

[\(/index.php\)](#)

[Inicio](#) (/) / [Extremadura](#) (/noticias/2-extremadura/) / Experta en epilepsia en Quirónsalud Clideba incide en importancia de un diagnóstico precoz

## Experta en epilepsia en Quirónsalud Clideba incide en importancia de un diagnóstico precoz

La doctora Juana Rondón subraya que conocer los síntomas asociados a la epilepsia puede prevenir el desencadenamiento de una crisis.

[\(#facebook\)](#) [\(#twitter\)](#) [\(#pinterest\)](#) [\(#linkedin\)](#) [\(#email\)](#) [\(#print\)](#)

**10 febrero 2025** | Publicado : 12:13 (10/02/2025) | Actualizado: 18:15 (10/02/2025)

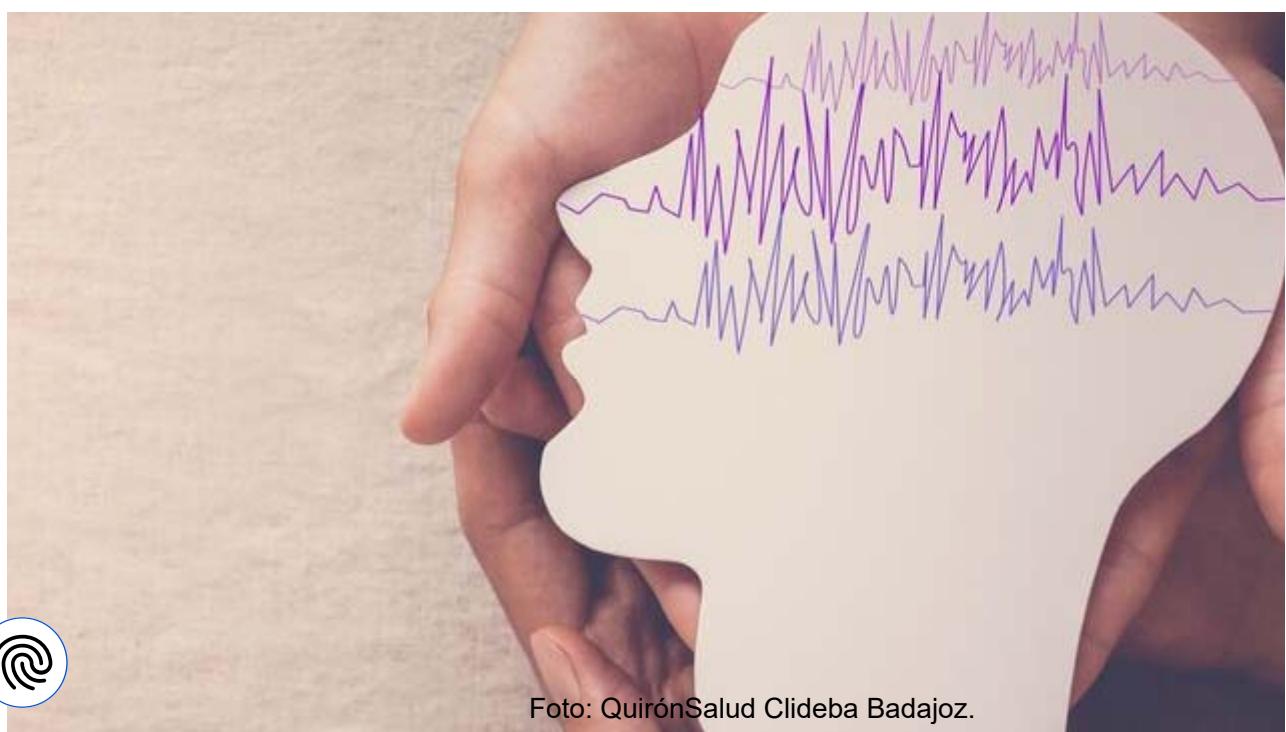


Foto: QuirónSalud Clideba Badajoz.

La epilepsia es una enfermedad que en España afecta a unas 400.000 personas, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), caracterizada por la predisposición a la aparición de crisis epilépticas que se producen por una actividad neuronal "anormal y excesiva".

Este lunes, 10 de febrero, se conmemora su Día Internacional para concienciar de una patología cuyos síntomas a menudo son pasados por alto, lo cual puede llegar a provocar un retraso de hasta 10 años en su diagnóstico, según la SEN, y la repetición de crisis epilépticas debido a la falta de un tratamiento efectivo.

Así pues, por este motivo, la doctora Juana Rondón, neuróloga especialista en epilepsia en el Hospital Quirónsalud Clideba de Badajoz, destaca lo importante que es conocer los síntomas para la detección temprana y la validación de un diagnóstico precoz con el que abordar la enfermedad desde sus primeras manifestaciones.

"Las manifestaciones de los síntomas son muy diversas dependiendo del área afectada: visión de luces, sensación de hormigueo, distorsión en la percepción olfativa y gustativa, sacudidas de las extremidades o desviación involuntaria de la cabeza o el tronco", ha subrayado.

En este caso se trata de síntomas asociados a las crisis focales, que son aquellas en las que "se activa una red de neuronas limitada a una pequeña parte del hemisferio cerebral, con síntomas localizados en el área que está siendo activada".

A su vez, en el siguiente estadio se encontrarían las crisis generalizadas, donde la activación neuronal es mucho más extensa, lo cual puede derivar en otras manifestaciones motoras como pérdida de la conciencia con caída al suelo, mordedura de lengua, salida de orina y convulsiones.

"Es muy importante señalar que las crisis epilépticas tienen muy corta duración, de segundos o de uno o dos minutos", recuerda la doctora Rondón, quien advierte que "si la duración se prolongase más de cinco minutos estaríamos ante una emergencia médica conocida como estado epiléptico".

Entre los factores que pueden desencadenar una crisis epiléptica destacan la privación parcial o total del sueño, el consumo de alcohol y otras drogas, algunos medicamentos, los cambios hormonales producidos durante el ciclo menstrual o el estrés, entre otros.

"También hay un grupo de epilepsias llamadas reflejas en las que las crisis se desencadenan con la exposición del paciente a ciertos estímulos como el televisor, la luz o la música", añade la doctora Juana Rondón.

## DIAGNÓSTICO PRECOZ Y TRATAMIENTO



Este modo, ante la aparición de cualquiera de los síntomas citados, la experta en epilepsia de Quirónsalud Clideba recomienda acudir a un centro médico para ser evaluado por un especialista.

"Si el neurólogo o el epileptólogo considera que hay una sospecha diagnóstica solicitará las pruebas pertinentes en función de cada caso, ya sea una electroencefalografía ?idealmente video-EEG?, pruebas de neuroimagen e incluso estudios genéticos", ha destacado.

"La importancia de un diagnóstico precoz radica en la instauración de un tratamiento efectivo y oportuno", avisa la especialista.

Una vez hecho el diagnóstico se dispone tanto de tratamiento farmacológico como no farmacológico. La mayoría de los pacientes, entre un 70% y 80%, logran controlar la epilepsia con un fármaco anticrisis. El resto, entre un 20% y un 30%, padece lo que se conoce como epilepsia refractaria o farmacorresistente, que se da cuando el paciente no responde a al menos dos fármacos anticrisis prescritos adecuadamente.

"En estos casos cobra una gran importancia la evaluación por el especialista en epilepsia, quien va a determinar de manera apropiada si el tratamiento ha sido el adecuado o si el paciente es candidato a tratamientos no farmacológicos como el estimulador del nervio vago o la cirugía de epilepsia", explica la facultativa de Quirónsalud Clideba. Y es que con el tratamiento quirúrgico es posible obtener excelentes resultados, incluso la desaparición de crisis epilépticas.

Independientemente del tratamiento, la doctora Rondón recuerda que hay una serie de consejos que han de seguirse para tratar de prevenir una nueva crisis epiléptica como "tener horarios de sueños regulares, evitar el consumo de alcohol y otras sustancias tóxicas, evitar situaciones peligrosas que puedan conducir a traumatismos de cráneo y tomar correctamente la medicación".

Además, recomienda no abusar del uso de dispositivos electrónicos en el caso de epilepsia refleja y controlar los factores de riesgo cardiovascular para evitar la epilepsia asociada a la enfermedad cerebrovascular por ictus, según informa Quirónsalud Clideba en una nota de prensa.

## QUIRÓNSALUD

A día de hoy, Quirónsalud es el grupo de salud líder en España y, junto con su matriz Fresenius-Helios, también en Europa. Además de su actividad en España, está también presente en Latinoamérica. Conjuntamente, cuenta con más de 50.000 profesionales en más de 180 centros sanitarios, entre los que se encuentran 57 hospitales con más de 8.000 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializado y de prestigio internacional.

Entre sus centros, se encuentran el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitari Dexeus, Policlínica Gipuzkoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrado Corazón, etc.

A su vez, el Grupo trabaja en la promoción de la docencia (diez de sus hospitales son universitarios) y la investigación médica-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).



imismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus

investigaciones.

Actualmente, Quirónsalud está desarrollando multitud de proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.



MARTES, 11 FEBRERO DE 2025

[QUIÉNES SOMOS \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/QUIENES-SOMOS/\)](https://www.saludadiario.es/quienes-somos/)

[CONTACTO \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/CONTACTO/\)](https://www.saludadiario.es/contacto/)

[f \(HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/SALUDADIARIONOTICIAS/\)](https://www.facebook.com/saludadiarionoticias/)

[t \(HTTPS://TWITTER.COM/SADIARIO\)](https://twitter.com/sadiario)



Portada (<https://www.saludadiario.es/>) »

Neurólogos alertan sobre los peligros del uso excesivo de las redes sociales, sobre todo en niños y adolescentes, para la salud cerebral

[SALUD PÚBLICA \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/SALUD-PUBLICA/\)](https://www.saludadiario.es/salud-publica/) DÍA MUNDIAL INTERNET DE SEGURO

## Neurólogos alertan sobre los peligros del uso excesivo de las redes sociales, sobre todo en niños y adolescentes, para la salud cerebral

El visionado de videos cortos reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la creatividad / En menores, alteran el neurodesarrollo de aspectos como el afecto, el control de impulsos, el lenguaje o la capacidad de aprendizaje

[S.A.D \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/AUTOR/S-A-D/\)](https://www.saludadiario.es/autor/s-a-d/) 11 DE FEBRERO DE 2025

[o \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/SALUD-PUBLICA/NEUROLOGOS-ALERTAN-SOBRE-LOS-PELIGROS-DEL-USO-EXCESIVO-DE-LAS-REDES-SOCIALES-SOBRE-TODO-EN-NINOS-Y-ADOLESCENTES-PARA-LA-SALUD-CEREBRAL/#RESPOND\)](https://www.saludadiario.es/salud-publica/neurologos-alertan-sobre-los-peligros-del-uso-excesivo-de-las-redes-sociales-sobre-todo-en-ninos-y-adolescentes-para-la-salud-cerebral/#respond)



Gestionar el consentimiento de las cookies

Para ofrecer las mejores experiencias, utilizamos tecnologías como las cookies para almacenar y/o acceder a la información del dispositivo. El consentimiento de estas tecnologías nos permitirá procesar datos como el comportamiento de navegación o las identificaciones únicas en este sitio. No consentir o retirar el consentimiento, puede afectar negativamente a ciertas características y funciones.

Aceptar

Denegar

Ver preferencias

[Política de cookies \(https://www.saludadiario.es/politica-de-cookies/\)](https://www.saludadiario.es/politica-de-cookies/)

[Política de Privacidad \(https://www.saludadiario.es/politica-de-privacidad/\)](https://www.saludadiario.es/politica-de-privacidad/)

[Aviso Legal \(https://www.saludadiario.es/aviso-legal/\)](https://www.saludadiario.es/aviso-legal/)



El segundo martes de febrero se celebra el Día Internacional de Internet más Seguro, cuyo objetivo es promover un uso responsable y seguro de la red, especialmente entre niños y jóvenes.

www.facebook.com/

España es el paí

España es el país avanzado donde los menores dedican más tiempo a navegar por las redes sociales, normalmente desde tablets y teléfonos móviles, y se estima que los españoles de entre 4 y 18 años pasan hasta 4 horas de media al día conectados fuera de las aulas. Además, casi 7 de cada 10 niños de entre 10 y 12 años reconoce tener una red social, a pesar de que ~~en este país se establece~~ ~~esta~~ ~~edad~~ ~~de los~~ ~~14~~ años el límite de edad 

para poder tener un perfil en las redes sociales. **Son numerosos los estudios que han señalado los diversos efectos negativos que** Para mejorar las experiencias, utilizamos tecnologías como las cookies para almacenar y/o acceder a la información del dispositivo. El consentimiento de estas tecnologías nos permitirá procesar datos como el comportamiento de navegación o las identificaciones únicas en este sitio. No consentir o retirar el consentimiento, puede afectar negativamente a ciertas características y funciones.

tienen los contenidos de las redes sociales para la salud cerebral en todo tipo de

población, destacando que el exceso de visionado de videos cortos en redes sociales ~~reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la~~ <sup>mental</sup> ~~reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la~~ <sup>testimonio</sup> ~~reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la~~ <sup>de uso excesivo de las redes sociales</sup> sobre todo en

aprendizaje", comenta el Dr. David Ezpeleta, vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología (<https://www.sen.es/>) (SEN) y responsable del Área de Neurotecnología e [www.neurodiario.es/](http://www.neurodiario.es/) Inteligencia Artificial.

Inteligencia Artificial

[www.saludadiario.es/politica-de-cookies/](http://www.saludadiario.es/politica-de-cookies/)

Política de Privacidad (<https://>

[www.saludadiario.es/politica-de-privacidad/](http://www.saludadiario.es/politica-de-privacidad/)

Aviso Legal (<https://>

[www.saludadiario.es/aviso-legal/](http://www.saludadiario.es/aviso-legal/)

“Otros estudios, más centrados en sus efectos en niños y adolescentes, incluso han observado cambios en el neurodesarrollo de regiones y redes cerebrales relacionadas con los afectos, la motivación o en el sistema de recompensa cerebral, e incluso pérdida de sustancia blanca en las áreas que sustentan el lenguaje y la alfabetización emergente. Todos estos datos son realmente muy preocupantes”, añade.

“Pero, además, las redes sociales también pueden influir negativamente en la salud mental de los usuarios (<https://www.saludadiario.es/salud-publica/las-redes-sociales-amenazan-la-salud-mental-de-los-adolescentes/>), algo que se ha visto sobre todo en la autopercepción de la imagen corporal de muchos niños adolescentes y en el aumento de las tasas de depresión e incluso de conducta suicida (ideación e intento) en jóvenes”, señala el Dr. Jesús Porta- Etessam, presidente de la SEN.

Y es que, en la última década, según datos de la Fundación ANAR (Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo), los problemas de salud mental en niños y adolescentes españoles han crecido de manera significativa a medida que también lo ha hecho la presión por tener presencia y notoriedad en las redes sociales. Los últimos informes de la Fundación ANAR destacan, sobre todo, que en los últimos 12 años se han multiplicado por 35 las conductas suicidas, pero también las autolesiones, la ansiedad, la tristeza, la depresión o los trastornos de la alimentación.

## ‘Brain rot’

A finales de 2024 conocíamos que la Universidad de Oxford había elegido como palabra del año el término “brain rot” -que se podría traducir como “podredumbre cerebral”-, para referirse al deterioro del estado mental o intelectual de una persona como resultado del consumo excesivo de informaciones triviales que recibimos a través de las redes sociales.

Gestionar el consentimiento de las cookies



Para ofrecer las mejores experiencias, utilizamos tecnologías como las cookies para almacenar y/o acceder a la información del dispositivo. El consentimiento de estas tecnologías nos permitirá procesar datos como el comportamiento de navegación o las identificaciones únicas en este sitio. No consentir o retirar el consentimiento, puede afectar negativamente a ciertas características y funciones.

la Universidad de Oxford la considero como la expresión del año por la creciente popularización que está adquiriendo a modo de confesión, principalmente por parte de las generaciones más jóvenes, de la enorme cantidad de contenidos superfluos que

consumimos diariamente en las redes sociales y que además puede crear adicción: cuando el cerebro está sometido a estímulos repetidos que liberan pulsos de dopamina, percibe una sensación de bienestar y se activa el mismo circuito de recompensa cerebral que se pone en marcha en otros comportamientos adictivos como el de las drogas o el juego.

Ver preferencias

salud-

Política de cookies (<https://www.saludadiario.es/politica-de-cookies/>)

Política de Privacidad (<https://www.saludadiario.es/politica-de-privacidad/>)

Aviso Legal (<https://www.saludadiario.es/aviso-legal/>)

Países como China ya han decidido regular las horas que pasan los adolescentes con el

teléfono y, otros, como Australia han aprobado una ley para prohibir el acceso de los menores de 16 años a las redes sociales. En España, donde se estima que el 21% de los adolescentes es adicto a la red y casi un 10% reconoce que accede a sus redes sociales cada 15 minutos, también se está estudiando incrementar la edad de acceso a redes sociales a los menores. España es, además, el país avanzado en el que los menores dedican más tiempo a navegar por las redes sociales.

## Reflexión social

“Pero independientemente de la legislación, por nuestra salud mental y cerebral es importante que todos hagamos una reflexión sobre cómo usamos la tecnología y qué tipo de relación queremos tener con ella. Desde el punto de vista de la salud la clave siempre estará en el equilibrio, haciendo un uso sensato y comedido de las redes sociales, sin olvidar la importancia de tener amigos de carne y hueso, socializar físicamente con ellos, hacer deporte al aire libre, leer libros en papel, subrayar o escribir a mano, entre otras cuestiones, comenta el Dr. David Ezpeleta.

“Y también es importante que los padres reflexionemos sobre la inconveniencia de utilizar nuestros móviles como un “chupete digital” cuando se los dejamos a nuestros hijos, si debemos retrasar la compra de su primer smartphone, si nosotros damos buen ejemplo con su uso o si supervisamos y velamos porque ellos también estén haciendo un buen uso de las tecnologías”, señala el Dr. Jesús Porta-Etessam.

Ante la relevante presencia de las nuevas tecnologías en nuestro día a día, la Sociedad Española de Neurología quiere recordar la importancia de ser conscientes del impacto que pueden tener en nuestra salud y recomienda tratar de establecer un límite de tiempo diario de uso de nuestros móviles y redes sociales, priorizar los contenidos educativos creativos en las fuentes digitales, tratar de educar en un uso responsable a los niños y adolescentes fomentando su pensamiento crítico y no olvidar nunca la relevancia que tiene para nuestro cerebro seguir realizando actividades no digitales, como la lectura, el ejercicio al aire libre o quedar con los amigos y familiares.

Aceptar

**TAGS**

[ADOLESCENTES \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/ADOLESCENTES/\)](https://www.saludadiario.es/tag/adolescentes/)

[PELGROS DE INTERNET \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/PELEGROS-DE-INTERNET/\)](https://www.saludadiario.es/tag/pelegros-de-internet/)

Denegar

[REDES SOCIALES \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/REDES-SOCIALES/\)](https://www.saludadiario.es/tag/redes-sociales/)

[SALUD CEREBRAL \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/SALUD-CEREBRAL/\)](https://www.saludadiario.es/tag/salud-cerebral/)

Ver preferencias

[SALUD MENTAL \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/SALUD-MENTAL/\)](https://www.saludadiario.es/tag/salud-mental/)

[Politica de cookies \(HTTPS://WWW.SALUDADIARIO.ES/TAG/Politica-de-cookies/\)](https://www.saludadiario.es/tag/politica-de-cookies/)

Política de Privacidad (https://www.saludadiario.es/politica-de-privacidad/)

[www.saludadiario.es/politica-de-privacidad/\)](https://www.saludadiario.es/politica-de-privacidad/)

Aviso Legal (https://www.saludadiario.es/aviso-legal/)

---

**ES NOTICIA** La PALABRA CANARIA que nadie entiende HACIENDA confirma el cambio MADRID en el punto de m

**OKSALUD**

ÚLTIMAS NOTICIAS ACTUALIDAD MEDICAMENTOS PACIENTES FARMACIA NUTRICIÓN SALUD SEXUAL

**SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEUROLOGÍA (SEN)**

## Más de 4 horas al día enganchados a internet: así afecta a la salud cerebral de niños y jóvenes

- ✓ Los españoles de entre 4 y 18 años pasan hasta 4 horas de media al día conectados fuera de las aulas
- ✓ En niños y adolescentes alteran el neurodesarrollo de aspectos como el afecto, el control de impulsos o el aprendizaje
- ✓ El exceso de visionado de videos cortos en redes sociales reduce la capacidad de concentración





## DIEGO BUENOSVINOS

Especialista en periodismo de Salud en OKDIARIO; responsable de Comunicación y Prensa en el Colegio de Enfermería de León. Antes, redactor jefe en la Crónica el Mundo de León y colaborador...

**11/02/2025 00:40** Actualizado: **11/02/2025 00:40**

El segundo martes de febrero se celebra el Día Internacional de Internet más Seguro, cuyo objetivo es promover un uso responsable y seguro de la red, especialmente entre niños y jóvenes. España es el país avanzado donde los menores dedican más tiempo a navegar por las redes sociales, normalmente desde tablets y teléfonos móviles, y se estima que los españoles de entre 4 y 18 años pasan hasta 4 horas de media al día conectados fuera de las aulas. Además, casi 7 de cada 10 niños de entre 10 y 12 años reconoce tener [una red social](#), a pesar de que en nuestro país está fijado en los 14 años el límite de edad para poder tener un perfil en las redes sociales.

«Son numerosos los estudios que han señalado los diversos efectos negativos que tienen los contenidos de las redes sociales para la salud cerebral en todo tipo de población, destacando que el exceso de visionado de videos cortos en redes sociales reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la creatividad, además de incidir de forma negativa en la capacidad de retención y aprendizaje», comenta el Dr. David Ezpeleta, Vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y responsable del Área de Neurotecnología e Inteligencia Artificial.

Así explica también que otros estudios, más centrados en sus efectos en niños y adolescentes, incluso han observado «cambios en el neurodesarrollo de regiones y redes cerebrales relacionadas con los afectos, la motivación o en el sistema de recompensa cerebral, e incluso pérdida de sustancia blanca en las áreas que sustentan el lenguaje y la alfabetización emergente. Todos estos datos son realmente muy preocupantes».

«Pero, además, las redes sociales también pueden influir negativamente en la salud mental de los usuarios, algo que se ha visto sobre todo en la autopercepción de la imagen corporal de muchos niños adolescentes y en el aumento de las tasas de depresión e incluso de conducta suicida (ideación e intento) en jóvenes», señala el Dr. Jesús Porta- Etessam, Presidente de la SEN.

Y es que, en la última década, según datos de la Fundación ANAR (Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo), los problemas de salud mental en niños y adolescentes españoles han crecido de manera significativa a medida que también lo ha hecho la presión por tener presencia y notoriedad en las redes sociales. Los últimos informes de la Fundación ANAR destacan, sobre todo, que en los últimos 12 años se han multiplicado por 35 las conductas suicidas, pero también las autolesiones, la ansiedad, la tristeza, la depresión o los trastornos de la alimentación.

A finales de 2024 conocíamos que la Universidad de Oxford había elegido como palabra del año el término brain rot -que se podría traducir como “podredumbre cerebral”-, para referirse al deterioro del estado mental o intelectual de una persona como resultado del consumo excesivo de informaciones triviales que recibimos a través de las redes sociales. La Universidad de Oxford la consideró como la expresión del año por la creciente popularización que está adquiriendo a modo de confesión, principalmente por parte de las generaciones más jóvenes, de la enorme cantidad de contenidos superfluos que consumimos diariamente en las redes sociales y que además puede crear adicción: cuando el cerebro está sometido a estímulos repetidos que liberan pulsos de dopamina, percibe una sensación de bienestar y se activa el mismo circuito de recompensa cerebral que se pone en marcha en otros comportamientos adictivos como el de las drogas o el juego.

Países como China ya han decidido regular las horas que pasan los adolescentes con el teléfono y, otros, como Australia han aprobado una ley para prohibir el acceso de los menores de 16 años a las redes sociales. En España, donde se estima que el 21% de los adolescentes es adicto a la red y casi un 10% reconoce que accede a sus redes sociales cada 15 minutos, también se está estudiando incrementar la edad de acceso a redes sociales a los menores. España es, además, el país avanzado en el que los menores dedican más tiempo a navegar por las redes

sociales.

«Pero independientemente de la legislación, por nuestra salud mental y cerebral es importante que todos hagamos una reflexión sobre cómo usamos la tecnología y qué tipo de relación queremos tener con ella. Desde el punto de vista de la salud la clave siempre estará en el equilibrio, haciendo un uso sensato y comedido de las redes sociales, sin olvidar la importancia de tener amigos de carne y hueso, socializar físicamente con ellos, hacer deporte al aire libre, leer libros en papel, subrayar o escribir a mano, entre otras cuestiones», comenta el Dr. David Ezpeleta.

«Y también es importante que los padres reflexionemos sobre la inconveniencia de utilizar nuestros móviles como un *chupete digital* cuando se los dejamos a nuestros hijos, si debemos retrasar la compra de su primer smartphone, si nosotros damos buen ejemplo con su uso o si supervisamos y velamos porque ellos también estén haciendo un buen uso de las tecnologías», señala el Dr. Jesús Porta-Etessam.

Ante la relevante presencia de las nuevas tecnologías en nuestro día a día, la Sociedad Española de Neurología quiere recordar la importancia de ser conscientes del impacto que pueden tener en nuestra salud y recomienda tratar de establecer un límite de tiempo diario de uso de nuestros móviles y redes sociales, priorizar los contenidos educativos y creativos en las fuentes digitales, tratar de educar en un uso responsable a los niños y adolescentes fomentando su pensamiento crítico y no olvidar nunca la relevancia que tiene para nuestro cerebro seguir realizando actividades no digitales, como la lectura, el ejercicio al aire libre o quedar con los amigos y familiares.

**TEMAS:** [Cerebro](#) • [Internet](#) • [Jóvenes](#) • [Redes sociales](#)

Temas | VPO Residencial Artillería Tiempo Sevilla Mafia Taxi Sevilla Terremoto Sevilla Colegio Calvo Sotelo Betis-Bayern Munich Gent-Be >



Iniciar sesión



Actualidad Pacientes Investigación y Tecnología Nutrición y Bienestar Encuentros Opinión

VIVIENDA VPO a precio limitado en Artillería

## Neurólogos advierten que más del 20% de los adolescentes españoles son adictos a las redes sociales

La SEN advierte que el 'scroll' reduce la capacidad de concentración, la memoria y la autoestima

[Nueve de cada diez mujeres sienten culpa por dedicar tiempo a cuidarse](#)



Adolescentes haciendo un selfie / IA

M. H.

11 de febrero 2025 - 08:31



El vicepresidente de la [Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#) y responsable del Área de Neurotecnología e Inteligencia Artificial, David Ezpeleta, ha alertado sobre los peligros del **uso excesivo** de las **redes** sociales, sobre todo en niños y adolescentes, para la salud cerebral.

"Algunos estudios, más centrados en sus efectos en niños y adolescentes, incluso han observado **cambios en el neurodesarrollo de regiones y redes cerebrales** relacionadas con los afectos, la **motivación** o en el sistema de recompensa cerebral, e incluso **pérdida de sustancia blanca en las áreas que sustentan el lenguaje y la alfabetización emergente**. Todos estos datos son realmente muy preocupantes", ha explicado el especialista.

Dr. David Ezpeleta

En el marco del **Día Internacional de Internet más Seguro**, que se celebra el segundo martes de febrero, la SEN ha apuntado que "son numerosos los estudios que han señalado los **diversos efectos negativos** que tienen los contenidos de las redes sociales para la salud cerebral en todo tipo de población, destacando que el exceso de **visionado de videos cortos en redes sociales reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la creatividad**, además de incidir de forma negativa en la capacidad de retención y aprendizaje", ha comentado Ezpeleta.

## **Bajada de autoestima y conductas suicidas**

Además, las redes sociales también pueden influir negativamente en la salud mental de los usuarios, "algo que se ha visto sobre todo en la

**autopercepción de la imagen corporal** de muchos niños adolescentes y en el **aumento de las tasas de depresión e incluso de conducta suicida** (ideación e intento) en jóvenes", ha señalado el presidente de la SEN, Jesús Porta- Etessam.

Y es que, en la última década, según datos de la Fundación ANAR (Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo), los problemas de salud mental en niños y adolescentes españoles han crecido de manera significativa a medida que también lo ha hecho la presión por tener presencia y notoriedad en las redes sociales.

## Transtornos de alimentación

Los últimos informes de la Fundación ANAR destacan, sobre todo, que en **los últimos 12 años se han multiplicado por 35 las conductas suicidas**, pero también las **autolesiones, la ansiedad, la tristeza, la depresión o los trastornos de la alimentación**.

En España, donde se estima que el 21% de los adolescentes es adicto a la red y casi un 10% reconoce que accede a sus redes sociales cada 15 minutos, también se está estudiando incrementar la edad de acceso a

redes sociales a los menores.

España es, además, el país avanzado en el que los menores dedican más tiempo a navegar por las redes sociales.

## **"Tengamos amigos de carne y hueso"**

"Pero independientemente de la legislación, por nuestra salud mental y cerebral es importante que todos hagamos una reflexión sobre cómo usamos la tecnología y qué tipo de relación queremos tener con ella.

Desde el punto de vista de la salud "la clave siempre estará en el equilibrio, haciendo un uso sensato y comedido de las redes sociales, sin olvidar la importancia de **tener amigos de carne y hueso**, socializar físicamente con ellos, hacer deporte al aire libre, leer libros en papel, subrayar o escribir a mano, entre otras cuestiones", ha indicado Ezpeleta.

"Y también es importante que los padres reflexionemos sobre la inconveniencia de utilizar nuestros móviles como un '**chupete digital**'

cuando se los dejamos a nuestros hijos, si debemos retrasar la compra de su primer smartphone, si nosotros damos buen ejemplo con su uso o si supervisamos y velamos porque ellos también estén haciendo un buen uso de las tecnologías", ha afirmado Porta-Etessam.

TE PUEDE INTERESAR

**La psiquiatra Marián Rojas explica por qué nos enganchan las pantallas: "Las redes sociales fueron diseñadas para ser adictivas"**

**Arranca en Sevilla 'Visión sobre ruedas', campaña para sensibilizar sobre salud oftalmológica**

**¿Es bueno que los hombres hagan pis sentados para mejorar la próstata?**

Síguenos en [Whatsapp](#), [Instagram](#), [Facebook](#) o apúntate a alguna de nuestras [Newsletters](#).

**Increíble: la calculadora muestra el valor de su casa al instante (eche un vistazo)**

[VALOR DE LA VIVIENDA](#) | [ANUNCIOS DE BÚSQUEDA](#) | [PATROCINADO](#)

[Más información](#)

**Los mejores zapatos para caminar para personas mayores.**

Incluso en largas caminatas, no sentirás fatiga.

[JONATHANDE.COM](#) | [PATROCINADO](#)

**Camarotes de crucero sin vender (Eche un vistazo a los precios)**

[GOSEARCHES](#) | [SEARCH ADS](#) | [PATROCINADO](#)

**Gama KONA Híbrida y Eléctrica**

Más grande, atrevido y dinámico. El KONA perfecto para tu vida

[HYUNDAI ESPAÑA](#) | [PATROCINADO](#)

**¿Te atreves a conducirlo?**

Desafía ya tus límites y los del Nuevo Nissan Qashqai

[NUEVO QASHQAI HÍBRIDO](#) | [PATROCINADO](#)

[Prueba ahora](#)

[CATALÁN](#)[CASTELLANO](#)[LLEIDA](#) [COMARCAS](#) [SUCESOS](#) [DEPORTES](#) [SOCIEDAD](#) [ECONOMÍA](#) [AGRICULTURA](#) [CULTURA](#) [OPINIÓN](#) [AGENDA](#) [!\[\]\(c6747d08ffcbb3c0701a343df825d2f1\_img.jpg\)](#) [BOT](#)[SALUD](#)

## Epilepsia: la importancia de conocer los síntomas más allá de las convulsiones

La neuróloga Juana Rondón alerta que el retraso en la detección puede prolongarse hasta una década, afectando a 400.000 españoles que padecen esta enfermedad

- + [El 40% de los casos de cáncer se podría evitar](#)
- + [“Me detectaron un cáncer por casualidad y nada será igual”](#)

[SOCIEDAD](#)

**Así serán los nuevos controles de alcohol en carretera: adiós a soplar**

[Més informació](#)



Robina Weermeijer / Unsplash

SEGRE

Creado: 10.02.2025 | 17:54

Actualizado: 10.02.2025 | 17:54

La **detección temprana de la epilepsia** resulta fundamental para garantizar un tratamiento eficaz, según advierte la doctora Juana Rondón, neuróloga especialista del Hospital Quirónsalud Clideba de Badajoz. La experta señala que el desconocimiento de los síntomas puede retrasar el diagnóstico hasta 10 años, lo que impide establecer un tratamiento adecuado y aumenta el riesgo de crisis recurrentes.

En España, la **epilepsia afecta a aproximadamente 400.000 personas**, de acuerdo con datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Esta patología neurológica se caracteriza por episodios de actividad cerebral anormal y excesiva que provocan crisis epilépticas de diversa intensidad.

Los síntomas varían según el área cerebral afectada, distinguiéndose crisis generalizadas. Las primeras, localizadas en zonas específicas, suelen manifestarse como destellos luminosos, hormigueos, alteraciones de la percepción o movimientos involuntarios. Las crisis generalizadas, más graves, afectan a todo el cerebro, causando pérdida de conciencia, convulsiones y otros síntomas asociados.



SOCIEDAD

Así serán los nuevos controles de alcohol en carretera: adiós a soplar

## Factores desencadenantes y diagnóstico

Més informació

La especialista identifica diversos factores que pueden precipitar una crisis epiléptica, como

la falta de sueño, el consumo de alcohol y drogas, cambios hormonales o estrés. También existe un tipo específico de epilepsia refleja, desencadenada por estímulos externos como televisión, luz o música.

## Tratamiento y control de la enfermedad

Entre un 70% y 80% de los pacientes logran controlar la epilepsia mediante fármacos anticonvulsivos. Sin embargo, existe un 20-30% que desarrolla epilepsia refractaria, requiriendo evaluación especializada para considerar tratamientos alternativos como estimulación del nervio vago o cirugía.

## Medidas preventivas esenciales

Para prevenir nuevas crisis, los especialistas recomiendan mantener horarios regulares de sueño, evitar sustancias tóxicas, protegerse contra traumatismos craneales, seguir rigurosamente la medicación prescrita y controlar factores de riesgo cardiovascular. En casos de epilepsia refleja, se aconseja moderar el uso de dispositivos electrónicos.

### Hoy también te recomendamos



**Una mujer diagnosticada de cáncer de mama: "Nada volverá a ser como antes"**



**Dos individuos atropellan con un patinete a un hombre de 70 años en un paso cebra en Lleida y huyen sin socorrer**



**Amenaza con una pistola de balines a unos operarios en Lleida porque no podía dormir la siesta**

Síguenos en redes sociales para estar al tanto de toda la actualidad, comentar noticias y hacernos llegar los temas que consideres de interés: [Instagram](#), [Facebook](#), [X](#), [LinkedIn](#), [TikTok](#) y [canal de Whatsapp](#). También nos puedes enviar tu información mediante [este formulario](#).



**SOCIEDAD**

**Así serán los nuevos controles de alcohol en carretera: adiós a soplar**

[Més informació](#)



## PSICOLOGÍA

# Así influye el uso excesivo de las redes sociales en la salud cerebral de los niños

*La Sociedad Española de Neurología advierte del impacto que tiene en la salud mental de niños y adolescentes el abuso de la tecnología y las RRSS.*



por Redacción Consejos

17 horas antes



El uso prolongado de redes sociales, en especial el consumo de videos cortos, está generando consecuencias preocupantes en la salud cerebral y mental, según alerta la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**. Este fenómeno afecta a toda la población, pero resulta particularmente **preocupante en niños y adolescentes**, cuyos cerebros aún están en proceso de desarrollo.

### **Deterioro de la concentración y la memoria**

Estudios recientes han evidenciado que la exposición excesiva a contenidos breves en redes sociales **reduce la capacidad de concentración, afecta la memoria y disminuye la creatividad**. La constante estimulación de contenido efímero

interfiere con los procesos cognitivos necesarios para el aprendizaje y la retención de información, lo que a largo plazo puede comprometer la toma de decisiones y la resolución de problemas.

**El doctor David Ezpeleta, vicepresidente de la SEN y especialista en Neurotecnología e Inteligencia Artificial**, destaca que el consumo excesivo de este tipo de contenido está modificando la actividad cerebral, reduciendo la capacidad de retención y aprendizaje.

Además, en niños y adolescentes, este fenómeno ha mostrado impactar el neurodesarrollo, **alterando funciones como el control de impulsos, el lenguaje, la motivación y la regulación emocional**.

### **Riesgo para la salud mental y el bienestar emocional**

El impacto de las redes sociales no se limita a la esfera cognitiva. Su uso descontrolado también ha sido relacionado con un aumento significativo en los trastornos de salud mental, especialmente en poblaciones jóvenes. Según el Dr. Jesús Porta-Etessam, presidente de la SEN, la presión social derivada del uso de estas plataformas contribuye a una percepción distorsionada de la propia imagen corporal, promoviendo ansiedad, depresión y en los casos más graves, ideación suicida.

Datos de la Fundación ANAR revelan que, en los últimos 12 años, las conductas suicidas en niños y adolescentes en España se han multiplicado por 35. A esta alarmante estadística se suman el incremento en los casos de autolesiones, trastornos de alimentación y episodios de ansiedad, asociados a la constante exposición a estándares inalcanzables de perfección y validación social.

### **«Brain Rot» y el efecto adictivo de las Redes Sociales**

En 2024, la Universidad de Oxford seleccionó el término «brain rot» (“podredumbre cerebral”) como palabra del año, haciendo referencia al deterioro cognitivo derivado del consumo excesivo de contenido trivial en redes sociales. Esta expresión se ha popularizado entre los jóvenes como una descripción de la sensación de fatiga mental tras pasar horas en plataformas digitales.

Desde el punto de vista neurocientífico, este fenómeno está vinculado a la activación constante del sistema de recompensa cerebral. La dopamina, neurotransmisor relacionado con el placer, se libera ante cada nuevo estímulo recibido en redes sociales, generando un círculo de dependencia similar al observado en otras adicciones, como el juego patológico o el consumo de sustancias.

## Regulaciones y medidas preventivas

El creciente reconocimiento de los efectos adversos de las redes sociales ha llevado a varios países a implementar regulaciones. En China, por ejemplo, se han establecido límites en el tiempo de uso de dispositivos electrónicos para menores de edad, mientras que Australia ha prohibido el acceso a redes sociales a menores de 16 años. En España, donde el 21% de los adolescentes es considerado adicto a Internet y cerca del 10% accede a sus redes cada 15 minutos, también se está evaluando la posibilidad de aumentar la edad mínima para el uso de estas plataformas.

## Estrategias para un uso saludable de la tecnología

La SEN insiste en que, más allá de regulaciones legales, es fundamental una reflexión individual y colectiva sobre la relación que mantenemos con la tecnología. La clave para una convivencia saludable con las redes sociales radica en el equilibrio y la moderación.

El doctor Ezpeleta recomienda mantener **hábitos que fomenten la salud cerebral**, como:

- Reducir el tiempo de uso de redes sociales y **establecer límites** diarios.
- Priorizar el consumo de **contenido educativo y creativo**.
- Fomentar la **interacción social en entornos físicos**, evitando el aislamiento digital.
- Practicar **actividades no digitales** como la lectura, la escritura a mano y el ejercicio físico.
- Evitar el uso del teléfono como «**chupete digital**» en la crianza de los niños.
- **Retrasar la entrega del primer smartphone a menores** y supervisar su uso.

Hospital Universitario La Luz

## Neurologos y neurofisiólogos, una alianza esencial contra la epilepsia

La electroencefalografía (EEG) y la monitorización prolongada son herramientas fundamentales para un diagnóstico certero de la epilepsia





<[HTTPS://FORODIPLOMATICO.COM/AUTHOR/LARA/](https://FORODIPLOMATICO.COM/AUTHOR/LARA/)>

Inbox - Foro Diplomático<[HTTPS://FORODIPLOMATICO.COM/AUTHOR/LARA/](https://FORODIPLOMATICO.COM/AUTHOR/LARA/)>

10/02/2025

En el marco del [Día Internacional de la Epilepsia](https://bluehealthcare.es/7-de-febrero-dia-internacional-de-la-epilepsia/) que hoy se celebra, el equipo de Neurología del [Hospital Universitario La Luz](https://forodiplomatico.com/hospital-la-luz-alta-hospitalaria-insuficiencia-cardiaca-maic-continuum/) destaca la importancia del trabajo en equipo y el uso de herramientas avanzadas como la electroencefalografía (EEG) para mejorar el diagnóstico y tratamiento de esta enfermedad. La epilepsia es un trastorno neurológico que afecta a millones de personas en todo el mundo y que, en muchos casos, requiere estudios especializados para su correcta identificación.

«El diagnóstico de la epilepsia puede ser un reto, ya que existen muchas otras condiciones neurológicas con síntomas similares. Es por eso por lo que la colaboración entre neurólogos y neurofisiólogos es fundamental para ofrecer un abordaje preciso y oportuno», señala el **Doctor David Pérez**, jefe de servicio de neurología del hospital madrileño.

La EEG es una de las herramientas más valiosas en este proceso, ya que permite evaluar la actividad eléctrica del cerebro y detectar posibles anomalías. Sin embargo, como explica la **Doctora Anabel Puente**, jefa Asociada de Neurofisiología del Hospital Universitario La Luz, «en muchos casos, un EEG en estado de vigilia no es suficiente para captar alteraciones sutiles. Por ello, realizamos estudios más específicos, como el EEG durante el sueño y la monitorización prolongada, que nos permiten obtener información más completa sobre la actividad cerebral del paciente».

### Diagnósticos

El EEG de sueño es especialmente útil para detectar crisis epilépticas y descargas anormales que pueden no manifestarse en estudios convencionales. «Muchas crisis ocurren mientras el paciente duerme, por lo que esta prueba nos ayuda a confirmar diagnósticos que de otro modo podrían pasar desapercibidos», explica el **Doctor David Pérez**.

Por otro lado, la monitorización prolongada con EEG permite registrar la actividad cerebral durante un período más extenso, lo que facilita la correlación entre síntomas clínicos y cambios en la actividad eléctrica del cerebro. «Este tipo de estudio resulta crucial para pacientes con crisis atípicas o en quienes las pruebas iniciales no fueron concluyentes», añade la **Doctora Puente**.

### Un abordaje integral y personalizado

El Hospital Universitario La Luz apuesta por un enfoque integral que combina la experiencia de su equipo multidisciplinar con tecnología de vanguardia. «Nuestro objetivo, ofrecer un diagnóstico preciso y diseñar tratamientos personalizados para cada paciente, garantizando así un mejor control de la enfermedad y una mayor calidad de vida», afirma el jefe de servicio de Neurología.

Además, desde el hospital destacan la importancia de la concienciación y la investigación en el campo de la epilepsia. «Aún existen muchos mitos y estigmas en torno a esta enfermedad. Es importante promover el acceso a estudios especializados y mejorar la educación sobre la epilepsia para que los pacientes reciban el apoyo adecuado», concluye la **Doctora Puente**.

### ARTÍCULOS CON COINCIDENCIA

FORO <[HTTPS://FORODIPLOMATICO.COM/FORO-2/](https://forodiplomatico.com/foro-2/)>

### Foro Diplomático <<https://forodiplomatico.com/foro-2/>>

Foro Diplomático acoge el diálogo intelectual, político, económico, científico y tecnológico, así como las manifestaciones culturales y artísticas.

[LEER MÁS >  
<HTTPS://FORODIPLOMATICO.COM/FORO-2/](https://forodiplomatico.com/foro-2/)

### PROTAGONISTAS

[lavanguardia.com](http://lavanguardia.com)

# Un 30% de los casos de epilepsia se podrían evitar con el control de los factores de riesgo

SERVIMEDIA

6-8 minutos

---

MADRID, 10 (SERVIMEDIA)

Cerca de un 30% de los casos de epilepsia se podrían evitar con el control de los factores de riesgo, como traumatismos, infecciones, enfermedades genéticas o problemas vasculares, según afirmó la Sociedad Española de Neurología (SEN), que recordó que esta enfermedad se caracteriza por la presencia de crisis epilépticas y por la predisposición del cerebro a generar dichas crisis.

Con motivo de la celebración hoy del Día Internacional de la Epilepsia, la SEN subrayó que para evitar esta enfermedad sería aconsejable protegerse contra los traumatismos craneales, controlar los factores de riesgo vascular (con una buena dieta, ejercicio, evitando tóxicos, etc.), seguir las pautas de vacunación e higiene, y llevar un correcto seguimiento del embarazo y del parto.

Además, los neurólogos recordaron que esta enfermedad afecta ya en España a casi 500.000 personas mientras que la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que más de 50 millones de personas padecen epilepsia en todo el mundo.

Según se recoge en el informe 'Impacto sociosanitario de las enfermedades neurológicas en España' de la SEN, a escala global,

las personas con epilepsia tienen mayor riesgo de sufrir lesiones físicas que la población general y el riesgo de padecer accidentes fatales es entre dos y cuatro veces superior.

Por otro lado, cerca del 50% de las personas con epilepsia asocian una o más comorbilidades: las enfermedades psiquiátricas, en especial la ansiedad y la depresión, tienen una prevalencia entre 7 y 10 veces superior. Lo mismo sucede con los trastornos cognitivos, la migraña, las enfermedades cardiovasculares y las endocrino-metabólicas.

## MORTALIDAD

En cuanto a la mortalidad, numerosos estudios demostraron que el riesgo de muerte es mayor por epilepsia. La muerte súbita asociada a la epilepsia (Sudep), el estatus epiléptico, el riesgo de suicidio y los accidentes provocados por las crisis son las principales causas que contribuyen a la elevada morbimortalidad asociada a esta enfermedad, según el informe del IHME (Institute for Health Metrics and Evaluation) del Global Burden Disease study (GBD).

En este mismo informe se señaló que la epilepsia no sintomática fue la responsable del 5% del total de años de vida perdidos debido a discapacidad o muerte prematura (DALY) por causa neurológica y del 1,3% de las muertes.

A este respecto, el coordinador del Grupo de Estudio de Epilepsia de la SEN, el doctor Manuel Toledo, subrayó que “la epilepsia es una enfermedad crónica con un alto impacto sobre la calidad de vida, tanto para quien lo sufre como para sus familiares y afecta también a los sistemas sanitarios”.

## CRISIS EPILÉPTICAS

Además de las crisis, esta patología “puede ser una causa importante de discapacidad. En todo el mundo, es una de las enfermedades

neurológicas que más años de vida perdidos por discapacidad produce, aunque su impacto depende de muchos factores, como las enfermedades subyacentes o el grado de respuesta al tratamiento”, añadió.

Cada año se diagnostican más de 2,4 millones de nuevos casos de epilepsia en el mundo, pero incluso en países desarrollados el retraso en el diagnóstico de esta enfermedad puede alcanzar los 10 años.

Entorno a un 10% de la población padecerá una crisis epiléptica a lo largo de su vida y es importante detectar de forma precoz quién llegará a desarrollar la enfermedad, teniendo en cuenta que puede debutar a cualquier edad, aunque tiene una incidencia mayor en niños y adultos mayores.

(SERVIMEDIA)10-FEB-2025 10:22 (GMT +1)ABG/gja

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

YouTube ES

Buscar

Todos InformativosTvc Notici...

¡SALVA a tu CEREBRO de u... Dr. Borja Ban... 727 K...

¡No lo ves venir! NEUROLOGO ADV 1:48:36

LIMPIEZA ENERGÉTICA ... Sat-Chit Músi... 347 usuarios EN DIRECTO

"Cuando desperté, estab... PrensaLibreOficial 21 K... Nuevo

AUDIO CORTESIA LA RED SOLAR Hasta ahí es que me acuerdo yo nada más. 3:13

QUÉ ES LA EPILEPSIA Y... GuiaMed 1,2 M de...

¿QUÉ ES? CAUSAS Y SINTOMAS 18:47

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

Cómo Cambiar tus Hábitos y... Uri Sabat 338 K...

BBVA 55:40

LA CLAVE ESTÁ EN LO QUE MÁS EVITAS 1:25:31

QUIEREN CALLARME PERO VOY A REVELAR 116 ALIMENTOS QUE MÁTAN AL CÁNCER! 17:31

EL CÁNCER TEME A ESTOS... Dr. Veller 256 K... Nuevo

¿Cómo aumentar los... Desansiedad 1,5 M de...

AUMENTA TU OXITOCINA Y BAJA EL CORTISOL 14:36

Una Terapia Completa con... NUDE PROJE... 4,4 M de...

Doctora Anticáncer: 10... Tengo un Plan 1,4 M de...

WYOMING ROMPE EL... FurorTV 554 K...

Yolanda Díaz, ¿ministra de la... LibertadDigital 36 K... Nuevo

Ultima Hora / Se recuperan las... Detrás de Sergio H... 637 K... Nuevo

1 de 2 11/02/2025, 15:52

0 comentarios Ordenar por

Añade un comentario...

RTVC está financiada total o parcialmente por la Administración Pública canaria. Wikipedia

22 visualizaciones hace 19 horas #epilepsia #Canarias #GranCanaria

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la epilepsia afecta ya en España a casi 500.000 personas

...más

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

# Neuróloga insiste en la importancia de conocer los síntomas de la epilepsia para garantizar un diagnóstico precoz

Newsroom Infobae

4-5 minutos

---

La neuróloga especialista en epilepsia Juana Rondón, del Hospital Quirónsalud Clideba de Badajoz, ha insistido en la importancia de que la población y los profesionales conozcan los síntomas de la epilepsia, ya que de lo contrario el diagnóstico puede retrasarse hasta 10 años, provocando la falta de un tratamiento efectivo y la repetición de crisis epilépticas.

Este lunes se conmemora el Día Internacional de la Epilepsia, una enfermedad que en España afecta a unas 400.000 personas, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), y se caracteriza por la predisposición a la aparición de crisis epilépticas que se producen por una actividad neuronal anormal y excesiva.

Rondón ha explicado que los síntomas de la epilepsia son muy diversos dependiendo del área afectada. En el caso de las crisis focales, que son aquellas en las que se "se activa una red de neuronas limitada a una pequeña parte del hemisferio cerebral, con síntomas localizados en el área que está siendo activada", destacan la visión de luces, la sensación de hormigueo, la distorsión en la percepción olfativa y gustativa, las sacudidas de las extremidades o la desviación involuntaria de la cabeza o el tronco.

En el caso de las crisis generalizadas, donde la activación neuronal es mucho más extensa, la experta ha detallado que los síntomas pueden incluir pérdida de la conciencia con caída al suelo, mordedura de lengua, salida de orina y convulsiones.

"Es muy importante señalar que las crisis epilépticas tienen muy corta duración, de segundos o de uno o dos minutos", ha recordado la neuróloga, que ha advertido de que "si la duración se prolongase más de cinco minutos, estaríamos ante una emergencia médica conocida como estado epiléptico".

Juana Rondón ha enumerado a su vez los factores que pueden desencadenar una crisis epiléptica, como son la privación parcial o total del sueño, el consumo de alcohol y otras drogas, algunos medicamentos, los cambios hormonales producidos durante el ciclo menstrual o el estrés. "También hay un grupo de epilepsias llamadas reflejas en las que las crisis se desencadenan con la exposición del paciente a ciertos estímulos como el televisor, la luz o la música", ha añadido.

## DIAGNÓSTICO, TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN

Ante la aparición de cualquiera de los síntomas citados, la experta en epilepsia ha recomendado acudir a un centro médico para ser evaluado por un especialista. En caso de existir una sospecha de epilepsia, las pruebas a realizar podrán comprender una electroencefalografía, pruebas de neuroimagen e incluso estudios genéticos, en función de cada caso.

Una vez hecho el diagnóstico, el tratamiento indicado podrá ser farmacológico o no farmacológico. La mayoría de los pacientes, entre un 70 y un 80 por ciento, logran controlar la epilepsia con un fármaco anticrisis. El resto, entre un 20 y un 30 por ciento, padece lo que se conoce como epilepsia refractaria o farmacorresistente, que se da cuando el paciente no responde a al menos dos fármacos anticrisis

prescritos adecuadamente.

"En estos casos cobra una gran importancia la evaluación por el especialista en epilepsia, quien va a determinar de manera apropiada si el tratamiento ha sido el adecuado o si el paciente es candidato a tratamientos no farmacológicos como el estimulador del nervio vago o la cirugía de epilepsia", ha explicado la facultativa de Quirónsalud Clideba.

Para prevenir una nueva crisis epiléptica, Rondón ha señalado que se debe mantener un horario de sueño regular, evitar el consumo de alcohol y otras sustancias tóxicas, evitar situaciones peligrosas que puedan conducir a traumatismos de cráneo, tomar correctamente la medicación, controlar los factores de riesgo cardiovascular para evitar la epilepsia asociada a la enfermedad cerebrovascular por ictus, y no abusar del uso de dispositivos electrónicos en el caso de epilepsia refleja.



Aragón Radio > Podcast > Emisiones > **Día Internacional de la Epilepsia**

# Día Internacional de la Epilepsia

En La Cadiera



10/02/2025

Duración: 00:14:47



La epilepsia afecta a casi 500.000 personas en España, conocemos los efectos, tratamientos y últimas investigaciones con el Doctor Manuel Toledo, coordinador del Grupo de Estudio de Epilepsia de la Sociedad Española de Neurología y con Ana Millán, paciente y presidenta de la Asociación Aragonesa de Epilepsia (ASADE).

Más podcasts de La Cadiera



La Cadiera Huesca -  
10/02/2025  
Hace 20 horas



La Cadiera Teruel -  
10/02/2025  
Hace 20 horas

Privacidad

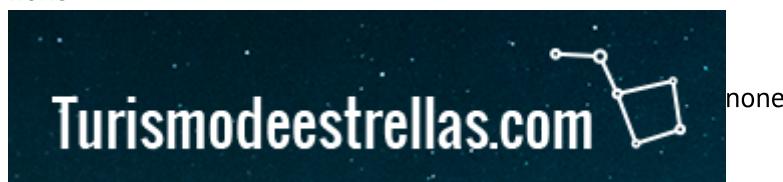
La Cadiera  
Zaragoza -  
Hace 20 horas



La Cadiera de 12h a  
13h - 10/02/2025  
Hace 21 horas



none



none



none

11 Feb 2025 none none none none

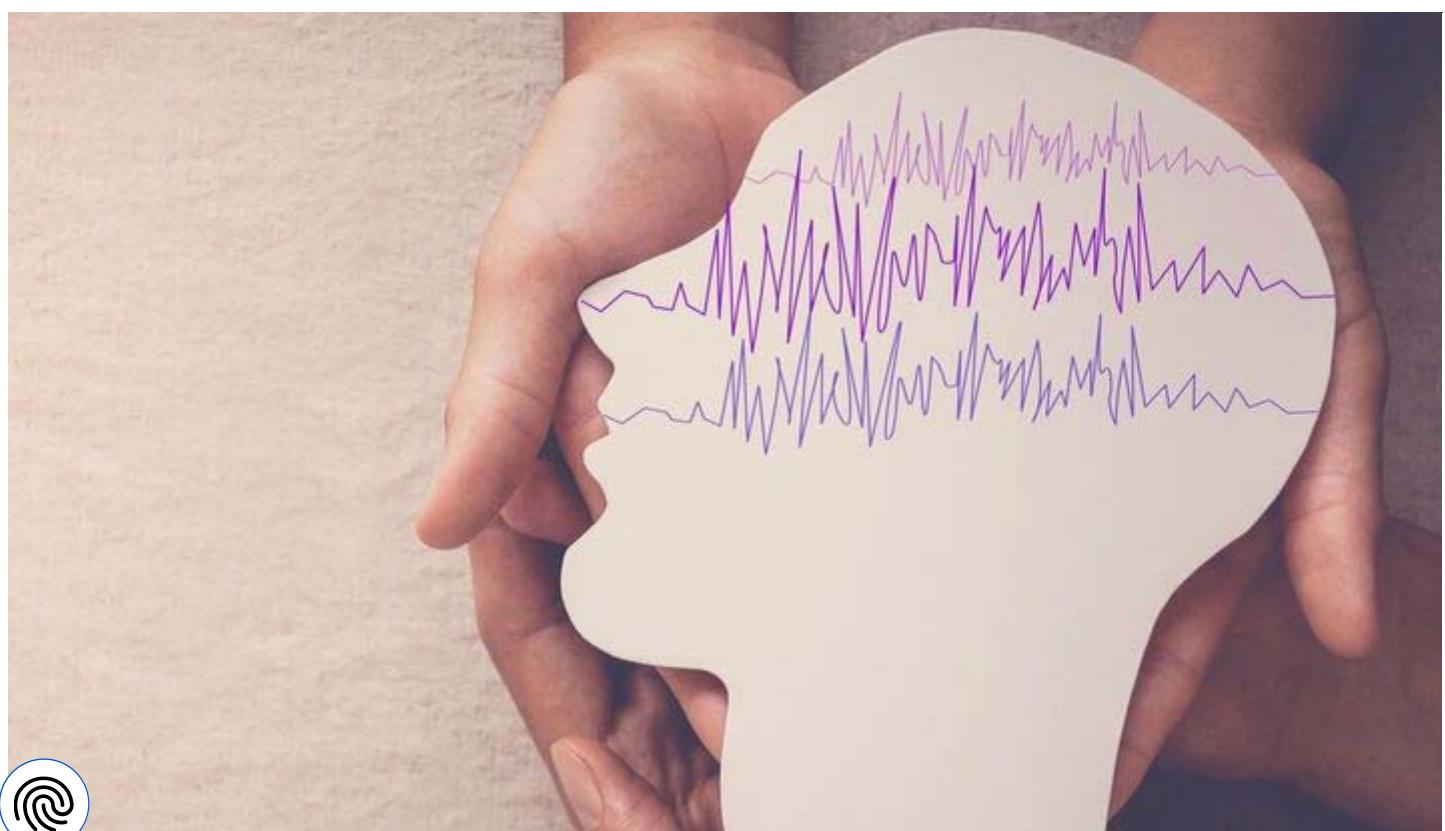
[Suscripción gratuita](#) none

Inicio none / Actualidad none

# Experta en epilepsia en Quirónsalud Clideba incide en importancia de un diagnóstico precoz

La doctora Juana Rondón subraya que conocer los síntomas asociados a la epilepsia puede prevenir el desencadenamiento de una crisis.

10 February 2025 | Fuente: [www.regiondigital.com](http://www.regiondigital.com)



La epilepsia es una enfermedad que en España afecta a unas 400.000 personas, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), caracterizada por la predisposición a la aparición de crisis epilépticas que se producen por una actividad neuronal "anormal y excesiva".

Este lunes, 10 de febrero, se conmemora su Día Internacional para concienciar de una patología cuyos síntomas a menudo son pasados por alto, lo cual puede llegar a provocar un retraso de hasta 10 años en su diagnóstico, según la SEN, y la repetición de crisis epilépticas debido a la falta de un tratamiento efectivo.

Así pues, por este motivo, la doctora Juana Rondón, neuróloga especialista en epilepsia en el Hospital Quirónsalud Clideba de Badajoz, destaca lo importante que es conocer los síntomas para la detección temprana y la validación de un diagnóstico precoz con el que abordar la enfermedad desde sus primeras manifestaciones.

"Las manifestaciones de los síntomas son muy diversas dependiendo del área afectada: visión de luces, sensación de hormigueo, distorsión en la percepción olfativa y gustativa, sacudidas de las extremidades o desviación involuntaria de la cabeza o el tronco", ha subrayado.

En este caso se trata de síntomas asociados a las crisis focales, que son aquellas en las que "se activa una red de neuronas limitada a una pequeña parte del hemisferio cerebral, con síntomas localizados en el área que está siendo activada".

A su vez, en el siguiente estadio se encontrarían las crisis generalizadas, donde la activación neuronal es mucho más extensa, lo cual puede derivar en otras manifestaciones motoras como pérdida de la conciencia con caída al suelo, mordedura de lengua, salida de orina y convulsiones.

"Es muy importante señalar que las crisis epilépticas tienen muy corta duración, de segundos o de uno o dos minutos", recuerda la doctora Rondón, quien advierte que "si la duración se prolongase más de cinco minutos estaríamos ante una emergencia médica conocida como estado epiléptico".

Entre los factores que pueden desencadenar una crisis epiléptica destacan la privación parcial o total del sueño, el consumo de alcohol y otras drogas, algunos medicamentos, los cambios hormonales producidos durante el ciclo menstrual o el estrés, entre otros.

"También hay un grupo de epilepsias llamadas reflejas en las que las crisis se desencadenan con la exposición del paciente a ciertos estímulos como el televisor, la luz o la música", añade la doctora Juana Rondón.

## DIAGNÓSTICO PRECOZ Y TRATAMIENTO

De este modo, ante la aparición de cualquiera de los síntomas citados, la experta en epilepsia de Quirónsalud Clideba recomienda acudir a un centro médico para ser evaluado por un especialista.

"Si el neurólogo o el epileptólogo considera que hay una sospecha diagnóstica solicitará las pruebas pertinentes en función de cada caso, ya sea una electroencefalografía ?idealmente video-EEG?, pruebas de neuroimagen e incluso estudios genéticos", ha destacado.

"La importancia de un diagnóstico precoz radica en la instauración de un tratamiento efectivo y oportuno", avisa la especialista.

Una vez hecho el diagnóstico se dispone tanto de tratamiento farmacológico como no farmacológico. La mayoría de los pacientes, entre un 70% y 80%, logran controlar la epilepsia con un fármaco anticrisis. El resto, entre un 20% y un 30%, padece lo que se conoce como epilepsia refractaria o farmacorresistente, que se da cuando el paciente no responde a al menos dos fármacos anticrisis prescritos adecuadamente.

"En estos casos cobra una gran importancia la evaluación por el especialista en epilepsia, quien va a determinar de manera apropiada si el tratamiento ha sido el adecuado o si el paciente es candidato a tratamientos no farmacológicos como el estimulador del nervio vago o la cirugía de epilepsia", explica la facultativa de Quirónsalud Clideba. Y es que con el tratamiento quirúrgico es posible obtener excelentes resultados, incluso la desaparición de crisis epilépticas.

Independientemente del tratamiento, la doctora Rondón recuerda que hay una serie de consejos que han de seguirse para tratar de prevenir una nueva crisis epiléptica como "tener horarios de sueños regulares, evitar el consumo de alcohol y otras sustancias tóxicas, evitar situaciones peligrosas que puedan conducir a traumatismos de cráneo y tomar puntualmente la medicación".

Además, recomienda no abusar del uso de dispositivos electrónicos en el caso de epilepsia refleja y controlar los factores de riesgo cardiovascular para evitar la epilepsia asociada a la enfermedad cerebrovascular por ictus, según informa Quirónsalud Clideba en una nota de prensa.

## QUIRÓNSALUD

A día de hoy, Quirónsalud es el grupo de salud líder en España y, junto con su matriz Fresenius-Helios, también en Europa. Además de su actividad en España, está también presente en Latinoamérica. Conjuntamente, cuenta con más de 50.000 profesionales en más de 180 centros sanitarios, entre los que se encuentran 57 hospitales con más de 8.000 camas hospitalarias. Dispone de la tecnología más avanzada y de un gran equipo de profesionales altamente especializado y de prestigio internacional.

Entre sus centros, se encuentran el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Centro Médico Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitari Dexeus, Policlínica Gipuzkoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrado Corazón, etc.

A su vez, el Grupo trabaja en la promoción de la docencia (diez de sus hospitales son universitarios) y la investigación médica-científica (cuenta con el Instituto de Investigación Sanitaria de la FJD, acreditado por la Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación).

Asimismo, su servicio asistencial está organizado en unidades y redes transversales que permiten optimizar la experiencia acumulada en los distintos centros y la traslación clínica de sus investigaciones.

Actualmente, Quirónsalud está desarrollando multitud de proyectos de investigación en toda España y muchos de sus centros realizan en este ámbito una labor puntera, siendo pioneros en diferentes especialidades como oncología, cardiología, endocrinología, ginecología y neurología, entre otras.



PUBLICIDAD



PONIENDO LAS CALLES

## El beneficio oculto que revela una neuróloga de la siesta en la salud de una persona que ha dormido las horas suficientes

Los españoles duermen poco, en torno a siete horas, sobre todo, la gente joven y a veces incluso menos, tal y como revela Ana Fernández Arcos



Carlos Moreno 'El Pulpo' conoce todos los secretos del sueño con la doctora Ana Fernández Arcos, del grupo de estudios de trastornos de la vigilia y el sueño de la Sociedad Española de Neurología

 José Manuel Nieto / Carlos Moreno 'El Pulpo'  
Publicado el 11 feb 2025, 02:00  
3 min lectura

Descargar

Más directos



COPE emisión nacional  
**LA TARDE**  
con Pilar García Muñiz



Los españoles, como muchos de nosotros, sabemos que el sueño es un pilar fundamental para mantener nuestra salud física y mental. Sin embargo, la realidad es que, según la doctora Ana Fernández Arcos, neuróloga y experta en trastornos del sueño, los españoles no descansamos lo suficiente. En *Poniendo las Calles* con Carlos Moreno 'El Pulpo', la doctora profundizó en la importancia del descanso nocturno, las consecuencias de no dormir las horas adecuadas y, sobre todo, el beneficio oculto que puede revelar la siesta para las personas que descansan lo suficiente por la noche.

Ana Fernández Arcos comenzó explicando que, en general, los españoles duermen una media de siete horas diarias, y no es raro que los más jóvenes lleguen a dormir incluso menos. Este déficit

Más directos tanto  
aunque  
icia".



COPE emisión nacional

**LA TARDE**

con Pilar García Muñiz



PUBLICIDAD



El sueño reparador, ese que nos permite levantarnos renovados y con energía, es crucial para mantener un adecuado funcionamiento de todos nuestros sistemas. Un descanso de calidad, como el que deben disfrutar los adultos entre siete y nueve horas, nos permite recuperarnos tanto física como emocionalmente. La doctora señaló que el sueño adecuado ayuda a prevenir lesiones, mantiene nuestro sistema inmunológico activo y regula la función cardiovascular. A nivel cognitivo, un buen descanso es esencial para mantener una buena memoria, atención y equilibrio emocional.

[Más directos](#)

COPE emisión nacional

**LA TARDE**

con Pilar García Muñiz





 Alamy Stock Photo

Un turista se echa una siesta rápida en un banco a la sombra junto al Alcázar de los Reyes Cristianos en Córdoba

El sueño no solo es una cuestión de cantidad, sino también de calidad. Durante la noche, nuestro cuerpo no se limita a reposar: se repara a nivel celular, regula hormonas, refuerza el sistema inmunológico y mejora la salud del corazón. "El sueño no es solo reposo; es fundamental para todos los sistemas corporales", aseguró la neuróloga. Esta visión pone de manifiesto lo crucial que es dormir bien para evitar problemas como la fatiga crónica, la falta de concentración o los trastornos emocionales que afectan a tantos de nosotros debido a la falta de descanso.

## LA SIESTA

En este contexto, la siesta, esa tradición tan española, emerge como un punto clave. Aunque muchas veces se asocia con el descanso durante el día, la doctora Fernández Arcos subraya que la siesta puede ser muy beneficiosa, especialmente si se realiza correctamente. Para las personas que duermen las horas necesarias por la noche, una siesta corta (de unos 20 o 30 minutos) tiene efectos positivos en la memoria y la concentración. Sin embargo, si se toma en exceso o se realiza en un mal momento, puede generar efectos contraproducentes, como la sensación de aturdimiento y cansancio por despertar de un sueño profundo.

PUBLICIDAD

Más directos



COPE emisión nacional

LA TARDE

con Pilar García Muñiz





Lo que se debe evitar es utilizar la siesta como un remedio para compensar la falta de sueño nocturno. La doctora explicó que si una persona duerme menos de siete horas por la noche, la siesta puede ayudar a paliar los efectos negativos de este déficit, pero no sustituye la importancia

Más directos      cuerpo y



COPE emisión nacional

**LA TARDE**

con Pilar García Muñiz



PUBLICIDAD

Otro aspecto relevante que destacó la neuróloga es la relación entre la falta de sueño y el aumento de trastornos del sueño, como el insomnio, y el consumo de medicamentos para dormir. Según estudios recientes, España está a la cabeza del consumo de sedantes y somníferos en Europa. La doctora recomendó que, antes de recurrir a estos tratamientos, es esencial crear un ambiente adecuado para dormir: evitar la cafeína y el alcohol antes de acostarse, mantener una rutina estable, y crear un entorno de oscuridad y silencio en la habitación.

[Más directos](#)

COPE emisión nacional  
**LA TARDE**  
con Pilar García Muñiz





 Alamy Stock Photo

Un joven durmiendo en un cómodo sofá en una sala de estar con un libro naranja apoyado en su pecho, creando un ambiente tranquilo y relajado en el interior.

Finalmente, Ana Fernández Arcos subrayó que, a pesar de la creciente conciencia sobre la importancia del sueño, aún queda mucho por hacer. En muchas ocasiones, nuestros estilos de vida y rutinas diarias nos impiden obtener el descanso que nuestro cuerpo necesita, como bien señaló durante la entrevista: "El sueño es tan esencial para nuestra vida que, si no fuera así, lo habríamos eliminado durante la evolución".

#### CONTENIDOS RELACIONADOS

[El momento en el que echarse la siesta empieza a ser peligroso y por qué tienes que dejar de hacerlo](#)

---

#### TEMAS RELACIONADOS

[#Poniendo las calles](#) [#salud y bienestar](#)

---

#### TE PUEDE INTERESAR

Recomendado por  Outbrain

[Más directos](#)



COPE emisión nacional

**LA TARDE**

con Pilar García Muñiz



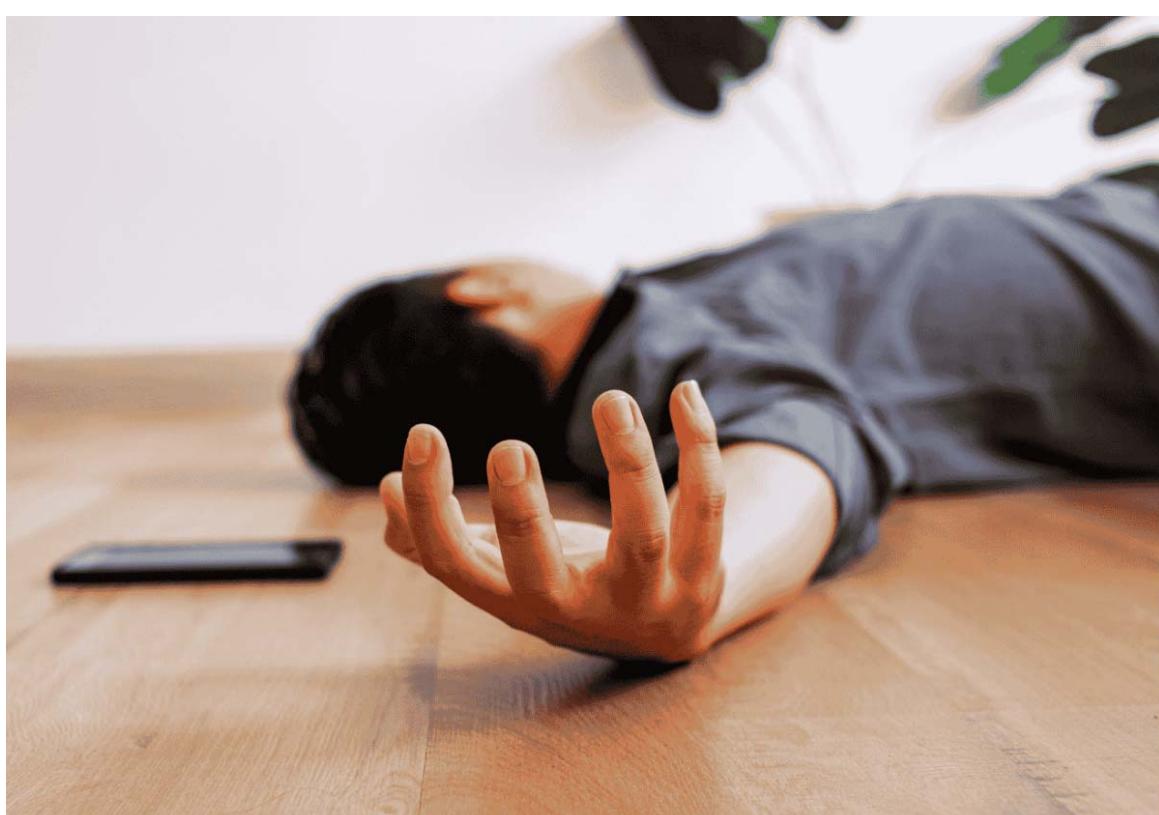
## ENFERMEDADES

# Epilepsia: el riesgo de padecer accidentes fatales es entre 2 y 4 veces superior

10 de febrero: Día Internacional de la Epilepsia.



por Redacción Consejos  
15 horas antes



El segundo lunes de febrero se conmemora el **Día Internacional de la Epilepsia**, una de las enfermedades neurológicas más comunes, caracterizada por la aparición de crisis epilépticas y la predisposición del cerebro a generarlas. Según la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, en España hay casi **500.000 personas** afectadas, mientras que la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** calcula que más de **50 millones de personas** padecen epilepsia en el mundo.

De acuerdo con el informe “Impacto sociosanitario de las enfermedades neurológicas en España” de la SEN, las personas con epilepsia presentan un mayor riesgo de sufrir lesiones físicas, siendo el riesgo de accidentes fatales entre **2 y 4 veces superior** al de la población general. Además, aproximadamente el **50%** de quienes la padecen presentan una o más comorbilidades, como **ansiedad, depresión, trastornos cognitivos, migrañas y enfermedades cardiovasculares**.

En cuanto a la mortalidad, el informe del **Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME)** del estudio **Global Burden Disease (GBD)** destaca que la epilepsia no sintomática fue responsable del **5% de los años de vida perdidos** debido a discapacidad o muerte prematura por causas neurológicas, y del **1,3% de las muertes**. Factores como la **muerte súbita asociada a la epilepsia (SUDEP)**, el estatus epiléptico, el riesgo de suicidio y los accidentes provocados por crisis son las principales causas de esta alta morbimortalidad.

“La epilepsia es una **enfermedad crónica con un alto impacto sobre la calidad de vida**, tanto para quien la sufre como para sus familiares. Además de las crisis, puede ser una causa importante de **discapacidad** y, globalmente, es una de las enfermedades neurológicas que más años de vida perdidos por discapacidad produce”, comenta el **Dr. Manuel Toledo**, Coordinador del Grupo de Estudio de Epilepsia de la SEN. “**El estigma asociado a la epilepsia sigue existiendo y genera dificultades para llevar una vida social plena, recibir formación adecuada y encontrar empleo**”.

Cada año se diagnostican más de **2,4 millones** de nuevos casos en el mundo. Aunque la epilepsia puede manifestarse a cualquier edad, su incidencia es mayor en niños y adultos mayores. A pesar de los avances médicos, en algunos países desarrollados el retraso en el diagnóstico puede llegar a **10 años**. Se estima que un **10%** de la población experimentará una crisis epiléptica a lo largo de su vida, por lo que la detección precoz es fundamental.

En torno al **30%** de los casos de epilepsia se podrían prevenir evitando traumatismos, controlando factores de riesgo vascular, siguiendo pautas de vacunación e higiene, y garantizando un correcto seguimiento durante el embarazo y el parto.

**“En el Día Internacional de la Epilepsia queremos poner el foco en la investigación. Aunque han mejorado los tratamientos, sigue existiendo un alto**

**porcentaje de pacientes farmacorresistentes que no responden a la medicación”, destaca el Dr. Manuel Toledo. “Es fundamental continuar investigando para desarrollar tratamientos efectivos que ayuden a controlar las crisis y modificar la evolución de la enfermedad”.**

La epilepsia sigue siendo un desafío para los sistemas sanitarios y la sociedad en general. Jornadas como el Día Internacional de la Epilepsia permiten dar visibilidad a esta enfermedad y concienciar sobre la importancia de avanzar en su diagnóstico, tratamiento e investigación.

Estas noticias también te pueden interesar:



**Angie Rigueiro: “Entre farmacéuticos, psiquiatras y psicólogos podemos hacer mucho para que las personas vivan más felices y serenas”**

24 septiembre, 2024



**La Mari de Chambao: “La salud se mueve en base al equilibrio emocional que tengamos”**

18 diciembre, 2024



¿La computadora es demasiado lenta? En lugar de comprar una nueva,...

Publicidad Xtra-PC



Este brillante invento japonés traduce instantáneamente idiomas...

Publicidad Enence

El Debate

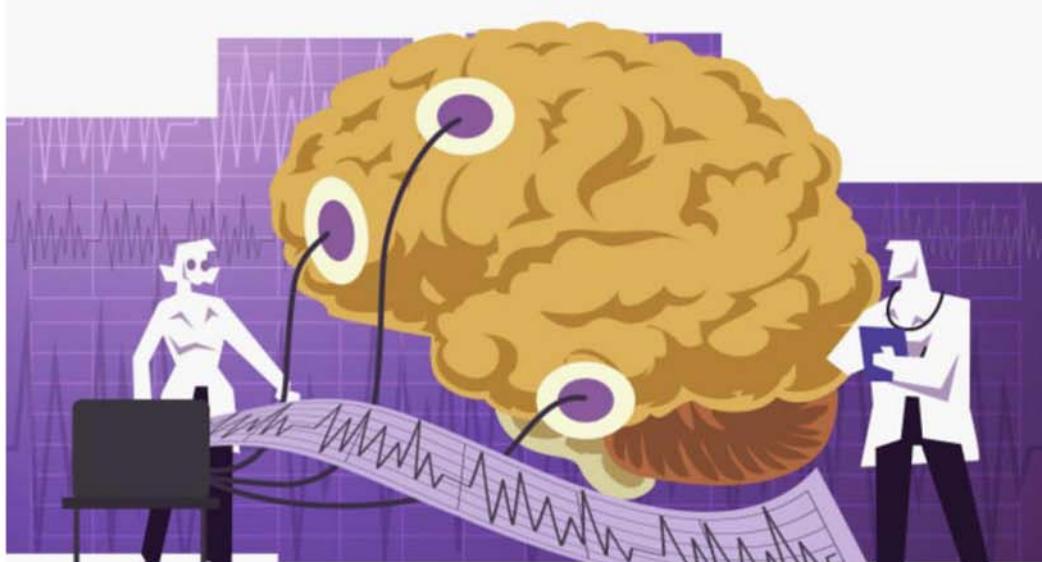
Seguir

35.2K Seguidores



# Epilepsia: ¿se puede prevenir o se nace con esta enfermedad neurológica?

Historia de Redacción El Debate • 1 día(s) • 4 minutos de lectura



[Epilepsia: ¿se puede prevenir o se nace con esta enfermedad neurológica?](#)

El segundo lunes de febrero se conmemora el **Día Internacional de la Epilepsia**, una de las enfermedades neurológicas más frecuentes que se caracteriza por la presencia de crisis epilépticas y por la predisposición del cerebro a generar dichas crisis. Según datos

Comentarios

Sociedad Espanola de Neurología ([SEN](#)) la epilepsia atecta ya en España a casi 500.000 personas mientras que la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que más de 50 millones de personas padecen epilepsia en todo el mundo.



Nation

**El valor de su vivienda es de público conocimiento...**

Publicidad

La clave de esta enfermedad es una alteración de la actividad eléctrica de las neuronas que causa **crisis** repetidas. Puede afectar a cualquier persona, y a cualquier edad, pero es más frecuente que aparezca en la infancia y en la senectud.

Según se recoge en el informe *Impacto sociosanitario de las enfermedades neurológicas en España* de la SEN, a escala global, las personas con epilepsia tienen mayor riesgo de sufrir lesiones físicas que la población general y el riesgo de padecer accidentes fatales es entre 2 y 4 veces superior. Por otro lado, aproximadamente un 50 % de las personas con epilepsia asocian una o más comorbilidades: las enfermedades psiquiátricas, en especial la ansiedad y la depresión, tienen una prevalencia entre 7 y 10 veces superior. Lo mismo sucede con los trastornos cognitivos, la migraña, las enfermedades cardiovasculares y las endocrino-metabólicas.



LOWI

**En Lowi más gigas, mismo precio.**

Publicidad

## ¿Podría el grupo sanguíneo predisponernos a envejecer mejor?

En cuanto a la mortalidad, numerosos estudios han demostrado que el riesgo de muerte es mayor por anemia. La muerte súbita

 Comentarios

# «Epilepsia, un futuro esperanzador», el lema para el Día Internacional

El Día Internacional de la Epilepsia se celebra este lunes 10 de febrero, una efeméride que busca educar sobre una patología cerebral que sufren aproximadamente 50 millones de personas en todo el mundo. En España se estima que, en ausencia de estudios epidemiológicos, unas 450.000 personas padecen algún tipo de epilepsia

● M. A. Casquero • 10 febrero, 2025 ● 0 ■ 4 minutos leídos



Desde el año 2015, cada segundo lunes de febrero se conmemora el **Día Internacional de la Epilepsia** para concienciar alrededor del mundo sobre esta enfermedad y poner sobre la mesa la necesidad de elaborar planes de acción globales y destinar recursos a la investigación de una enfermedad que, en algunos casos, puede ser altamente incapacitante y comportar un elevado estigma para quienes la padecen. Este día es convocado conjuntamente por la **Liga Internacional contra la Epilepsia (ILAE)** y la **Oficina Internacional de la Epilepsia (IBE)**.

## Identificación temprana de la patología

La **Federación Española de Epilepsia**, junto con la **Sociedad Española de Epilepsia (SEEP)**, reivindican esta fecha en el calendario como esencial para avanzar dentro de la sociedad española hacia una identificación temprana de la patología y conseguir mejorar la calidad de vida de las personas que conviven con esta enfermedad, intentando en todos los

 [noticias@olivaradio.com](mailto:noticias@olivaradio.com)

 840 0445

escúchanos **en vivo** 



# ESPACIO DISPONIBLE

## ANÚNCIATE AQUÍ



XALAPA CÓRDOBA-ORIZABA ESTATAL NACIONAL MUNDO ESPECTÁCULOS DEPORTES [DE INTERÉS](#)

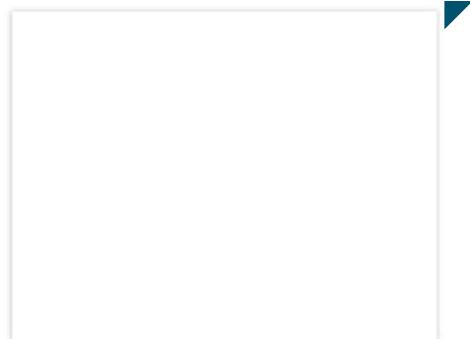
COVID19 DESENLACE 2025

Dígalo en  
VOZ ALTA



\* En Xalapa se distribuirán 8 mil condones, se busca fortale

**Controlar los factores de riesgo de epilepsia podría prevenir hasta un 30 % de los casos**



Subscribase 

Y reciba el mejor resumen de noticias directamente

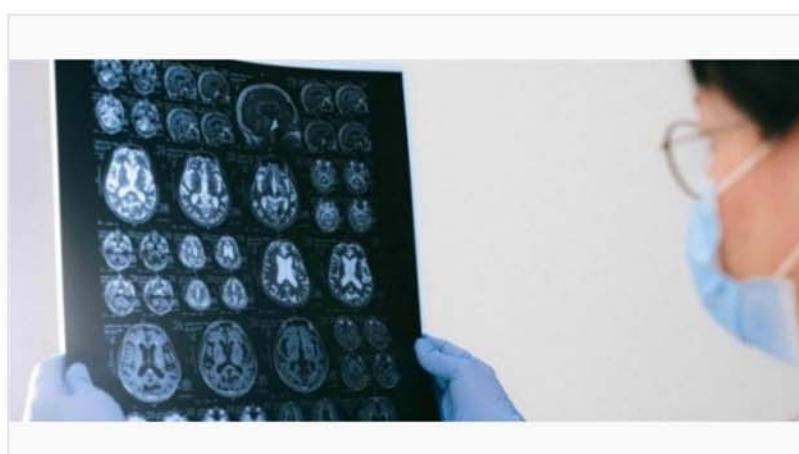
en su cuenta de correo electrónico

Escriba su dirección email



**\*La epilepsia es una de las enfermedades neurológicas más comunes a nivel global, afectando a más de 50 millones de personas en el mundo. Sin embargo, alrededor de un 30 % de los casos se pueden evitar si se controlan adecuadamente los factores de riesgo. Los expertos explican formas para evitar esta enfermedad.**

De Interés ⚑ Febrero 10, 2025



Los traumatismos, infecciones, enfermedades genéticas o problemas vasculares se encuentran entre el 30 % de los factores de riesgo de epilepsia que se podrían prevenir y, con ello, evitar las consecuencias de esta enfermedad.

Estos son datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), con motivo del Día Internacional de la Epilepsia, que se conmemora el segundo lunes de febrero, este año el día 10 de este mes.

La epilepsia es una de las enfermedades neurológicas más frecuentes que se caracteriza por la presencia de crisis epilépticas y por la predisposición del cerebro a generar dicha crisis.

Además, la SEN indica que la epilepsia afecta ya a casi 500.000 personas en España.

### Mayor peligro

Según el informe "Impacto sociosanitario de las enfermedades neurológicas en España" de la SEN, a escala global, las personas con epilepsia tienen mayor riesgo de

sufrir lesiones físicas que la población general.

También el riesgo de sufrir accidentes fatales es entre 2 y 4 veces superior.

### **Más comorbilidades**

Por otro lado, según la SEN, aproximadamente un 50 % de las personas con epilepsia asocian una o más comorbilidades.

Destacan las enfermedades psiquiátricas, en especial la ansiedad y la depresión, que tienen una prevalencia entre 7 y 10 veces superior.

Lo mismo ocurre con los trastornos cognitivos, la migraña, las enfermedades cardiovasculares y las endocrino-metabólicas.

### **Mayor mortalidad**

En cuanto a la mortalidad, numerosos estudios han demostrado que el riesgo de muerte es mayor por epilepsia.

La muerte súbita asociada a la epilepsia (SUDEP), el estatus epiléptico, el riesgo de suicidio y los accidentes provocados por las crisis son las principales causas que contribuyen a la elevada morbimortalidad asociada a esta enfermedad, según el informe del IHME (Institute for Health Metrics and Evaluation) del Global Burden Disease study (GBD).

En el mismo informe se señala que la epilepsia no sintomática fue la responsable del 5 % del total de años de vida perdidos debido a discapacidad o muerte prematura por causa neurológica y del 1,3 % de las muertes.

El doctor Manuel Toledo, coordinador del Grupo de estudio de Epilepsia de la Sociedad Española de Neurología, explica que la epilepsia es una enfermedad crónica con alto impacto en la calidad de vida, tanto para quien lo sufre como para sus familiares y afecta también a los sistemas sanitarios.

“En todo el mundo, es una de las enfermedades

neurológicas que más años de vida perdidos por discapacidad produce, aunque su impacto depende de muchos factores, como las enfermedades subyacentes o el grado de respuesta al tratamiento", indica el neurólogo.

### **El diagnóstico**

Además, señala que todavía hoy en día, el diagnóstico de epilepsia puede suponer un estigma, y se asocia a dificultades para desarrollar una vida social plena, así como para recibir una formación adecuada y encontrar empleo.

Según la SEN, cada año se diagnostican más de 2,4 millones de nuevos casos de epilepsia en el mundo, pero incluso en países desarrollados el retraso en el diagnóstico de esta enfermedad puede alcanzar los 10 años.

Alrededor de un 10 % de la población padecerá una crisis epiléptica a lo largo de su vida y es importante detectar de forma precoz quien llegará a desarrollar la enfermedad, teniendo en cuenta que puede debutar a cualquier edad, aunque tiene una incidencia mayor en niños y adultos mayores.

### **Formas para evitar la epilepsia**

Desde la SEN, explican que algunas de las principales medidas que podemos adoptar para evitar padecer epilepsia y sus factores de riesgo son:

- Protegerse contra los traumatismos craneales.
- Controlar los factores de riesgo vascular, con una buena dieta, ejercicio, evitando tóxicos, etc.
- Seguir las pautas de vacunación e higiene, o llevar un correcto seguimiento del embarazo y del parto.
- Además, el doctor Toledo concluye en la necesidad de seguir investigando en tratamientos efectivos que ayuden a controlar las crisis y modificar la evolución de la misma.





## ¿Cómo actúa una crisis epiléptica?

Ivan Iniesta López, neurólogo, investigador de EpiNet, líder de una consulta de rápido acceso dedicada a pacientes que hayan sufrido una primera crisis epiléptica o padeczan epilepsia del Hospital Los Madroños, centro de referencia nacional en el campo de la neurorrehabilitación y el daño cerebral, indica ocho aspectos relevantes a considerar sobre la epilepsia y sus crisis.

### 1. Epilepsia local o focalizada

La epilepsia se clasifica de acuerdo con el tipo de crisis.

Cuando las crisis epilépticas proceden de una localización concreta del cerebro hablamos de epilepsia focal, mientras que cuando su origen es difuso nos referimos a una epilepsia generalizada.

### 2. No todas las epilepsias conllevan convulsiones

Tanto las epilepsias focales como las generalizadas pueden acompañarse o no de convulsiones.

El experto explica que la convulsión no es sino un síntoma, pudiendo resultar de una crisis de inicio focal o presentarse desde el principio con convulsiones, en lo que tradicionalmente hemos denominado crisis convulsiva o de “gran mal” y ahora conocemos como crisis bilateral tónico-

clónica.

Los síntomas provocados por una crisis guardan relación habitualmente con la zona del cerebro desde donde se originan.

“Por ejemplo, cuando la descarga neuronal excesiva proviene del lóbulo temporal, el síntoma consiste en una súbita sensación de extrañeza, en un estado transitorio de ensoñación o familiaridad tipo déjà vu que típicamente se repite de forma estereotipada, pudiendo acompañarse o sucederse de una alteración de la conciencia pasajera. Si la región implicada pertenece a la corteza frontal el síntoma será motor y si nace de la corteza occipital el síntoma inicial probablemente sea visual, pudiendo evolucionar o no a una alteración o pérdida de conciencia con o sin convulsiones”, indica el especialista.

### **3. Un alto porcentaje de pacientes no responde bien a la medicación**

Aunque la mayoría de las epilepsias suelen comportarse de forma benigna y controlarse con el fármaco adecuado, cerca de un tercio de pacientes no responden bien a las distintas terapias farmacológicas, lo cual conocemos como epilepsia fármaco-resistente.

Algunos pacientes, previamente seleccionados, dentro de este grupo, pueden ser subsidiarios y beneficiarse de una cirugía tras realizarse un estudio exhaustivo en un centro avanzado y de referencia para el manejo de epilepsias complejas.

### **4. La epilepsia culturalmente acarrea un estigma**

Históricamente, la epilepsia arrastra consigo un estigma social del cual no hemos podido aun desprendernos.

Entre las prioridades planteadas por la comunidad científica para la próxima década en epilepsia, el objetivo de la neurología consiste en velar por la salud de los pacientes, promoviendo las medidas preventivas adecuadas y divulgando su conocimiento con el fin de concienciar a la ciudadanía, siendo el estigma social uno de los aspectos que más seriamente comprometen la calidad de vida del enfermo con epilepsia.

La divulgación y la concienciación son esenciales para el enfermo y su entorno.

“La epilepsia no solo son las crisis epilépticas, sino también los efectos secundarios provocados por los medicamentos destinados a tratarla, la ansiedad y depresión frecuentemente asociadas, sin olvidarnos tampoco del riesgo de muerte súbita relacionado con la epilepsia, sobre todo cuando las crisis son nocturnas, no están bien controladas o la medicación se toma de manera errática o se producen cambios frecuentes en el tratamiento”, explica el experto.

#### **5. La epilepsia impacta en actividades cotidianas como conducir**

Las personas con epilepsia activa tienen un riesgo añadido de accidentes graves (incluso fatales) por caídas o ahogamientos, por lo que deberían evitar bañarse solos.

Por otro lado, no pueden conducir vehículos motorizados legalmente en el caso de haber presentado una crisis epiléptica en el último año.

#### **6. Las crisis epilépticas suelen ceder espontáneamente**

Una crisis epiléptica no requiere, por lo general, tratamiento farmacológico urgente más allá de adoptar las medidas PAS (Proteger, Avisar y Socorrer), colocando al paciente de costado y no poniendo nada en su boca, entre tanto llega una ambulancia.

Cuando una crisis dura más de cinco minutos debe instaurarse tratamiento de forma inmediata previo al traslado a un centro con guardias permanentes de neurología y unidad de cuidados intensivos.

#### **7. Incidencia mayor en niños y personas mayores de 65 años**

Aunque la epilepsia es una enfermedad que puede presentarse a cualquier edad, es más frecuente que suceda en la infancia y en la tercera edad.

“Entre la infancia y la pre-adolescencia se observa un pico de epilepsias de curso benigno, que no requieren tratamiento farmacológico y tienden a desaparecer durante la adolescencia o en la temprana edad adulta sin dejar rastro”, señala el doctor.

En edades avanzadas, un riesgo más elevado de ictus o demencia explican la mayor incidencia en esta franja de epilepsia relacionada con la enfermedad de Alzheimer o de causa vascular.

#### **8. Causas y diagnóstico**

Según el doctor, deberíamos referirnos más a las epilepsias, en plural, que a la epilepsia, dada la heterogeneidad en lo referente a sus síntomas y a sus posibles causas, las cuales pueden abarcar desde una predisposición genética hasta una grave lesión cerebral adquirida.

“El diagnóstico es fundamentalmente clínico y, por tanto, basado en la anamnesis (o historia clínica) contando con los datos aportados por el paciente y complementados mediante una historia colateral facilitada por testigos presenciales de las crisis epilépticas. La exploración neurológica y la realización de pruebas complementarias como una analítica de sangre, un electrocardiograma, un electroencefalograma y una resonancia magnética nuclear contribuyen asimismo al diagnóstico” explica el experto.

Además, para diagnosticar epilepsia es necesario que haya habido, al menos, dos crisis epilépticas espontáneas, esto es no provocadas por factores externos como sustancias tóxicas o alteraciones metabólicas.

O, también, hallarnos ante una sola crisis espontánea y establecer, mediante las mencionadas pruebas auxiliares, un riesgo alto para desarrollar nuevas crisis.

Por último, en el diagnóstico diferencial de epilepsia debemos considerar otros trastornos que pueden confundirnos como son las crisis dissociativas de origen psicógeno y el síncope.

Un diagnóstico y tratamiento precoz influye favorablemente en el pronóstico, por lo que resulta prioritaria una valoración temprana por parte de un especialista en epilepsia.

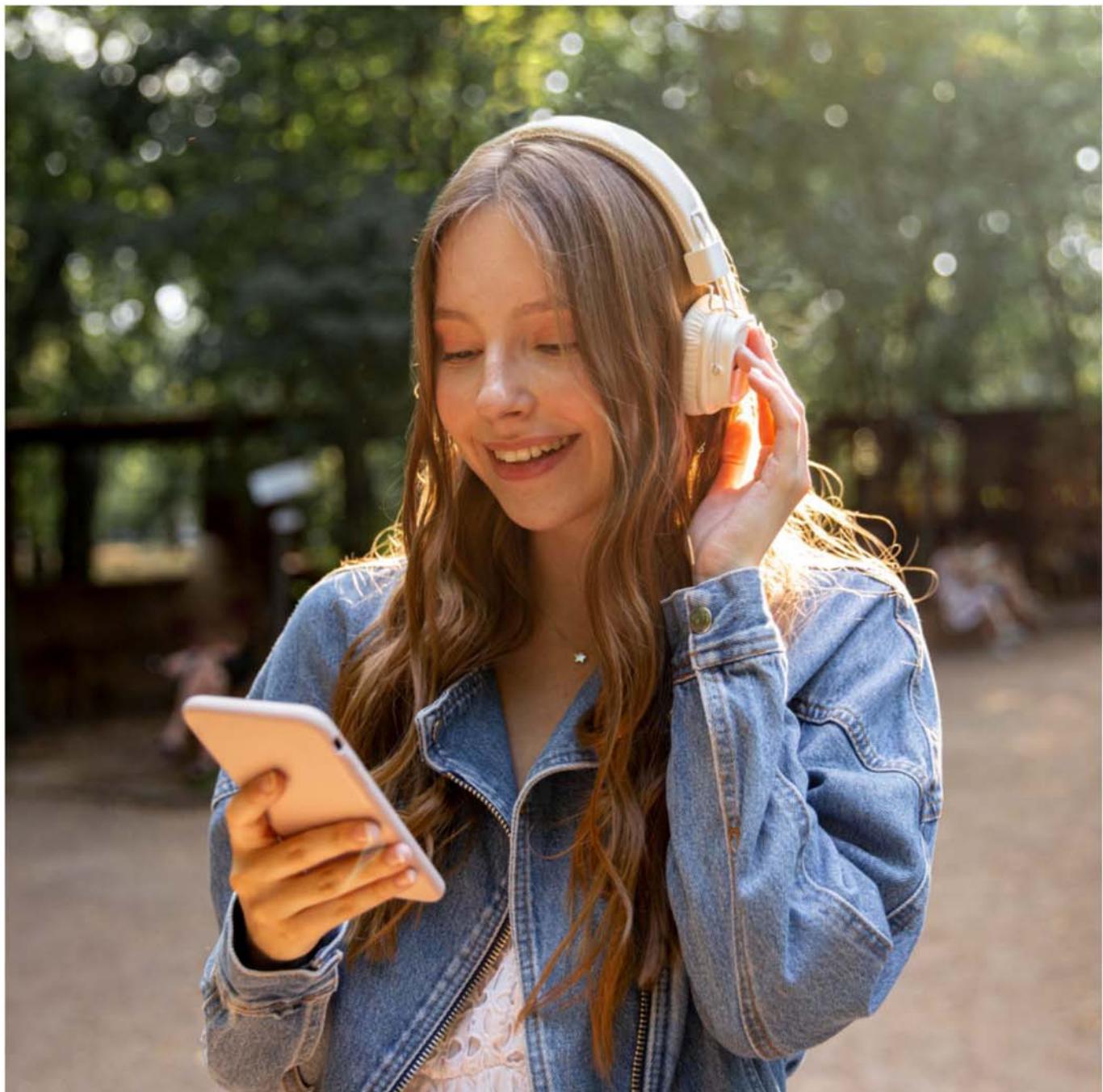


EFE:Salud

 Compartir la noticia

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestro sitio web. Si continúa utilizando este sitio asumiremos que está de acuerdo.

[Estoy de acuerdo](#)    [No](#)    [Leer más](#)



David Ezpeleta, el vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y responsable del Área de Neurotecnología e Inteligencia Artificial, ha alertado sobre los peligros del **uso excesivo** de las **redes sociales**, sobre todo en niños y adolescentes, para la salud cerebral.

«Algunos estudios, más centrados en sus efectos en niños y adolescentes, incluso han observado **cambios en el neurodesarrollo de regiones y redes**

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestro sitio web. Si continúa utilizando este sitio asumiremos que está de acuerdo.

Estoy de acuerdo  No [Leer más](#)

En el marco del **Día Internacional de Internet más Seguro**, que se celebra el segundo martes de febrero, la SEN ha apuntado que «son numerosos los estudios que han señalado los **diversos efectos negativos** que tienen los contenidos de las redes sociales para la salud cerebral en todo tipo de población, destacando que el exceso de **visionado de videos cortos en redes sociales reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la creatividad**, además de incidir de forma negativa en la capacidad de retención y aprendizaje», ha comentado Ezpeleta.

## Bajada de autoestima y conductas suicidas

Además, las redes sociales también pueden influir negativamente en la salud mental de los usuarios, «algo que se ha visto sobre todo en la **autopercepción de la imagen corporal** de muchos niños adolescentes y en el **aumento de las tasas de depresión e incluso de conducta suicida** (ideación e intento) en jóvenes», ha señalado el presidente de la SEN, Jesús Porta- Etessam.

Y es que, en la última década, según datos de la [Fundación ANAR](#) (Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo), los problemas de salud mental en niños y adolescentes españoles han crecido de manera significativa a medida que también lo ha hecho la presión por tener presencia y notoriedad en las redes sociales.

## Trastornos de alimentación

Los últimos informes de la Fundación ANAR destacan, sobre todo, que en **los últimos 12 años se han multiplicado por 35 las conductas suicidas**, pero también las **autolesiones, la ansiedad, la tristeza, la depresión o los trastornos de la alimentación**.

En España, donde se estima que el 21% de los adolescentes es adicto a la red y casi un 10% reconoce que accede a sus redes sociales cada 15 minutos, también se está estudiando incrementar la edad de acceso a redes sociales a los menores.

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestro sitio web. Si continúa utilizando este sitio asumiremos que está de acuerdo.

[Estoy de acuerdo](#) [No](#) [Leer más](#)

## ~~“Tecnología, amigos de carne y hueso”~~

«Pero independientemente de la legislación, por nuestra [salud mental](#) y cerebral es importante que todos hagamos una reflexión sobre cómo usamos la [tecnología](#) y qué tipo de relación queremos tener con ella.

Desde el punto de vista de la salud «la clave siempre estará en el equilibrio, haciendo un uso sensato y comedido de las redes sociales, sin olvidar la importancia de **tener amigos de carne y hueso**, socializar físicamente con ellos, hacer deporte al aire libre, leer libros en papel, subrayar o escribir a mano, entre otras cuestiones», ha indicado Ezpeleta.

«Y también es importante que los padres reflexionemos sobre la inconveniencia de utilizar nuestros móviles como un '**chupete digital**' cuando se los dejamos a nuestros hijos, si debemos retrasar la compra de su primer smartphone, si nosotros damos buen ejemplo con su uso o si supervisamos y velamos porque ellos también estén haciendo un buen uso de las tecnologías», ha afirmado Porta-Etessam.

## Más Noticias

[Pakistán podría regular las redes sociales](#)

[Las redes sociales podrían generar adicción y baja...](#)

[Pedro Sánchez propone tres medidas para regular la...](#)

[Bluesky ha pasado de 2 a 25 millones de usuarios e...](#)

# Según el Ministerio de Mónica García, los hombres se suicidan y se drogan más por ser demasiado masculinos

El Ministerio de Sanidad cae en un radicalismo de género al atribuir el suicidio masculino a la "masculinidad tóxica", ignorando las causas reales.



Ana Hernández 10/2/2025 - 17:45



Según el Ministerio de Mónica García, los hombres se suicidan y se drogan más por ser demasiado masculinos. | D/Agencias

El Ministerio de Sanidad, en lo que parece ser un nuevo capítulo del radicalismo ideológico llevado al extremo, ha declarado en redes sociales que los hombres se suicidan más, consumen más drogas y viven menos porque, citando textualmente, "no es la genética: es una masculinidad que empuja a asumir riesgos y ridiculiza la vulnerabilidad". Una afirmación que, lejos de aportar soluciones, refuerza la tendencia de este gobierno a convertir la salud pública en un campo de batalla ideológico.

En lugar de abordar un problema de salud pública tan grave como el suicidio con la

profundidad que merece, el Ministerio ha optado por una narrativa reduccionista: los hombres son víctimas de su "masculinidad tóxica". Así, según esta lógica, si fueran más "femeninos" (cualquiera que sea la definición operativa de esa palabra), dejarían de suicidarse, vivirían más y tal vez hasta abandonarían el tabaco y el alcohol.

## ¿Radicalismo disfrazado de salud pública?

El gobierno de Sánchez ha demostrado en los últimos años una inclinación por llevar las políticas de género a extremos que rozan el absurdo. Desde interpretaciones desproporcionadas sobre el papel de los roles de género hasta la implementación de leyes que alimentan más debates ideológicos que soluciones reales, esta declaración no es una excepción. El mensaje parece más salido de una tertulia de activismo militante que de una institución seria encargada de proteger la salud pública como es el Ministerio de Sanidad.

Mientras el Ministerio insiste en atribuir el suicidio masculino a construcciones socioculturales, la realidad es mucho más compleja. Según la OMS, el 73 % de los suicidios ocurren en países de ingresos bajos y medios, lo que cuestiona cualquier explicación simplista basada en roles de género.

En España, los hombres mayores de 85 años presentan las tasas más altas de suicidio, con 24,9 casos por cada 100.000 habitantes. ¿Cómo encaja aquí la teoría de la masculinidad que "ridiculiza la vulnerabilidad"? ¿O es que los ancianos que toman esta drástica decisión lo hacen porque se sienten presionados a ser "machos"? Más bien, se enfrentan a factores como la soledad, enfermedades crónicas, la pérdida de seres queridos y la falta de apoyo social, ninguno de los cuales figura en el discurso del Ministerio.

Además, los hombres de 40 a 64 años concentran el 44,4 % de los suicidios, optando por métodos más letales que las mujeres, quienes realizan más intentos no consumados. Esto evidencia la necesidad de enfoques centrados en la prevención y detección temprana, más allá de discursos ideológicos.

## **La depresión y los suicidios: una relación mucho más compleja**

Reducir el suicidio a una cuestión de masculinidad es una simplificación que raya en lo irresponsable. Según la OMS, "no hay una única razón por la que las personas se quitan la vida; el suicidio es un fenómeno multifactorial influido por

factores biológicos, psicológicos, sociales y ambientales". Además, la depresión, un trastorno que afecta entre el 10 % y el 12 % de los hombres y entre el 20 % y el 25 % de las mujeres, juega un papel determinante. La Sociedad Española de Neurología (SEN) ha señalado que hasta un 15 % de las personas con depresión terminan quitándose la vida.

Curiosamente, aunque las mujeres tienen tasas de depresión mucho más altas, los hombres consuman más suicidios. ¿Por qué ocurre esto? Lejos de las simplificaciones del Ministerio, no parece tratarse de una "ridiculización de la vulnerabilidad", sino de la forma en que el sistema falla al identificar y atender sus necesidades.

## **Los peligros de politizar la salud pública**

Las declaraciones del Ministerio de Mónica García no solo carecen de sustento científico, sino que trivializan un problema gravísimo al insertarlo en el discurso polarizador de la "masculinidad tóxica". Este enfoque no solo invisibiliza las causas reales, sino que también dificulta el diseño de políticas efectivas. Si el suicidio se atribuye únicamente a los roles de género, ¿qué pasa con los factores sociales, como el desempleo, la soledad, o el acceso a métodos letales? ¿Qué pasa con los servicios de salud mental, incapaces de responder a las necesidades de la población?

## **La ideología llevada al absurdo: ¿y si seguimos la lógica?**

Si llevamos al extremo la narrativa del Ministerio, podríamos argumentar que un hombre más "femenino" (lo que quiera que eso signifique para ellos) no solo evitará el suicidio, sino que también dejará de consumir alcohol y tabaco. ¡Tal vez incluso se vuelva inmune a las enfermedades cardiovasculares! Pero el sarcasmo no es suficiente para tapar la realidad: culpar a la masculinidad no salva vidas.

El suicidio es una de las principales causas de muerte en España y en el mundo.

Necesitamos medidas basadas en evidencia científica, no en discursos polarizantes. Restricción al acceso de medios letales, educación en salud mental, y sobre todo, una reforma seria del sistema de atención psicológica. Mientras tanto, los hombres seguirán muriendo, no porque sean masculinos, sino porque la salud pública se ha convertido en un espacio más para la guerra ideológica

---

© Libertad Digital SA Juan Esplandiú 13 - 28007 Madrid

[Logo del Imserso. Página principal del Imserso](#)  Inicio > **Lourdes Calzado, exusuaria del Cea...**

Imagen de portada.

## ← **Lurdes Calzado, exusuaria del Ceadac, (Centro de Referencia Estatal de Atención al Daño Cerebral) protagoniza la campaña «Ponle cara al ictus» de la Sociedad Española de Neurología**

**10 - 02 - 2025**Categorías: **Ceadac, Usuarios, Recursos para DCA, Medios de comunicación**Etiquetas: **Ictus, Videoblog, Personas usuarias, Televisión, Sociedad española de neurología, Campaña de concienciación**

El jueves 6 de febrero, la Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Corporación de Radio y Televisión Española (RTVE) lanzaron la campaña Ponle cara al ictus, que consiste en una serie de piezas audiovisuales que se emitirán con el fin de resaltar la importancia de reconocer los síntomas del ictus y saber cómo actuar ante ellos.

La protagonista de la campaña es Lurdes Calzado Fernández, exusuaria del Centro de Referencia Estatal de Atención al Daño Cerebral (Ceadac) dependiente del Imserso.

Lurdes, de 34 años, sigue luchando contra las secuelas que le dejó el ictus que sufrió hace menos de dos años. Entre sus secuelas más visibles destaca la dificultad para realizar ciertas expresiones faciales en un solo lado de la cara y la dificultad para hablar.

### AÑADIR COMENTARIOS

Introduzca su comentario aquí.

# PORTAL OPINANDO SIN ANESTESIA

Noticias sobre salud sanidad ciencia investigación y nutrición

[INICIO](#) [ENLACES](#) [COLABORADORES](#) [ESPECIALISTAS](#) [CONTACTO](#) [Q](#)



**SALUD**

## La Sociedad Española de Neurología alerta sobre los peligros del uso excesivo de las redes sociales, sobre todo en niños y adolescentes, para la salud cerebral

11/02/2025 9:00 AM by [Paola Minguez](#)

Views:

- El exceso de visionado de videos cortos en redes sociales reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la creatividad.
- En niños y adolescentes alteran el neurodesarrollo de aspectos como el afecto, el control de impulsos, el lenguaje o la capacidad de aprendizaje.
- Las redes sociales también pueden influir muy negativamente en la salud mental de los usuarios y se les

atribuye gran parte de responsabilidad en el progresivo aumento de las tasas de depresión e incluso de conducta suicida en niños y adolescentes durante los últimos 12 años.

▪ **España es el país avanzado en el que los menores dedican más tiempo a navegar por las redes sociales.**

**10 de febrero de 2025-** El segundo martes de febrero se celebra el Día Internacional de Internet más Seguro, cuyo objetivo es promover un uso responsable y seguro de la red, especialmente entre niños y jóvenes. España es el país avanzado donde los menores dedican más tiempo a navegar por las redes sociales, normalmente desde tablets y teléfonos móviles, y se estima que los españoles de entre 4 y 18 años pasan hasta 4 horas de media al día conectados fuera de las aulas. Además, casi 7 de cada 10 niños de entre 10 y 12 años reconoce tener una red social, a pesar de que en nuestro país está fijado en los 14 años el límite de edad para poder tener un perfil en las redes sociales.

*“Son numerosos los estudios que han señalado los diversos efectos negativos que tienen los contenidos de las redes sociales para la salud cerebral en todo tipo de población, destacando que el exceso de visionado de videos cortos en redes sociales reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la creatividad, además de incidir de forma negativa en la capacidad de retención y aprendizaje”,* comenta el Dr. David Ezpeleta, Vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y responsable del Área de Neurotecnología e Inteligencia Artificial. *“Otros estudios, más centrados en sus efectos en niños y adolescentes, incluso han observado cambios en el neurodesarrollo de regiones y redes cerebrales relacionadas con los afectos, la motivación o en el sistema de recompensa cerebral, e incluso pérdida de sustancia blanca en las áreas que sustentan el lenguaje y la alfabetización emergente. Todos estos datos son realmente muy preocupantes”.*

*“Pero, además, las redes sociales también pueden influir negativamente en la salud mental de los usuarios, algo que se ha visto sobre todo en la autopercepción de la imagen corporal de muchos niños adolescentes y en el aumento de las tasas de depresión e incluso de conducta suicida (ideación e intento) en jóvenes”,* señala el Dr. Jesús Porta- Etessam, Presidente de la SEN. Y es que, en la última década, según datos de la Fundación ANAR (Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo), los problemas de salud mental en niños y adolescentes españoles han crecido de manera significativa a medida que también lo ha hecho la presión por tener presencia y notoriedad en las redes sociales. Los últimos informes de la Fundación ANAR destacan, sobre todo, que en los últimos 12 años se han multiplicado por 35 las conductas suicidas, pero también las autolesiones, la ansiedad, la tristeza, la depresión o los trastornos de la alimentación.

A finales de 2024 conocíamos que la Universidad de Oxford había elegido como palabra del año el término “brain rot” –que se podría traducir como “podredumbre cerebral”–, para referirse al deterioro del estado mental o intelectual de una persona como resultado del consumo excesivo de informaciones triviales que recibimos a través de las redes sociales. La Universidad de Oxford la consideró como la expresión del año por la creciente popularización que está adquiriendo a modo de confesión, principalmente por parte de las generaciones más jóvenes, de la enorme cantidad de contenidos superfluos que consumimos diariamente en las redes sociales y que además puede crear adicción: cuando el cerebro está sometido a estímulos repetidos que liberan pulsos de dopamina, percibe una sensación de bienestar y se activa el mismo circuito de recompensa cerebral que se pone en marcha en otros comportamientos adictivos como el de las drogas o el juego.

Países como China ya han decidido regular las horas que pasan los adolescentes con el teléfono y, otros, como Australia han aprobado una ley para prohibir el acceso de los menores de 16 años a las redes sociales. En España, donde se estima que el 21% de los adolescentes es adicto a la red y casi un 10% reconoce que accede a sus redes sociales cada 15 minutos, también se está estudiando incrementar la edad de acceso a redes sociales a los menores. España es, además, el país avanzado en el que los menores dedican más tiempo a navegar por las redes sociales.

*“Pero independientemente de la legislación, por nuestra salud mental y cerebral es importante que todos hagamos una reflexión sobre cómo usamos la tecnología y qué tipo de relación queremos tener con ella. Desde el punto de vista de la salud la clave siempre estará en el equilibrio, haciendo un uso sensato y comedido de las redes sociales, sin olvidar la importancia de tener amigos de carne y hueso, socializar físicamente con ellos, hacer deporte al aire libre, leer libros en papel, subrayar o*

escribir a mano, entre otras cuestiones, comenta el Dr. David Ezpeleta.

“Y también es importante que los padres reflexionemos sobre la inconveniencia de utilizar nuestros móviles como un “chupete digital” cuando se los dejamos a nuestros hijos, si debemos retrasar la compra de su primer smartphone, si nosotros damos buen ejemplo con su uso o si supervisamos y velamos porque ellos también estén haciendo un buen uso de las tecnologías”, señala el Dr. Jesús Porta-Etessam.

Ante la relevante presencia de las nuevas tecnologías en nuestro día a día, la Sociedad Española de Neurología quiere recordar la importancia de ser conscientes del impacto que pueden tener en nuestra salud y recomienda tratar de establecer un límite de tiempo diario de uso de nuestros móviles y redes sociales, priorizar los contenidos educativos y creativos en las fuentes digitales, tratar de educar en un uso responsable a los niños y adolescentes fomentando su pensamiento crítico y no olvidar nunca la relevancia que tiene para nuestro cerebro seguir realizando actividades no digitales, como la lectura, el ejercicio al aire libre o quedar con los amigos y familiares.

Visitas: 0

 **Favorito** 0

Tags: adicciones, enfermedades, redes sociales, salud pública, SEN



Author: **Paola Minguez**

## Leave a Comment

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

**Message**

**Name**

 \*

**Email Address**

 \*

**Website**

**NOTICIAS**

# La epilepsia: una enfermedad prevenible en un 30 % de los casos

Por **Diario Salud Redacción** | Febrero 11, 2025



La epilepsia, una de las enfermedades neurológicas más frecuentes, afecta a casi 500.000 personas en España, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). Con motivo del Día Internacional de la Epilepsia, la SEN destaca que hasta un 30 % de los factores de riesgo asociados a esta patología podrían prevenirse, evitando con ello sus graves consecuencias.

Entre las causas prevenibles de epilepsia se encuentran los traumatismos craneales, las infecciones, las enfermedades genéticas y los problemas vasculares. Para reducir el riesgo de desarrollar esta enfermedad, la SEN recomienda:

- Protegerse contra los traumatismos craneales.
- Controlar los factores de riesgo vascular con una buena alimentación y ejercicio.
- Seguir las pautas de vacunación e higiene.
- Mantener un adecuado seguimiento del embarazo y del parto.

Las personas con epilepsia presentan un riesgo de sufrir lesiones físicas y accidentes fatales entre dos y cuatro veces superior al de la población general, según el informe “Impacto sociosanitario de las enfermedades neurológicas en España”. Además, aproximadamente un 50 % de los pacientes epilépticos tienen comorbilidades como ansiedad, depresión, migraña o enfermedades cardiovasculares.

En cuanto a la mortalidad, diversos estudios confirman que las personas con epilepsia presentan un mayor riesgo de muerte. Entre las principales causas están la muerte súbita asociada a la epilepsia (SUDEP), el estatus epiléptico y los accidentes provocados por crisis epilépticas.



El doctor Manuel Toledo, coordinador del Grupo de Estudio de Epilepsia de la SEN, explica que esta es una enfermedad crónica con un gran impacto en la calidad de vida del paciente y su entorno. Añade que el diagnóstico sigue suponiendo un estigma, dificultando el acceso a oportunidades laborales y sociales.

Cada año se diagnostican más de 2,4 millones de nuevos casos en el mundo, pero incluso en países desarrollados, el retraso en la detección puede alcanzar los diez años. Aproximadamente un 10 % de la población padecerá una crisis epiléptica a lo largo de su vida, por lo que la detección temprana es clave para mejorar el pronóstico y reducir complicaciones.

El doctor Iván Iniesta López, neurólogo del Hospital Los Madroños y experto en epilepsia, señala que las crisis epilépticas pueden clasificarse en focales y generalizadas. No todas las crisis conllevan convulsiones y sus síntomas dependen de la región cerebral afectada.

Además, un tercio de los pacientes no responde adecuadamente a la medicación, lo que se conoce como epilepsia fármaco-resistente. En algunos casos, la cirugía puede ser una opción viable para el tratamiento.

Otro aspecto relevante es el estigma social que rodea a la enfermedad. Históricamente, la epilepsia ha estado rodeada de mitos y prejuicios, lo que ha dificultado la inclusión social y profesional de quienes la padecen.

Las crisis epilépticas suelen remitir de forma espontánea, pero en caso de crisis prolongadas (más de cinco minutos), se requiere atención médica urgente. Se recomienda a los pacientes evitar situaciones de riesgo como bañarse solos o conducir sin un control adecuado de la enfermedad.

Según el doctor Toledo, la investigación en nuevos tratamientos es esencial para mejorar la calidad de vida de los pacientes y reducir el impacto de la enfermedad en la sociedad.

TEMAS:

[EPILEPSIA](#)

[NEUROLOGIA](#)

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



[Diario Salud Redacción](#)

Publicidad

Publicidad

Martes, 11 de febrero de 2025, 06:04

FUNDADO EN SANTIAGO DE CHILE EL 17 DE OCTUBRE DE 1978

Nosotros podemos ayudarte

## Qué Estás Buscando?



# Sociedades científicas y de pacientes piden destinar más recursos a la investigación y el tratamiento de la epilepsia

Archivado en: Ciencia &amp; Salud

Europa Press | Lunes, 10 de febrero de 2025, 09:28

La Federación Española de Epilepsia (FEDE) y la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) han pedido que se continúe sumando esfuerzos para que la epilepsia forme parte del debate sanitario y se destinen más recursos a mejorar las unidades especializadas, la investigación de nuevas técnicas y tratamientos y la Atención Primaria para los pacientes.

Con motivo del Día Internacional de la Epilepsia, que se conmemora este lunes, las asociaciones de profesionales y de pacientes han querido poner sobre la mesa el intenso trabajo y los avances que se han producido en este ámbito durante los últimos años, a través del lema 'Epilepsia, un futuro esperanzador'.

"Cada vez somos más capaces de ofrecer la libertad de crisis a pacientes que antes parecían imposibles de curar. La colaboración entre todos será la mejor forma de conseguir avances", resaltaba el pasado viernes la presidenta de la SEEP, Mar Carreño, durante un acto celebrado en las Cortes de Castilla y León, junto a FEDE y la Asociación de pacientes regional, ASPECYL.

"En el Día Internacional de la epilepsia, es esencial resaltar la importancia de la investigación para mejorar la atención y calidad de vida de las personas con epilepsia, así como la necesidad de superar barreras geográficas y sociales para brindar apoyo a quienes conviven con ella", añadía la presidenta de FEDE, Elvira Vacas.

En la clausura del acto, el consejero de Sanidad de Castilla y León, Alejandro Vázquez, animó a continuar trabajando por los pacientes con epilepsia. En España, se estima que unas 450.000 personas padecen algún tipo de epilepsia, aunque no existen estudios epidemiológicos al respecto.

## PLAN DE ACCIÓN GLOBAL INTERSECTORIAL DE LA OMS

Respecto a los esfuerzos realizados en los últimos años, las sociedades médicas y de pacientes han destacado su reflejo en la aprobación del Plan de Acción Global Intersectorial de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre Epilepsia y otros Trastornos Neurológicos 2022-2031.

Este plan es una hoja de ruta de diez años lanzada por la OMS para abordar de forma más eficaz las afecciones neurológicas y mejorar la vida de las personas con epilepsia y otras enfermedades neurológicas en el mundo.

Con el fin de implementar este Plan a nivel nacional, en octubre de 2023, FEDE, SEEP, la Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP) crearon el proyecto 'EpiAlliance'. A través de esta estructura conjunta, han trabajado para obtener un documento de consenso final que aborda los objetivos definidos en el Plan de la OMS.

## Lo Más Leído

- 1 Errores que cometes cada día 'online' y que abren la puerta al robo de tus datos personales
- 2 Macul: La nueva joya para la inversión inmobiliaria en la Región Metropolitana
- 3 Inclusión y personalización: cómo la IA está transformando el sector financiero
- 4 El Triángulo de Harberger
- 5 Gotas de agua antigua en sal marina preservan la historia geológica
- 6 Clínica Las Condes cita a junta extraordinaria de accionistas por aumento de capital
- 7 Warner Bros. retirará MultiVersus de las tiendas digitales el 30 de mayo
- 8 Microsoft ofrece una alternativa al error que impide la actualización de Windows 11 24H2 desde unidades físicas
- 9 Nueva subgerente general de Bank of China en Chile
- 10 Grupo AAISA acuerda adquirir el 67% de NevasaCorp S.A.

**europa press**

La UE responderá con contramedidas "firmes y proporcionadas" a los aranceles de Trump al acero y aluminio

Portada Etiquetas

# La SEN alerta sobre los peligros del uso excesivo de las redes sociales para la salud cerebral



Agencias

Lunes, 10 de febrero de 2025, 16:50 h (CET)

El vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y responsable del Área de Neurotecnología e Inteligencia Artificial, David Ezpeleta, ha alertado sobre los peligros del uso excesivo de las redes sociales, sobre todo en niños y adolescentes, para la salud cerebral.

"Algunos estudios, más centrados en sus efectos en niños y adolescentes, incluso han observado cambios en el neurodesarrollo de regiones y redes cerebrales relacionadas con los afectos, la motivación o en el sistema de recompensa cerebral, e incluso pérdida de sustancia blanca en las áreas que sustentan el lenguaje y la alfabetización emergente. Todos estos datos son realmente muy preocupantes", ha explicado el especialista.

En el marco del Día Internacional de Internet más Seguro, que se celebra el segundo martes de febrero, la SEN ha querido advertir sobre las consecuencias que puede tener un exceso de consumo de redes sociales.

"Son numerosos los estudios que han señalado los diversos efectos negativos que tienen los contenidos de las redes sociales para la salud cerebral en todo tipo de población, destacando que el exceso de visionado de videos cortos en redes sociales reduce la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones y la creatividad, además de incidir de forma negativa en la capacidad de retención y aprendizaje", ha comentado Ezpeleta.

Además, las redes sociales también pueden influir negativamente en la salud mental de los usuarios, "algo que se ha visto sobre todo en la autopercepción de la imagen corporal de muchos niños adolescentes y en el aumento de las tasas de depresión e incluso de conducta suicida (ideación e intento) en jóvenes", ha señalado el presidente de la SEN, Jesús Porta- Etessam.

Y es que, en la última década, según datos de la Fundación ANAR (Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo), los problemas de salud mental en niños y adolescentes españoles han crecido de manera significativa a medida que también lo ha hecho la presión por tener presencia y notoriedad en las redes sociales. Los últimos informes de la Fundación ANAR destacan, sobre todo, que en los últimos 12 años se han multiplicado por 35 las conductas suicidas, pero también las autolesiones, la ansiedad, la tristeza, la depresión o los trastornos de la alimentación.

## Lo más leído

**1 Prevención (PRL) y Psicosociología. Sobre la Fibromialgia, la enfermedad incomprendida (II)**

**2 Reactividad Vs Proactividad en el trabajo**

**3 El haiku como la representación artística de la espiritualidad y el ecologismo**

**4 Se debe tener en cuenta esto al comprar un coche de segunda mano online**

**5 "Elogio a Guadalajara", un homenaje poético a la Perla Tapatía**

## Noticias relacionadas

**El racismo y el abuso sexualizado siguen utilizándose en un 48% para atacar a los atletas en redes sociales**

La Asociación Mundial de Atletismo (World Athletics) publicó este jueves las conclusiones de un estudio realizado durante los Juegos Olímpicos de París 2024 con el objetivo de identificar y proteger a los atletas de los mensajes abusivos enviados a través de las plataformas de las redes sociales, siendo el racismo, con un 18%, y el abuso sexualizado (30%)

En España, donde se estima que el 21 por ciento de los adolescentes es adicto a la red y casi un 10 por ciento reconoce que accede a sus redes sociales cada 15 minutos, también se está estudiando incrementar la edad de acceso a redes sociales a los menores. España es, además, el país avanzado en el que los menores dedican más tiempo a navegar por las redes sociales.

"Pero independientemente de la legislación, por nuestra salud mental y cerebral es importante que todos hagamos una reflexión sobre cómo usamos la tecnología y qué tipo de relación queremos tener con ella. Desde el punto de vista de la salud la clave siempre estará en el equilibrio, haciendo un uso sensato y comedido de las redes sociales, sin olvidar la importancia de tener amigos de carne y hueso, socializar físicamente con ellos, hacer deporte al aire libre, leer libros en papel, subrayar o escribir a mano, entre otras cuestiones, ha indicado Ezpeleta.

"Y también es importante que los padres reflexionemos sobre la inconveniencia de utilizar nuestros móviles como un 'chupete digital' cuando se los dejamos a nuestros hijos, si debemos retrasar la compra de su primer smartphone, si nosotros damos buen ejemplo con su uso o si supervisamos y velamos porque ellos también estén haciendo un buen uso de las tecnologías", ha afirmado Porta-Etessam.

Ante la relevante presencia de las nuevas tecnologías, la Sociedad Española de Neurología quiere recordar la importancia de ser conscientes del impacto que pueden tener en la salud y recomienda tratar de establecer un límite de tiempo diario de uso de los móviles y redes sociales, priorizar los contenidos educativos y creativos en las fuentes digitales, tratar de educar en un uso responsable a los niños y adolescentes fomentando su pensamiento crítico. Además, recomienda "no olvidar nunca la relevancia que tiene para el cerebro seguir realizando actividades no digitales, como la lectura, el ejercicio al aire libre o quedar con los amigos y familiares".

los principales problemas.

#### **Pesadillas fiscales y sueños monetarios**

Menuda semana tras el breve descanso. Precios del petróleo, cifras de inflación, titulares fiscales y debates sobre la reunión del BCE de la próxima semana. Nos visitaron fantasmas del pasado, del presente y, potencialmente, del futuro próximo.

#### **IAG pide más control en los pasaportes en los aeropuertos**

El consejero delegado de International Airlines Group (IAG), Luis Gallego, destacó este viernes "el buen funcionamiento" de los aeropuertos españoles en comparación con otros de Europa, entre los que citó los de Londres, Ámsterdam y Frankfurt, según dijo una conferencia con periodistas en relación con los resultados del 'holding' de Iberia y Vueling en el primer semestre.

## **TE RECOMENDAMOS**



**"Elegimos productos Moeve porque sus lubricantes que protegen al máximo nuestro coche"**

**NUEVO CITROËN C3 15.240€**  
**Aprovecha ahora con hasta 8 años de garantía WE CARE y maletero de 310L**



# Cantabria Liberal

[PORTADA](#) [CANTABRIA](#) [TORRELAVEGA](#) [OPINIÓN](#) [CULTURA](#) [ECONOMÍA](#) [DEPORTES](#)[ENTREVISTAS](#)[SANIDAD CANTABRIA](#)[TRIBUNALES](#)

SANIDAD CANTABRIA 10-02-2025 13:15



## Sociedades científicas y de pacientes piden destinar más recursos a la investigación y el tratamiento de la epilepsia

*La Federación Española de Epilepsia (FEDE) y la Sociedad Española de Epilepsia (SEEP) han pedido que se continúe sumando esfuerzos para que la epilepsia forme parte del debate sanitario y se destinen más recursos a mejorar las unidades especializadas, la investigación de nuevas técnicas y tratamientos y la Atención Primaria para los pacientes.*

Con motivo del Día Internacional de la Epilepsia, que se conmemora este lunes, las asociaciones de profesionales y de pacientes han querido poner sobre la mesa el intenso trabajo y los avances que se han producido en este ámbito durante los últimos años, a través del lema 'Epilepsia, un futuro esperanzador'.

"Cada vez somos más capaces de ofrecer la libertad de crisis a pacientes que antes parecían imposibles de curar. La colaboración entre todos será la mejor forma de conseguir avances", resaltaba el pasado viernes la presidenta de la SEEP, Mar Carreño, durante un acto

Utilizamos "cookies" propias y de terceros para elaborar información estadística y mostrarte publicidad, contenidos y servicios personalizados a través del análisis de tu navegación. Si continúas navegando aceptas su uso.

[SABER MÁS](#)[ACEPTAR Y CERRAR](#)

atención y calidad de vida de las personas con epilepsia, así como la necesidad de superar barreras geográficas y sociales para brindar apoyo a quienes conviven con ella", añadía la presidenta de FEDE, Elvira Vacas.

En la clausura del acto, el consejero de Sanidad de Castilla y León, Alejandro Vázquez, animó a continuar trabajando por los pacientes con epilepsia. En España, se estima que unas 450.000 personas padecen algún tipo de epilepsia, aunque no existen estudios epidemiológicos al respecto.

#### PLAN DE ACCIÓN GLOBAL INTERSECTORIAL DE LA OMS

Respecto a los esfuerzos realizados en los últimos años, las sociedades médicas y de pacientes han destacado su reflejo en la aprobación del Plan de Acción Global Intersectorial de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre Epilepsia y otros Trastornos Neurológicos 2022-2031.

Este plan es una hoja de ruta de diez años lanzada por la OMS para abordar de forma más eficaz las afecciones neurológicas y mejorar la vida de las personas con epilepsia y otras enfermedades neurológicas en el mundo.

Con el fin de implementar este Plan a nivel nacional, en octubre de 2023, FEDE, SEEP, la Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Sociedad Española de Neurología Pediátrica (SENEP) crearon el proyecto 'EpiAlliance'. A través de esta estructura conjunta, han trabajado para obtener un documento de consenso final que aborda los objetivos definidos en el Plan de la OMS.

Utilizamos "cookies" propias y de terceros para elaborar información estadística y mostrarte publicidad, contenidos y servicios personalizados a través del análisis de tu navegación. Si continúas navegando aceptas su uso.

[SABER MÁS](#)[ACEPTAR Y CERRAR](#)