiones vulnerables al **desarrollo de la enfermedad de Alzheimer** con el tiempo.

El estudio se ha publicado en la *Journal of Clinical Sleep Medicine* y los resultados mostraron que las personas con menor tiempo dedicado al sueño de ondas lentas y al sueño de movimientos oculares rápidos presentaron volúmenes menores en **regiones cerebrales críticas**, en particular la región parietal inferior, que se sabe que experimenta cambios estructurales tempranos en la enfermedad de Alzheimer.

0 seconds of 2 minutes, 34 secondsVolume 90%

El doctor Daniel Pérez Chada explica por qué el dormir es una actividad esencial para el ser humano.

Los resultados se ajustaron para considerar posibles factores de confusión, como características demográficas, antecedentes de **tabaquismo**, consumo de **alcohol**, **hipertensión** y enfermedad coronaria.

“Nuestros hallazgos proporcionan evidencia preliminar de que la reducción de la neuroactividad durante el sueño puede contribuir a la atrofia cerebral, lo que podría aumentar el riesgo de enfermedad de Alzheimer”, expone el autor principal, Gawon Cho, doctor en salud pública y asociado postdoctoral en la Facultad de Medicina de Yale en New Haven.

“Estos resultados son particularmente significativos porque ayudan a

caracterizar **cómo la deficiencia de sueño**, un trastorno prevalente entre adultos de mediana edad y mayores, puede estar relacionada con la patogénesis de la enfermedad de Alzheimer y el deterioro cognitivo", añade.

El estudio consistió en el análisis de datos de 270 participantes con una mediana de edad de 61 años. El 53 % eran mujeres y todos los participantes eran blancos. Se excluyó del análisis a quienes habían sufrido previamente un ictus, una posible demencia u otra patología cerebral significativa. La investigación utilizó **polisomnografía** para evaluar la arquitectura basal del sueño y se emplearon técnicas avanzadas de **neuroimagen** para medir el volumen cerebral entre 13 y 17 años después.

Según los autores, el estudio demuestra una asociación importante entre el **sueño y la salud cerebral** a largo plazo y destaca oportunidades potenciales para reducir el riesgo de enfermedad de Alzheimer. "La arquitectura del sueño puede ser un factor de riesgo modificable para la enfermedad de Alzheimer y las demencias relacionadas, lo que plantea la oportunidad de explorar intervenciones para reducir el riesgo o retrasar la aparición del Alzheimer", concluye Cho.

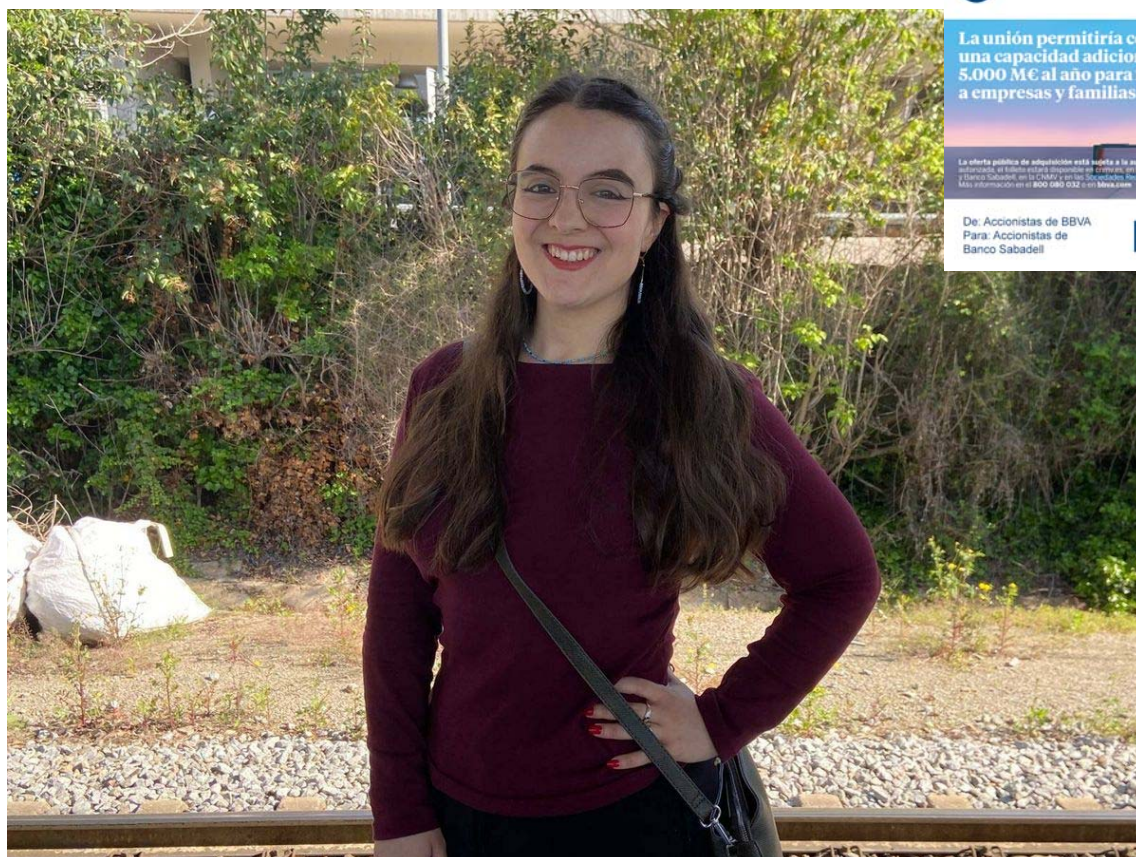
**Con información de Europa Press*

Bienestar

MISOFONÍA

El martirio de vivir con una furia sonora constante: "En mi casa no se comen pipas"

Algunas personas padecen sensibilidad selectiva al sonido, un trastorno neurológico que consiste en la intolerancia a los ruidos cotidianos producidos por el cuerpo de otras personas, como comer, sorber, toser, masticar



Ariadna, una chica que padece misofonía. (Cedida)

Por **Andrea Muñoz**

09/04/2025 - 05:00



Cuando **Ariadna tenía alrededor de 11 años**, algo en ella cambió. Se sentaba a comer con su familia y le molestaba **escuchar los ruidos que hacían**, una sensación que nunca había experimentado antes y que recuerda como "un martirio".

"Me **volvía iracunda**, o se iban ellos de la mesa, o me marchaba yo", [comenta a este periódico](#). La joven, que tiene ahora 27, confiesa que nunca llegó a verbalizar su problema en el colegio por miedo al estigma y la falta de comprensión.



ALZHEIMER

Nanotecnología en la lucha contra el Alzheimer: avances prometedores

- ✓ La nanotecnología representa un horizonte lleno de posibilidades en la lucha contra el Alzheimer. Desde la detección temprana hasta las terapias dirigidas.
- ✓ Nanotecnología y nuevos materiales
- ✓ ¿Qué es la nanotecnología?
- ✓ ¿Qué se entiende por nanomedicina?
- ✓ Estados Unidos está absorbiendo la atmósfera y no hay vuelta atrás: los expertos lo han confirmado
- ✓ El descubrimiento sobre la Muralla China que cambia la historia: se construyó para...



Nanotecnología y Alzheimer.



FRANCISCO MARÍA

Colaboro en diferentes medios y diarios digitales, blogs temáticos, desarrollo de páginas Web, redacción de guías y manuales didácticos,...

08/04/2025 11:00 ACTUALIZADO: 08/04/2025 11:00

El Alzheimer es una de las enfermedades cerebrales más importantes y retadoras del siglo XXI. Según datos de Alzheimer's Disease International, se estima que su incidencia se multiplicará exponencialmente en los próximos 25 años. Ante este escenario, **los científicos están valiéndose de la biotecnología**, a través de la aplicación de la nanotecnología para combatir la enfermedad.

En un reciente estudio científico, investigadores del Instituto Tecnológico de Massachusetts (MIT) han desarrollado **una novedosa técnica basada en la aplicación de estas nanopartículas para tratar la inflamación del cerebro**, un síntoma clave del Alzheimer (EA).

PUBLICIDAD

'The Mind Guardian' de Samsung, el videojuego que detiene el deterioro cognitivo

Alfonso Fernández, CMO & 'head to direct consumer' de Samsung Electronics Iberia, presenta The Mind Guardian, una aplicación gratuita que utiliza inteligencia artificial para ayudar en la detección temprana del deterioro cognitivo.



RECENT



'The Mind Guardian' de Samsung, el videojuego que detiene el deterioro cognitivo



El nuevo mapa del Branding: crecer o morir



François Bazini (Schweppes): «No hemos cambiado de público, pero sí

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestra web. Si sigues utilizando este sitio asumiremos que estás de acuerdo.

Vale



Tras doce años impulsando la tecnología con impacto positivo, Samsung lanzó **'The Mind Guardian'**, un proyecto que se remonta al año 2014 con la creación de un grupo de investigadores de las universidades de Vigo y Santiago de Compostela para detener el deterioro cognitivo con técnicas de gamificación e inteligencia artificial.

Así es como el centro de investigación de Tecnologías de Telecomunicación de Galicia (atlanTTic) perteneciente a la Universidad de de Vigo, se encargó de concentrar en forma de videojuego la evaluación de las memorias episódica, ejecutiva, memoria de trabajo, memoria semántica, memoria procedimental y de atención. No obstante, **no es hasta 2022 cuando Samsung Iberia no entró en la ecuación para hacer pruebas en formato de aplicación gratuita** para hacer una autoevaluación en el ámbito domiciliario.

Samsung convierte la prevención en propósito con The Mind Guardian



Trump extiende el
plazo de TikTok en
EEUU mientras
negocia con China

Alfonso Fernández, CMO & head to direct consumer fde The Mind Guardian.

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestra web. Si sigues utilizando este sitio asumiremos que estás de acuerdo.

Vale

muchos casos. «Se demuestra el enorme potencial de la tecnología para la detección temprana de deterioro cognitivo en masa; algo muy costoso en tiempo y recursos mediante las técnicas actuales de cribado», reconoce **Alfonso Fernández**, CMO & *head to direct consumer* de **Samsung Electronics Iberia**.

The Mind Guardian cuenta con el aval de la Sociedad Española de Neurología y ofrece a las personas afectadas, bien sean familiares o cuidadores considerando «la detección temprana como un vector de mejora significativa en la calidad de vida facilitando intervenciones más efectivas desde las etapas iniciales de la enfermedad, por lo que nosotros **manejamos unas cifras de impacto potencial de hasta 2,5 millones de personas, entre usuarios de la aplicación y prescriptores**», explica Fernández a **IPMARK**.

De esta manera, **The Mind Guardian detecta de manera precoz los primeros signos de deterioro cognitivo** y aumentar la calidad de vida hasta 10 años, así como reducir los efectos de las demencias hasta un 40%. «En el proyecto de investigación en que se basa la aplicación, los profesionales de los ámbitos clínico y técnico, constataron como premisa de partida que las aplicaciones más atractivas para los adultos mayores son los videojuegos: tienen mayor adherencia y apetecen más», reconoce **Alfonso Fernández**.

El CMO & *head to direct consumer* de **Samsung Electronics Iberia** recuerda que se analizaron pruebas de usabilidad con pacientes y usuarios provenientes de asociaciones de personas mayores y entidades vinculadas con el tratamiento de las demencias. «**Para el diseño del proyecto se han llevado a cabo diversos pilotos con personas mayores en diferentes centros de día**, asociaciones de personas mayores y entidades vinculadas con el tratamiento de las demencias y, adicionalmente, también se ha llevado a cabo una la validación de usabilidad en el marco de un proyecto

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestra web. Si sigues utilizando este sitio asumiremos que estás de acuerdo.

Vale

Claves de la app

Su diseño integra todas las pruebas en una única experiencia con una interfaz intuitiva y accesible, facilitando su uso para cualquier persona a partir de los 55 años. **Para obtener un resultado, el usuario debe completar tres pruebas dentro del videojuego**, que aluden a estos tres ámbitos de análisis:

- Memoria episódica:** el usuario recorre una pequeña ciudad, observando listas de elementos. Posteriormente, deberá identificarlos en recorridos activos por la ciudad.
- **Memoria procedimental:** prueba de agilidad y coordinación en la que el usuario sigue con el dedo un círculo en movimiento, que gira a distintas velocidades y direcciones.
- **Memoria semántica:** se presentan tres imágenes relacionadas entre sí, de las cuales solo una es la opción correcta en términos de asociación semántica.

Tecnología con aval clínico

Samsung pone a disposición gratuitamente The Mind Guardian en Google Play y Galaxy Store, dentro de su iniciativa **Tecnología con Propósito**, un programa 100% local con más de 12 años de trayectoria impulsando proyectos innovadores orientados a resolver desafíos sociales en áreas clave como la educación, la cultura, la accesibilidad, el bienestar, la empleabilidad y el emprendimiento, con el fin de generar un impacto positivo y significativo en la sociedad.

Además, **si el usuario lo desea, tras realizar las pruebas en The Mind Guardian es posible descargar los resultados** obtenidos en formato PDF con un distintivo de la Sociedad Española de Neurología (SEN), para que pueda acudir con esta información a consulta médica y explicar claramente el tipo de test que ha realizado, facilitando así un posible

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestra web. Si sigues utilizando este sitio asumiremos que estás de acuerdo.

Vale

The Mind Guardian ha sido diseñado y homologado específicamente para el contexto del territorio español, utilizando tests de memoria convencionales aplicados en entornos sociosanitarios de práctica clínica en España. Actualmente, la aplicación está disponible únicamente en idioma castellano, ya que el entorno cultural y lingüístico influye directamente en la fiabilidad de la evaluación cognitiva. Y solo para tablets, porque la validez de los resultados está comprobado en pantallas de más de 11 pulgadas.

«Hasta ahora, la detección del deterioro cognitivo dependía solo de pruebas neuropsicológicas administrados por especialistas, lo que supone un proceso largo y complejo. Y aunque The Mind Guardian en ningún caso las sustituye, sí que las agiliza de forma considerable. **Cualquier persona puede realizar una autoevaluación rápida y accesible desde su hogar**, lo que no solo agiliza la identificación de posibles signos de deterioro, sino que también otorga a los usuarios para tomar medidas preventivas y adoptar hábitos de vida más saludables», concluye Fernández, de **Samsung Electronics Iberia**.



El nuevo mapa del Branding: crecer o morir

TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestra web. Si sigues utilizando este sitio asumiremos que estás de acuerdo.

Vale