

PUBLICIDAD



¿Aún no conoces Quviviq®?



Glosario



Libros



Directorio



Cursos



Psicofármacos



Trastor



psiquiatria.com

Buscar



Actualidad y Artículos | **Epilepsia**



Seguir 14



1



2



PUBLICAR ▾

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



Noticia | 📅 12/02/2025

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.

La epilepsia es 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.



¿Aún no conoces Quviviq®?



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.

Fuente: Europa Press

Palabras clave: epilepsia, diagnóstico, neuróloga

Comentarios de los usuarios

AÑADIR COMENTARIO

No hay ningun comentario, se el primero en comentar

Áreas tematicas

Epilepsia



Publicidad



Aragón Radio > Podcast > Emisiones > [Día del Internet Seguro. Efectos del ...](#)

Día del Internet Seguro. Efectos del uso excesivo en el cerebro

En No Llegues tarde



11/02/2025

Duración: 00:15:04

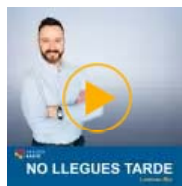


En el Día del Internet Seguro el programa da a conocer los efectos que puede tener un uso excesivo de las tecnologías en el cerebro, con David Ezpeleta, vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología. Por otra parte, Miguel Ángel Ruiz, presidente de ASESCON, detalla un reciente fraude sobre mensajería de San Valentín.

Más podcasts de No Llegues tarde



Cine de vampiros:
parte 2
Hace 13 horas



No Llegues tarde de
19h a 20h -
Hace 13 horas

Privacidad



V Campeonato de
España de



No Llegues tarde de
18h a 19h -

[Xaloc](#) | [Dudas y respuestas](#) **Bienestar**

Adiós a las migrañas: el cardiólogo Aurelio Rojas explica cuáles son las principales causas del dolor de cabeza

El cardiólogo explica que puede haber muchas razones y evitarlas es esencial para nuestra salud y bienestar



El doctor aclara que hay muchos mitos falsos alrededor de estos dolores.

[Redacción Digital](#) Palma 12/02/25 4:00 Actualizado a las 09:08

Los **dolores de cabeza** aparecen de forma inesperada y solemos pensar que sin motivo aparente. Sin embargo, [según el cardiólogo Aurelio Rojas](#), suele haber circunstancias que los provocan y que a menudo ignoramos.

Rojas explica en un vídeo publicado en su perfil de Instagram cuáles son esos desencadenantes poco conocidos. Sorprendentemente, uno de ellos es el **chocolate**, un alimento por el que los **españoles** sienten especial debilidad. «El chocolate puede disparar las migrañas», afirma el experto, señalando que hasta 1,5 millones de personas en **España** padecen esta condición según la Sociedad Española de Neurología (SEN).



Rojas desmiente un mito frecuente: cuando sentimos [dolor de cabeza](#), no es el cerebro el que duele. «El dolor se origina en los tejidos circundantes, como **músculos, nervios y vasos sanguíneos**», aclara. La tensión en los músculos de la cabeza y cuello suele ser una causa habitual de estos dolores punzantes, no solo la migraña.







Además de la falta de cuidado de estos grupos musculares, el **estrés** y la **falta de sueño** también son factores comunes. Asimismo, la **deshidratación** puede desencadenar intensos dolores de cabeza.

«Cuando bebes poca agua, comes algo pesado o con mucho azúcar, tu cabeza puede responder con dolor», asegura Rojas. Incluso cambios climáticos o luces demasiado brillantes pueden provocar ataques de migraña en personas propensas.

El **invierno** es otra época en la que aumentan los dolores de cabeza, debido a que las infecciones son más frecuentes al pasar más tiempo en espacios cerrados. Rojas destaca la **sinusitis**, una inflamación de los senos paranasales, como una de las principales causas en esta estación.

Bebidas como el **alcohol**, responsable de la resaca, y el **café** también pueden desencadenar episodios de cefalea. Sin embargo, el cardiólogo afirma que el dolor de cabeza se puede prevenir adoptando ciertos hábitos saludables.

Consejos para prevenir y aliviar el dolor

«Hidrátate bien durante el día, duerme al menos 7 horas y mantén una dieta equilibrada», recomienda Rojas. Además, sugiere hacer estiramientos, practicar yoga, alternar duchas de agua fría y caliente, y tomar suplementos de **magnesio** para mejorar el dolor de cabeza.



No obstante, si los dolores persisten, el experto aconseja acudir a un especialista para recibir pruebas diagnósticas o un tratamiento específico.

Lo más leído

- [Estos son los requisitos básicos para acceder al Ingreso Mínimo Vital en 2025](#)
- [Mis albóndigas de pescado azul](#)
- [El batido antienviejecimiento que revoluciona la salud, combate el deterioro celular y mejora tu vitalidad](#)

Ultima Hora en las redes

¡Únete a nuestra comunidad! Puedes seguir y opinar sobre toda la información que compartimos en nuestras redes sociales: [Facebook](#); [X](#); [Bluesky](#); [LinkedIn](#); [Instagram](#); [TikTok](#) y [YouTube](#). Además, puedes apuntarte a nuestros canales en [WhatsApp](#) y [Telegram](#) y recibir cada día las noticias más relevantes. Únete de manera gratuita a nuestras aplicaciones de mensajería para estar siempre informado de forma fácil y directa desde tu teléfono móvil.

[cardiología](#)[dolor de cabeza](#)[migraña](#)

SaludBienestarProblemas de salud

Escuchar

Qué debes saber sobre la meningitis

Mientras la meningitis viral suele ser benigna y sus consecuencias leves, la bacteriana puede ser mortal o dejar graves secuelas si no se trata rápido

Por [María Huidobro González](#) | 11 de febrero de 2025



Imagen: [cottonbro studio](#)

Hasta 1989 el patógeno *Haemophilus influenzae* tipo b (Hib) acababa con la vida de los niños. Gracias a la [vacuna](#) contra esta bacteria, la meningitis que producía casi ha desaparecido. Sin embargo, **enfermedad que afecta cada año a 1.000 personas en España —la mayoría, niños—, también pueden originarla otras bacterias y virus y es capaz de enfermar a cualquier edad.** Como esta enfermedad se hace pública. Aun así, según una [encuesta realizada por EROSKI](#), una de cada tres personas no sabe que se puede prevenir y cerca de un 9 % cree que no se puede prevenir. Este artículo pone remedio.

Ya estamos en [WhatsApp](#) y [Telegram](#). ¡Entra y síguenos!

Descubre la revista digital Consumer EROSKI de este mes

Visualiza la revista

Qué es la meningitis

Las estructuras del sistema nervioso, el cerebro y la médula espinal están recubiertas por unas membranas fibrosas denominadas **meninges**, que actúan de barrera ante algunas sustancias tóxicas y gérmenes. Cuando estas defensas se ven superadas, se produce su inflamación: la meningitis, lo que provoca la compresión fundamentalmente del cerebro.

A quién afecta

La meningitis es **poco frecuente** gracias al importante esfuerzo realizado en las últimas décadas en investigación, atención sanitaria, diagnóstico, tratamiento y prevención con vacunas para casi todos los tipos. Aun así, la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que afecta a unos 2,5 millones de personas y causa unos 300.000 fallecimientos. Pero cree que es posible derrotarla para 2030, por lo que aboga por una [hoja de ruta mundial](#) que avance hacia un mundo sin meningitis.

En nuestro país, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), cada año se declaran unos **1.000 casos de meningitis**. A pesar de que estas cifras no son especialmente altas, desde 2014 se observa una tendencia ascendente, que bajó durante la pandemia, pero que con la relajación de las medidas de protección contra la covid-19 ha aumentó la incidencia un 10 % en 2023 y un 13 % en 2024.

La meningitis puede aparecer a cualquier edad, pero especialmente pasa en niños **menores de cinco años, sobre todo cuando no han sido vacunados, y jóvenes de entre 15 y 24 años**. De hecho, es la primera causa de muerte por infección en niños y adolescentes. El riesgo de padecer distintos tipos de meningitis aumenta en el caso de sufrir una inmunodeficiencia, como la causada por la infección por el VIH.

Causas de la meningitis

¿Qué la provoca? En la encuesta de la AEP queda patente el desconocimiento de la población en este sentido. Cerca de la mitad (45,2 %) cree que la meningitis puede estar provocada por un virus o por una bacteria; un porcentaje similar la achaca a una bacteria (40,2 %) y casi un 15 % considera que se debe a un virus.

En realidad, puede aparecer por **causas poco habituales** como reacciones químicas, en enfermedades como el cáncer o ciertas patologías inflamatorias, pero en la gran mayoría de los casos de meningitis hay una infección detrás. Y los principales agentes son los virus y las bacterias, aunque también existen hongos y parásitos que atacan las meninges.

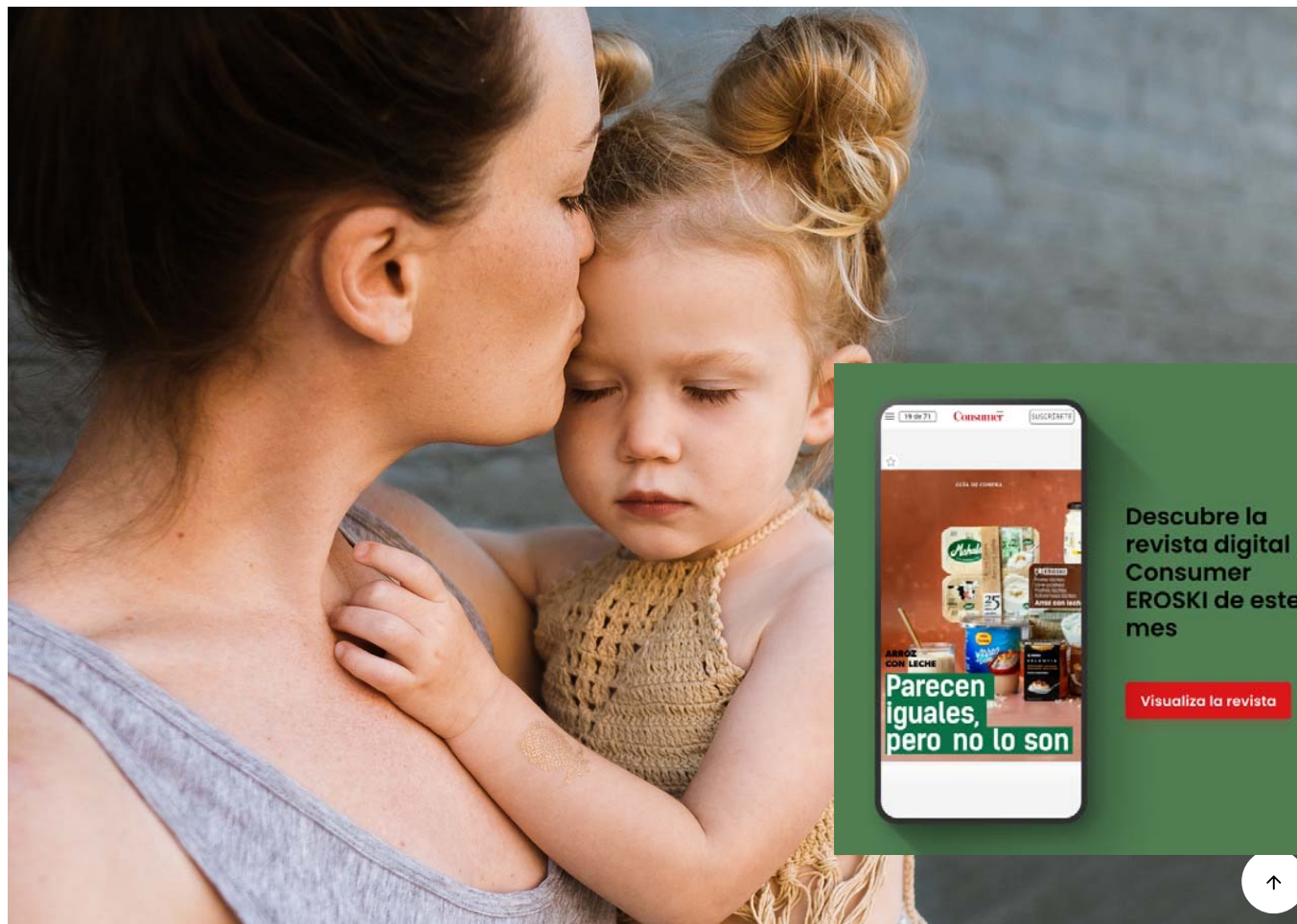


Imagen: [StockSnap](#)

→ Virus

La meningitis más habitual en nuestro país tiene un origen vírico. La meningitis viral suele ser benigna y sus consecuencias leves. [Enterovirus](#) intestinales y los virus del [herpes labial](#), gripe, varicela y paperas pueden ocasionarla.

→ Bacterias

En cambio, **la meningitis bacteriana es grave: puede ser mortal o dejar secuelas importantes** si no se trata de forma inmediata. Y es que entre un 10 % de los pacientes que la sufren fallecen y de los que sobreviven hasta un 30 % lo hacen con graves secuelas: **edema cerebral, hidrocefalia, sordera, insuficiencia renal, epilepsia, retraso cognitivo, amputación de extremidades...**

Además del *Haemophilus influenzae* tipo b, otras bacterias que producen meningitis son:

- **Estreptococos** del grupo B (*Streptococcus agalactiae*) y [Listeria monocytogenes](#) en lactantes.
- **Neumococo** (*Streptococcus pneumoniae*).
- **Meningococo** (*Neisseria meningitidis*), que causa la enfermedad meningocócica invasiva (EMI). Hay 12 serotipos descritos, pero el 95 % de los casos de EMI son producidos por seis: A, B, C, W, X e Y. Entre un 5-20 % de la población lleva esta bacteria en la nariz y la garganta, por lo que son portadores asintomáticos que al estornudar o toser lo expulsan al exterior.

→ Hongos

La meningitis por hongos o micótica es muy rara. Ocurre por inhalación del hongo *Cryptococcus neoformans*, principalmente, si bien otros hongos como la [Candida albicans](#) también son responsables.

Cómo se contagia de meningitis

Casi el 90 % de los casos de meningitis se producen por infecciones que pueden transmitirse al **estornudar, al toser o con el intercambio de saliva**, según la SEN. Así sucede con el meningococo, el neumococo y el *Haemophilus influenzae*, que las llevamos en la nariz y la garganta. Se pueden dar casos esporádicos de meningitis, como afectar a pequeños grupos (brotes) o, incluso, convertirse en una epidemia, como sucede en algunos países.

Por su parte, el estreptococo del grupo B está en el intestino o la vagina y se contagia de la madre al niño **en el momento del parto**.

Síntomas de alerta

Reconocer los signos de la meningitis es clave para poder actuar lo antes posible y evitar las consecuencias que en cuestión de unas horas pueden ser fatales. De hecho, **una infección bacteriana tiene una evolución muy rápida y con capacidad de provocar la muerte en solo 24 horas**. Y no es tarea fácil detectar síntomas similares a los de infecciones como la gripe.

¿Cómo comienza la meningitis? Suele aparecer de forma brusca y durar un tiempo corto. Los síntomas más comunes son fiebre alta, irritabilidad en los bebés, dolor de cabeza intenso en los niños mayores, vómitos y rechazo de la alimentación.

👉 Cómo se sabe si una persona tiene meningitis






Imagen: [congerdesign](#)

Pero pronto aparecen otros síntomas más específicos que es importante tener en cuenta, pues podrían apuntar que se esté iniciando la infección, tal y como recoge en su web la Asociación Española Contra la Meningitis:

- **Dolor en las piernas** (aparece hasta en un 35% de los niños).
- Frío en pies y manos.
- Color pálido violáceo de la piel.
- Respiración agitada.
- Fotofobia.
- **Rigidez de cuello** (no se puede mover la cabeza para abajo).
- Disminución del nivel de conciencia.
- Convulsiones.
- Somnolencia.
- **Petequias**. Si se observan pequeñas manchas de color rojo o morado, primero en el torso y, después rápidamente, por el resto del cuerpo, sin que desaparezcan al estirar la piel, puede ser una **sepsis** (invasión y proliferación del meningococo dentro del torrente sanguíneo), y se necesitaría de atención médica urgente. “Algunas se juntan y se van haciendo grandes, lo que significa que el cuadro está muy avanzado”, comenta el pediatra David Moreno en el documental [‘Meningitis, cerrando el círculo. Una película que merece ser contada’](#).

Cómo se diagnostica

¿Cómo se puede detectar la meningitis? El diagnóstico se realiza analizando una muestra de líquido cefalorraquídeo de la médula espinal que se obtiene mediante una **punción en la columna vertebral** (punción lumbar). Otras pruebas para confirmarlo son una ecografía o una **tomografía axial computarizada** (TC).

Tratamiento

El paciente de meningitis viral no precisa tratamiento específico y en una semana se resuelve.

No obstante, para la meningitis bacteriana hay que tomar **antibióticos** y se requiere la administración de líquidos por vía intravenosa y medicamentos para tratar la fiebre. Además, **los contactos cercanos deberán tomar antibiótico** e incluso vacunarse.

Cómo prevenir la meningitis



Descubre la revista digital Consumer EROSKI de este mes

Visualiza la revista





Imagen: [fotoblend](#)

Como la meningitis se propaga a través de gotículas respiratorias o secreciones de la garganta, es recomendable mantener unos buenos **hábitos de higiene** (lavarse las manos y taparse al estornudar o toser), **hábitos saludables** y evitar sustancias tóxicas como el tabaco o el alcohol que debilitan el sistema inmune.

👉 Vacunación

Pero la mayor prevención y defensa es la vacunación. En los [calendarios de vacunación de todas las comunidades autónomas](#) están las vacunas frente a las bacterias más frecuentes que causan meningitis.

- *Haemophilus Influenzae* tipo b (Hib) a los 2, 4 y 11 meses.
- Meningococo B a los 2, 4 y 12 meses con dosis de recuerdo a los 12 años.
- Meningococo C a los 4 y 12 meses con dosis de recuerdo a los 12 años.
- Neumococo a los 2, 4 y 11 meses.

Además, la vacuna triple vírica a los 12 meses y 3-4 años evita, también, la meningitis producida por el virus de la parotiditis.

Pero hay **una que recomiendan desde la AEP “para cerrar en círculo de prevención” y que en la mayoría de las regiones no está subvencionada** por el sistema público. Se trata de la que combate los **serotipos meningococo ACWY**, que se administra a los adolescentes de 12 años de edad que no hayan recibido una dosis a partir de los 10 años de edad y se recomienda poner a los 4 y 12 meses. La tetravalente ACWY no se dispensa de forma gratuita en Asturias, Cantabria, Castilla-La Mancha, Cataluña, Valencia, Madrid, Navarra y País Vasco.

#Meningitis

Sigue a Consumer en [Instagram](#), [X](#), [Threads](#), [Facebook](#)



Índice



[Recursos relacionados](#)

Boletines EROSKI Consumer

Para estar al día y no perderte ninguna novedad en EROSKI Consumer, suscríbete a nuestros boletines gratuitos.



Una prueba con líquido cerebral detecta el Alzheimer 10 años antes de los primeros síntomas

- ✓ La enfermedad de Alzheimer es un trastorno cerebral que destruye lentamente la memoria y la capacidad de pensar



Nuevo biomarcador para el Alzheimer.



DIEGO BUENOSVINOS

Especialista en periodismo de Salud en OKDIARIO; responsable de Comunicación y Prensa en el Colegio de Enfermería de León. Antes,...

12/02/2025 06:40 ACTUALIZADO: 12/02/2025 06:40

✓ Fact Checked

En un avance significativo en la investigación del [Alzheimer](#), un equipo de científicos de la Universidad de Pittsburgh (EEUU) ha desarrollado una prueba que utiliza biomarcadores en el líquido cefalorraquídeo para detectar signos tempranos de la enfermedad, incluso una década antes de que aparezcan los **ovillos neurofibrilares** en los escáneres cerebrales. Este descubrimiento, publicado en la revista *Nature Medicine*, abre la puerta a la detección temprana.

El doctor **Thomas Karikari**, profesor adjunto de Psiquiatría en la Universidad de Pittsburgh, ha señalado que «nuestra prueba identifica



MILENIO

HOME

● RADIO (LIVE)

¿DÓNDE IR? ¿QUÉ VER Y ESCUCHAR?

CIENCIA Y SALUD

CONGRESOS Y E

CIENCIA Y SALUD

Controlar los factores de riesgo epilepsia podría prevenir hasta 1 los casos



Publicado 2 días el 10/02/2025

Por **Eva Espiguiña Olmo**



SALUD

Estos son los síntomas de la epilepsia que debes conocer para asegurar un diagnóstico precoz

🕒 22 horas atras 👁 79 Vistas 📖 3 Mins Lectura



En la mayoría de los pacientes (70-80 por ciento), la epilepsia se puede controlar con medicamentos anticonvulsivos.



En las convulsiones generalizadas, en las que la activación neuronal está mucho más extendida, los síntomas como la pérdida de conciencia con el suelo, la lengua mordedora, la incontinencia urinaria y las convulsiones pueden ocurrir, según el experto. de lo contrario, el diagnóstico será difícil puede retrasarse hasta 10 años, lo que puede provocar la falta de un tratamiento eficaz y la recurrencia de las crisis epilépticas.

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

Rondón explicó que los síntomas de la epilepsia varían mucho y dependen de los siguientes factores: La zona afectada. En las crisis focales, en las que «se activa una red de neuronas limitada a una pequeña parte del hemisferio cerebral y los síntomas se limitan a la zona activada», los

síntomas más habituales son visión luminosa, hormigueo, percepción distorsionada del olfato y del gusto, temblores de las extremidades o movimientos involuntarios de la cabeza o el tronco.

En las crisis generalizadas, en las que la activación de las neuronas es mucho más generalizada, los síntomas pueden, según el experto «Es muy importante saber que las crisis epilépticas duran muy poco, desde unos segundos hasta uno o dos minutos», recuerda el neurólogo, advirtiéndolo: «Si duraran más de cinco minutos, estaríamos ante una urgencia médica llamada status epiléptico».

Juana Rondón enumeró la serie Enumerar los factores que pueden desencadenar una crisis epiléptica, como la privación parcial o total del sueño, el consumo de alcohol u otras drogas, ciertos medicamentos, los cambios hormonales durante el ciclo menstrual o el estrés. “También existe un grupo de epilepsias llamadas epilepsias reflejas. En estos, las convulsiones se desencadenan por la exposición a ciertos estímulos como la televisión, la luz o la música”, agregó.

Si se presenta alguno de los síntomas anteriores, un experto en epilepsia recomienda visitar un centro médico y ser examinado por un especialista. Si se sospecha epilepsia, las investigaciones pueden incluir electroencefalografía, pruebas de imagen e incluso pruebas genéticas, según el caso.

Una vez diagnosticado, puede estar indicado un tratamiento farmacológico o no farmacológico. En la mayoría de los pacientes (70-80 por ciento), la epilepsia se puede controlar con medicamentos anticonvulsivos. El 20 a 30 por ciento restante sufre lo que se conoce como epilepsia refractaria o resistente a fármacos, que ocurre cuando el paciente no responde a al menos dos fármacos antiepilépticos correctamente prescritos.

«En estos casos es muy importante una exploración por parte de un especialista en epilepsia, que pueda valorar correctamente si el tratamiento fue adecuado o si el paciente es candidato a un tratamiento no farmacológico como un estimulador del nervio vago o una cirugía de epilepsia», explicó el Dr. Quirónsalud Clideba.

Para prevenir una nueva crisis epiléptica, Rondón señaló que se debe mantener un horario regular de sueño, evitar el alcohol y otras sustancias tóxicas, evitar situaciones de peligro que puedan derivar en traumatismos craneoencefálicos, tomar correctamente los medicamentos, controlar los factores de riesgo cardiovascular para evitar la epilepsia relacionada con la enfermedad cerebrovascular secundaria a un ictus y evitar el uso excesivo de dispositivos electrónicos en caso de una crisis. epilepsia refleja



Sobre el Autor



TRA Noticias



ROMANCE BREAK VIDA CONFESIONES ESTILO DE VIDA

ESTILO DE VIDA • TIKTOK

Neurólogos alertan: 14 años límite de edad para poder tener un perfil en las redes sociales

11 de Febrero de 2025

14:53 hs

Lectura **2 min**



Neurólogos alertan sobre peligros del uso excesivo de las redes sociales en niños.



Publicidad

El doctor Jesús Porta-Etessam, presidente de la SEN, señala que, además, las redes sociales también pueden influir negativamente en la salud mental de los usuarios



por **Malena Jaquez**
Editora SEO



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**.

El doctor David Ezpeleta, vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología y responsable del Área de Neurotecnología e Inteligencia Artificial, explica 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**.

Destaca que el **exceso de visionado de vídeos 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.



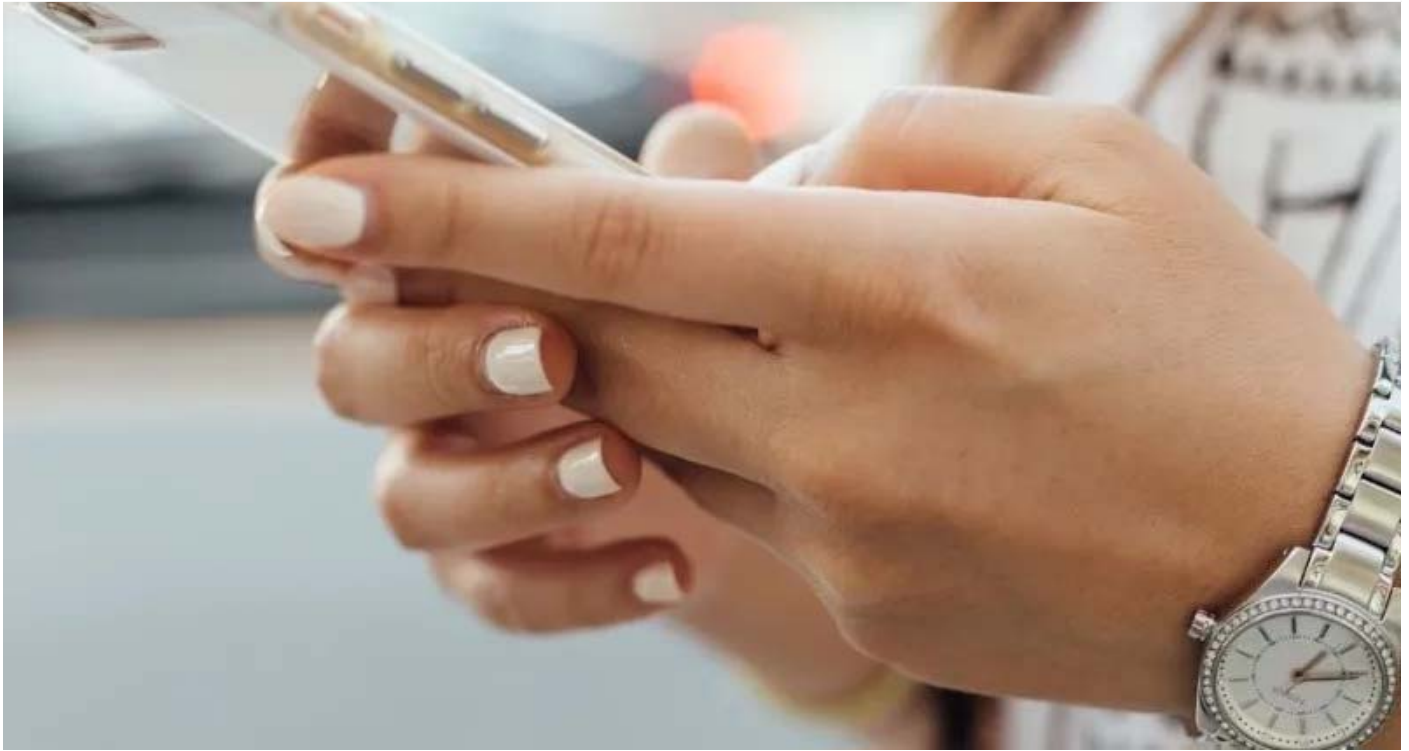
“

“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 partes que sustentan el lenguaje y la alfabetización emergente”, indica el neurólogo.

Afectan a la salud mental

El doctor Jesús Porta-Etessam, presidente de la SEN, señala que, además, las redes sociales también pueden influir negativamente en la salud mental de los usuarios.

Se ha visto sobre todo que afecta 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.



Celular. Foto: Pixabay

También, según datos de la Fundación ANAR, 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 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.

Cómo cuidar a un niño de las redes sociales

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.



amigos y familiares.



Malena Jaquez

Editora SEO

Licenciada en Ciencias de la Comunicación, editora SEO y Social Media Manager. Inicié en el Periodismo Digital en el 2010 en Debate.com.mx, donde me desempeñé como Editor de contenidos, redactora y Social Media Manager. En el 2017 tuve la oportunidad de comenzar un nuevo camino e...

[Ver más](#)



TikTok

Video



Noticias de hoy

Crianza de los hijos

Mantente informado sobre lo que más te importa.

SUSCRÍBETE
— ♥ —

Ingresa tu e-mail

QUIERO SUSCRIBIRME

Suscribirse implica aceptar los [términos y condiciones](#)



Contenido Patrocinado

STICK NOTICIAS

La Sociedad Española de Neurología certifica a la Fundación Jiménez Díaz como referente en el tratamiento de trastornos del movimiento

El centro hospitalario obtiene la acreditación de calidad de la SEN tras reforzar su liderazgo en Neurocirugía Funcional con innovadoras técnicas y una...

El centro hospitalario obtiene la acreditación de calidad de la SEN tras reforzar su liderazgo en Neurocirugía Funcional con innovadoras técnicas y una atención de excelencia

La Unidad de Trastornos del Movimiento (UTM) Médico-Quirúrgica del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz ha recibido la certificación de calidad otorgada por el Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento (GETM) de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Este reconocimiento valida la excelencia de la atención especializada que ofrece la unidad y consolida al hospital como un centro de referencia en el tratamiento de trastornos neurológicos funcionales, como la enfermedad de Parkinson, el temblor esencial y las distonías.

◀ Cinco detenidos por una reyerta con un herido grave en Aoiz

El programa de acreditación tiene como objetivo identificar y reconocer unidades clínicas que proporcionan una atención integral, humanizada y de alta calidad a pacientes con trastornos del movimiento, con énfasis en la enfermedad de Parkinson, uno de los trastornos más prevalentes en esta área. La certificación está respaldada por la biofarmacéutica AbbVie y evalúa diversos aspectos clave de la práctica clínica, incluyendo la seguridad del paciente, la humanización del trato, la gestión tecnológica y la minimización de riesgos. La obtención de esta certificación refleja el compromiso de la Fundación Jiménez Díaz y su UTM con la atención de calidad centrada en el paciente, utilizando las mejores evidencias científicas disponibles.

La UTM del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz se distingue por su enfoque multidisciplinario, en el que neurólogos, neurocirujanos, psicólogos y otros profesionales sanitarios trabajan de manera coordinada para optimizar los procesos de diagnóstico y tratamiento. Este enfoque colaborativo asegura que se sigan rigurosamente los protocolos basados en la mejor evidencia científica disponible, con el objetivo de reducir riesgos y mejorar los resultados clínicos a largo plazo.

La ceremonia de entrega de la acreditación contó con la presencia de destacadas personalidades del ámbito sanitario, entre ellas la Dra. Marta Cremades, directora del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz; el Dr. Jesús Porta Etesam, jefe del Servicio de Neurología del hospital; el Dr. Pedro J. García Ruiz-Espiga, coordinador de la UTM; y la Dra. CiCi Feliz Feliz, neuróloga de la UTM y coordinadora de la acreditación. También asistieron Yaroslau Compta, responsable del Proyecto de Acreditaciones en la SEN, y Amparo Valladares, gerente de Acceso al Mercado y Relaciones Institucionales de AbbVie.

Liderazgo en Neurocirugía Funcional Además de este reciente reconocimiento, la Fundación Jiménez Díaz ha consolidado su liderazgo en el campo de la Neurocirugía Funcional, una disciplina que abarca el

neurológicas. El hospital ofrece una completa cartera de servicios en este ámbito, incluyendo el tratamiento de la epilepsia, la psicocirugía y el manejo del dolor crónico. Especialmente en los trastornos del movimiento, el hospital destaca por su capacidad de abordaje integral, incorporando tecnología avanzada como el ultrasonido focalizado guiado por resonancia magnética (HIFU), una técnica mínimamente invasiva utilizada desde 2024.

El HIFU permite realizar lesiones precisas en áreas específicas del cerebro mediante el uso de ultrasonidos de alta intensidad, sin necesidad de incisiones quirúrgicas. Esta técnica se ha mostrado particularmente efectiva en el tratamiento de trastornos como el temblor esencial, la enfermedad de Parkinson y algunas distonías. Es especialmente útil para pacientes que no responden adecuadamente a los tratamientos convencionales, ofreciendo una alternativa terapéutica con resultados prometedores.

La implementación de esta tecnología coloca a la Fundación Jiménez Díaz a la vanguardia de la Neurocirugía Funcional en España, proporcionando a sus pacientes opciones terapéuticas avanzadas, personalizadas y de última generación.

ÚNETE A NUESTRO BOLETÍN

Su dirección de email...

Selecciona el periódico...

☐ Acepto los términos de uso y la política de privacidad

◀ Cinco detenidos por una reyerta con un herido grave en Aoiz



La Sociedad Española de Neurología certifica a la Fundación Jiménez Díaz como referente en el tratamiento de trastornos del movimiento

El centro hospitalario obtiene la acreditación de calidad de la SEN tras reforzar su liderazgo en Neurocirugía Funcional con innovadoras técnicas y una atención de excelencia

Comunicae / Actualizado a 12 febrero, 2025

El centro hospitalario obtiene la acreditación de calidad de la SEN tras reforzar su liderazgo en Neurocirugía Funcional con innovadoras técnicas y una atención de excelencia

La Unidad de Trastornos del Movimiento (UTM) Médico-Quirúrgica del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz ha recibido la certificación de calidad otorgada por el Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento (GETM) de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Este reconocimiento valida la excelencia

Las cookies de este sitio web se usan para personalizar el contenido y los anuncios, ofrecer funciones de redes sociales y analizar el uso del sitio. También podemos compartir esta información con nuestros partners de redes sociales, publicidad y análisis web, quienes pueden combinarla con otra información que les haya proporcionado o que hayan recopilado de otros sitios web con los que compartimos servicios.

Además, compartimos información sobre el uso que haga del sitio web con nuestros partners de redes sociales, publicidad y análisis web, quienes pueden combinarla con otra información que les haya proporcionado o que hayan recopilado de otros sitios web con los que compartimos servicios.

Usted acepta nuestras cookies si continúa utilizando nuestro sitio web.

ACEPTAR RECHAZAR

de la atención especializada que ofrece la unidad y consolida al hospital como un centro de referencia en el tratamiento de trastornos neurológicos funcionales, como la enfermedad de Parkinson, el temblor esencial y las distonías.

El programa de acreditación tiene como objetivo identificar y reconocer unidades clínicas que proporcionan una atención integral, humanizada y de alta calidad a pacientes con trastornos del movimiento, con énfasis en la enfermedad de Parkinson, uno de los trastornos más prevalentes en esta área. La certificación está respaldada por la biofarmacéutica AbbVie y evalúa diversos aspectos clave de la práctica clínica, incluyendo la seguridad del paciente, la humanización del trato, la gestión tecnológica y la minimización de riesgos. La obtención de esta certificación refleja el compromiso de la Fundación Jiménez Díaz y su UTM con la atención de calidad centrada en el paciente, utilizando las mejores evidencias científicas disponibles.

La UTM del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz se distingue por su enfoque multidisciplinario, en el que neurólogos, neurocirujanos, psicólogos y otros profesionales sanitarios trabajan de manera coordinada para optimizar los procesos de diagnóstico y tratamiento. Este enfoque colaborativo asegura que se sigan rigurosamente los protocolos basados en la mejor evidencia científica disponible, con el objetivo de reducir riesgos y mejorar los resultados clínicos a largo plazo.

La ceremonia de entrega de la acreditación contó con la presencia de destacadas personalidades del ámbito sanitario, entre ellas la Dra. Marta Cremades, directora del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz; el Dr. Jesús Porta Etessam, jefe del Servicio de Neurología del hospital; el Dr. Pedro J. García Ruiz-Espiga, coordinador de la UTM; y la Dra. CiCi Feliz Feliz, neuróloga de la UTM y coordinadora de la acreditación. También asistieron Yaroslau Compta, responsable del Proyecto de Acreditaciones en la SEN, y Amparo Valladares, gerente de Acceso al Mercado y Relaciones Institucionales de AbbVie.

Liderazgo en Neurocirugía Funcional

Además de este reciente reconocimiento, la Fundación Jiménez Díaz ha consolidado su liderazgo en el campo de la Neurocirugía Funcional, una disciplina que abarca el tratamiento quirúrgico de trastornos del movimiento y otras afecciones neurológicas. El hospital ofrece una completa cartera de servicios en este ámbito, incluyendo el tratamiento de la epilepsia, la psicocirugía y el manejo del dolor crónico. Especialmente en los trastornos del movimiento, el hospital destaca por su capacidad de abordaje integral, incorporando tecnología avanzada como el ultrasonido focalizado guiado por resonancia magnética (HIFU), una técnica mínimamente invasiva utilizada desde 2024.

El HIFU permite realizar lesiones precisas en áreas específicas del cerebro mediante el uso de ultrasonidos de alta intensidad, sin necesidad de incisiones quirúrgicas. Esta técnica se ha mostrado particularmente efectiva en el

Las cookies de este sitio web se usan para personalizar el contenido y los anuncios, ofrecer funciones de redes sociales y mejorar la navegación. Usted acepta nuestras cookies si continúa utilizando nuestro sitio web.

ACEPTAR RECHAZAR
AJUSTES

tratamiento de trastornos como el temblor esencial, la enfermedad de Parkinson y algunas distonías. Es especialmente útil para pacientes que no responden adecuadamente a los tratamientos convencionales, ofreciendo una alternativa terapéutica con resultados prometedores.

La implementación de esta tecnología coloca a la Fundación Jiménez Díaz a la vanguardia de la Neurocirugía Funcional en España, proporcionando a sus pacientes opciones terapéuticas avanzadas, personalizadas y de última generación.

OTRAS NOTICIAS:



Las cookies de este sitio web se usan para personalizar el contenido y los anuncios, ofrecer funciones de redes sociales y analizar el tráfico.

Además, compartimos información sobre el uso que haga del sitio web con nuestros partners de redes sociales, publicidad y análisis web, quienes pueden combinarla con otra información que les haya proporcionado o que hayan recopilado a partir del uso que haya hecho de sus servicios.

Usted acepta nuestras cookies si continúa utilizando nuestro sitio web.

ACEPTAR

RECHAZAR

AJUSTES

Hästens indica cuatro hábitos nocturnos para mejorar el descanso

Jueves, 13 de febrero de

2025

Economía Política sanitaria Tecnología Industria Farmacia Hospitales Legislación I+D Nombramientos Opinión Entrevistas RSC
| Concienciados | Entre Bastidores |

ES NOTICIA

COVID-19 Fármacos Estudios Innovación Formación Profesión Pacientes

Publicidad

G-PARK GETAFE MADRID



HOSPITALES

12 de febrero, 2025

La UTM del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz obtiene la acreditación de calidad de la Sociedad Española de Neurología



AbbVie

El programa de acreditación reconoce a las unidades clínicas que ofrecen atención de calidad

ABBVIE

La Unidad de Trastornos del Movimiento (UTM) Médico-Quirúrgica del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz recibió el viernes la acreditación de calidad otorgada por el [Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento \(GETM\)](#)

NOTICIAS RELACIONADAS

- El Hospital Universitari Dexeus impulsa ActiCorazón, un programa

Suscríbete GRATIS a las newsletters de Pharma Market

atención especializada de la consulta, consolidando al hospital como centro de referencia en este ámbito y avalando la calidad asistencial ofrecida.

El acto de entrega de la acreditación ha contado con la presencia de la **Dra. Marta Cremades**, directora del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz; el **Dr. Jesús Porta-Etessam**, jefe del Servicio de Neurología del hospital; el **Dr. Pedro J. García Ruiz-Espiga**, coordinador de la UTM, la **Dra. CiCi Feliz Feliz**, neuróloga de la UTM y coordinadora de la acreditación; **Yaroslau Compta**, responsable del Proyecto de Acreditaciones en la Sociedad Española de Neurología; y **Amparo Valladares**. Gerente de Acceso al Mercado y Relaciones Institucionales de AbbVie, así como con miembros de la UTM, entre ellos el **Dr. Joaquín Ayerbe**, especialista del Servicio de Neurocirugía del hospital.

Durante el acto, la Dra. Feliz ha recibido la certificación de calidad de manos del Dr. Yaroslau Compta y ha aprovechado la ocasión para destacar que el proceso de acreditación ha sido una herramienta valiosa para tomar conciencia de la calidad asistencial de su departamento. *"La Unidad de Trastornos del Movimiento del hospital se distingue por su trabajo en equipo, un esfuerzo multidisciplinar en el que cada integrante contribuye a optimizar los procesos en beneficio del paciente, asegurando el cumplimiento de protocolos basados en la mejor evidencia científica disponible. Cada paso está orientado a reducir riesgos y mejorar los resultados clínicos, garantizando la mejor atención posible. Esta certificación nos impulsa a seguir innovando y manteniendo al paciente en el centro de todo lo que hacemos"*.

Algo con lo que concuerda el Dr. Porta, quien ha señalado que este reconocimiento certifica la excelencia. *"Creo que es muy importante para nuestro servicio de Neurología y para el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz haber recibido esta acreditación. Además, está en línea con nuestra filosofía de crecimiento, incorporando los últimos recursos diagnósticos y terapéuticos, junto con la valoración personalizada de los pacientes por un equipo de neurólogos de altísima calidad"*.

Un estándar de calidad para la atención en salud

El proyecto de acreditación, promovido por el Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento (GETM) de la Sociedad Española de Neurología con el apoyo de AbbVie, busca identificar y reconocer unidades clínicas que ofrecen una atención integral, humanizada y de alta calidad a pacientes con enfermedad de Parkinson. Este programa evalúa aspectos clave como la seguridad, la gestión tecnológica y la minimización de riesgos, garantizando servicios de salud que cumplan con los más altos estándares y mejoren el bienestar de los pacientes.

Para obtener esta acreditación, cada unidad debe someterse a una auditoría interna exhaustiva, cuyo objetivo es identificar áreas de mejora y emprender acciones que corrijan posibles deficiencias. Este proceso tiene un impacto directo en los pacientes y contribuye a establecer una relación de confianza en los resultados de los procesos asistenciales y administrativos.

En este sentido, Dr. Yaroslau Compta ha subrayado que el proceso de acreditación evalúa elementos clave como los recursos disponibles, la formación de los profesionales, las estrategias de atención y los resultados alcanzados. En sus palabras, se trata de *"evaluar y proporcionar un marco homogéneo de atención a los trastornos del movimiento a nivel de la SEN en coherencia con los altos estándares de otras acreditaciones y certificaciones nacionales e internacionales"*. Asimismo, ha destacado que, aunque obtener esta acreditación supone un desafío exigente para los profesionales médicos, *"reconocer con el sello "SEN" la capacitación, recursos y excelencia de las unidades acreditadas con el correspondiente impacto positivo en múltiples ámbitos"*.

Con esta acreditación, el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz reafirma su compromiso con la excelencia asistencial y su liderazgo en la atención a pacientes con Parkinson y trastornos del movimiento.

con insuficiencia cardíaca

- El 12 de Octubre, primer hospital español en un ensayo internacional para comprobar la eficacia de un fármaco en glioblastoma
- La Comunidad de Madrid presenta una encuesta sobre drogas donde el cannabis y los hipnosedantes acaparan casi la mitad del consumo



REPRESENTANTES DE LA FJD Y SU UTM, LA SEN Y ABBVIE, - FJD

ANDALUCÍA

La UTM Médico-Quirúrgica de Fundación Jiménez Díaz logra el sello de calidad de la SEN

El Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología acreditación la calidad de la Unidad de Trastornos del Movimiento



La Unidad de Trastornos del Movimiento (UTM) Médico-Quirúrgica del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz recibió la acreditación de calidad otorgada por el Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento (GETM) de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Este reconocimiento, que cuenta con el apoyo de la biofarmacéutica AbbVie, pone en valor la excelencia de la atención especializada de la consulta, consolidando al hospital como centro de referencia en este ámbito y avalando la calidad asistencial ofrecida.

El acto de entrega de la acreditación contó con la participación de la Dra. Marta Cremades, directora del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz; el Dr. Jesús Porta Etessam, jefe del Servicio de Neurología del hospital; el Dr. Pedro J. García Ruiz-Espiga, coordinador de la UTM, la Dra. CiCi Feliz Feliz, neuróloga de la UTM y coordinadora de la acreditación; Yaroslau Compta, responsable del Proyecto de Acreditaciones en la Sociedad Española de Neurología; y Amparo Valladares, gerente de Acceso al Mercado y Relaciones Institucionales de AbbVie, así como con miembros de la UTM, entre ellos el Dr. Joaquín Ayerbe, especialista del Servicio de Neurocirugía del hospital.

Durante el acto, la Dra. Feliz ha recibido la certificación de calidad de manos del Dr. Yaroslau

< La alfombra roja de los Goya y los Grammy, un altavoz para la tendencia de la alta joyería

Máxima emoción en LALIGA: solo dos puntos entre los tres primeros a 15 jornadas del final



Compta y ha aprovechado la ocasión para destacar que el proceso de acreditación ha sido una herramienta valiosa para tomar conciencia de la calidad asistencial de su departamento. “La Unidad de Trastornos del Movimiento del hospital se distingue por su trabajo en equipo, un esfuerzo multidisciplinar en el que cada integrante contribuye a optimizar los procesos en beneficio del paciente, asegurando el cumplimiento de protocolos basados en la mejor evidencia científica disponible. Cada paso está orientado a reducir riesgos y mejorar los resultados clínicos, garantizando la mejor atención posible. Esta certificación nos impulsa a seguir innovando y manteniendo al paciente en el centro de todo lo que hacemos”.

Algo con lo que concuerda el Dr. Porta, quien ha señalado que este reconocimiento certifica la excelencia. “Creo que es muy importante para nuestro servicio de Neurología y para el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz haber recibido esta acreditación. Además, está en línea con nuestra filosofía de crecimiento, incorporando los últimos recursos diagnósticos y terapéuticos, junto con la valoración personalizada de los pacientes por un equipo de neurólogos de altísima calidad”.

Calidad

El proyecto de acreditación, promovido por el Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento (GETM) de la Sociedad Española de Neurología con el apoyo de AbbVie, busca identificar y reconocer unidades clínicas que ofrecen una atención integral, humanizada y de alta calidad a pacientes con enfermedad de Parkinson. Este programa evalúa aspectos clave como la seguridad, la gestión tecnológica y la minimización de riesgos, garantizando servicios de salud que cumplan con los más altos estándares y mejoren el bienestar de los pacientes¹.

Para obtener esta acreditación, cada unidad debe someterse a una auditoría interna exhaustiva, cuyo objetivo es identificar áreas de mejora y emprender acciones que corrijan posibles deficiencias. Este proceso tiene un impacto directo en los pacientes y contribuye a establecer una relación de confianza en los resultados de los procesos asistenciales y administrativos, como publica Servimedia.

En este sentido, Dr. Compta ha subrayado que el proceso de acreditación evalúa elementos clave como los recursos disponibles, la formación de los profesionales, las estrategias de atención y los resultados alcanzados. En sus palabras, se trata de “evaluar y proporcionar un marco homogéneo de atención a los trastornos del movimiento a nivel de la SEN en coherencia con los altos estándares de otras acreditaciones y certificaciones nacionales e internacionales”. Asimismo, ha destacado que, aunque obtener esta acreditación supone un desafío exigente para los profesionales médicos, “reconocer con el sello 'SEN' la capacitación, recursos y excelencia de las unidades acreditadas con el correspondiente impacto positivo en múltiples ámbitos”.

Sociedad Noticias



INTERNACIONAL, NEGOCIOS

Hästens indica cuatro hábitos nocturnos para mejorar el descanso

Pequeños ajustes en la rutina y entorno nocturno pueden transformar el sueño, potenciando el bienestar y equilibrio diario

Por Deyanira Vázquez | Reportera

Lograr un descanso reparador se ha convertido en una prioridad esencial para aquellos que aspiran a equilibrar su bienestar personal con un desempeño óptimo en su día a día. El sueño no solo permite recuperar energía, sino que también impacta directamente en la salud física, mental y emocional. Priorizar el descanso es invertir en calidad de vida y en la capacidad de afrontar los retos diarios con vitalidad y enfoque.

De acuerdo con la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** (<https://nss15xt2.r.eu-west-1.amazonaws.com/L0/https:%2F%2Fwww.who.int%2Fes/1/01020194ef9c9e3e-d0696eca-0e7c-4afd-9d99-a6ab95942496-000000/L4ns4MnobdgYWa4EAVEZW0-Rc1c=412>), los adultos deberían dormir entre seis y siete horas cada noche, respetando horarios regulares. Sin embargo, el 48% de la población adulta en España no logra alcanzar esta calidad de sueño, según datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)** (<https://nss15xt2.r.eu-west-1.amazonaws.com/L0/https:%2F%2Fwww.sen.es%2F/1/01020194ef9c9e3e-d0696eca-0e7c-4afd-9d99-a6ab95942496-000000/L1-htct4Ra9cIt2PKbhG-GmqLzTE=412>). Este porcentaje evidencia cómo el estrés y los hábitos modernos dificultan lograr un descanso verdaderamente restaurador.

En este contexto, establecer una rutina nocturna efectiva es clave para alcanzar un sueño reparador. Incorporar hábitos saludables, mejora la calidad del sueño y potencia el bienestar integral. **Hästens** (https://nss15xt2.r.eu-west-1.amazonaws.com/L0/https:%2F%2Fwww.hastens.com%2Fes%2F/1/01020194ef9c9e3e-d0696eca-0e7c-4afd-9d99-a6ab95942496-000000/vwk8MPtRK7lu10NLypkKky7_eaI=412), compañía sueca experta en la fabricación de camas artesanales de lujo desde 1852, comparte cuatro recomendaciones para optimizar las noches, combinando exclusividad y confort:

1. Limitar el uso de dispositivos electrónicos antes de dormir. La luz azul de las pantallas altera la producción de melatonina, la hormona que regula el sueño. Para evitar interrupciones en el descanso, se recomienda reducir o eliminar el uso de dispositivos al menos una hora antes de acostarse y optar por actividades relajantes como la lectura de un buen libro.

2. Evitar el ejercicio intenso antes de dormir. Aunque ejercitarse es esencial para un estilo de vida saludable, practicar actividades físicas intensas en la noche puede dificultar el sueño al elevar la frecuencia cardíaca y los niveles de adrenalina. Se recomienda ejercitarse durante el día u optar por prácticas suaves como yoga o estiramientos por la noche, que favorecen la relajación y un reposo reparador.

3. Crear un entorno ideal para dormir. La clave está en un dormitorio sereno y fresco, acompañado de una cama de alta gama que garantice *confort* y estabilidad. Invertir en calidad puede hacer toda la diferencia. Hästens sugiere elegir modelos como la colección Hästens 2000T, que combina materiales naturales como lana y algodón para ofrecer un descanso personalizado, fusionando comodidad, soporte y exclusividad.

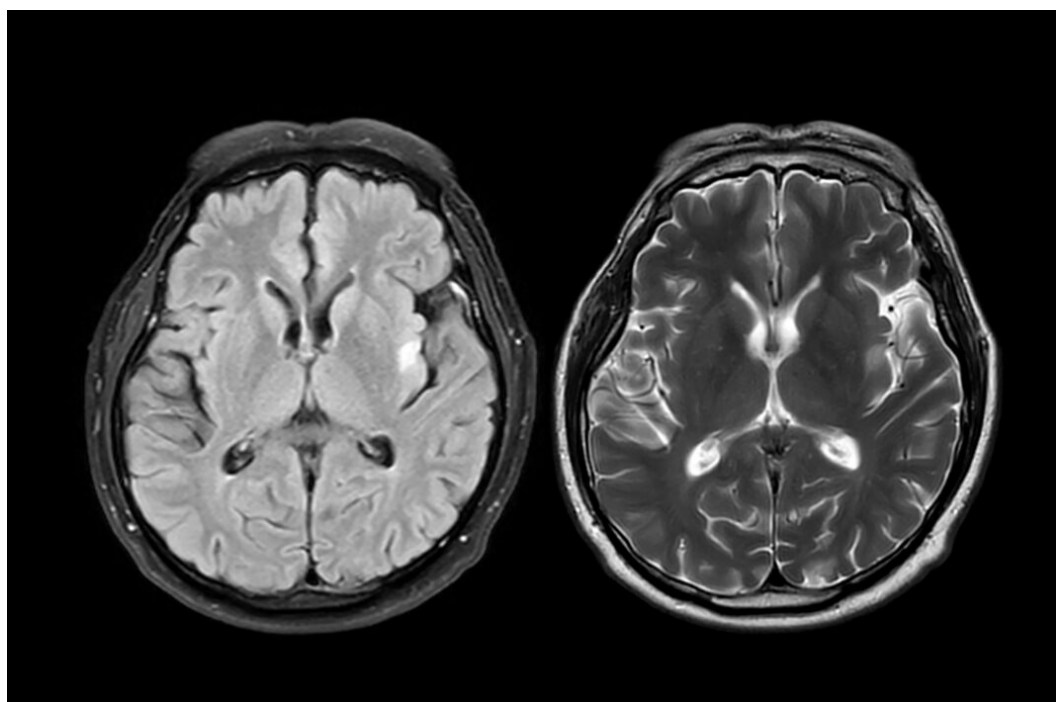
4. Practicar técnicas de relajación antes de dormir. Incorporar actividades como la meditación o una ducha caliente puede ser un excelente preludio para un descanso reparador. Dedicar veinte minutos a la meditación una hora antes de acostarse ayuda a liberar la mente y reducir las tensiones acumuladas durante el día.

«El descanso de calidad no solo mejora la salud, sino que transforma por completo nuestra forma de vivir el día a día. En Hästens creemos que dormir bien es un hábito esencial, por eso nuestros productos están diseñados para ofrecer una experiencia de sueño único y revitalizante», señala Carmen del Cid, directora de Ventas en Hästens Madrid. –*sn*–

La inequidad del tratamiento del Parkinson en España: un reto por resolver

Las diferencias en recursos sanitarios entre comunidades autónomas dificultan el tratamiento equitativo del Parkinson en todo el país

Por **Fernando Ruiz Sacristán** - 12 febrero 2025



Álvaro Sánchez Ferro, coordinador del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología.

El Parkinson es una enfermedad neurodegenerativa que afecta a más de 150.000 personas en España y que, a medida que progresa, se convierte en un desafío tanto para los pacientes como para el sistema sanitario. Si bien los costes directos del tratamiento incluyen consultas médicas, medicación y hospitalizaciones, existen también costes indirectos asociados a la pérdida de productividad y al impacto sobre los cuidadores. En este sentido, **Álvaro Sánchez Ferro**, **Coordinador del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología** analizó los problemas que viven los pacientes y las grandes inequidades que deben de hacer frente.

Los costes directos: un gasto creciente con la progresión de la enfermedad

Uno de los principales problemas del abordaje del Parkinson es el **incremento de los costes a medida que avanza la enfermedad**. En las primeras fases, los gastos pueden ser relativamente bajos, con medicamentos como la levodopa que cuestan alrededor de 5 euros al mes y tratamientos con agonistas dopaminérgicos que oscilan entre los 100 y 150 euros mensuales. Sin embargo, en las fases avanzadas, los tratamientos pueden alcanzar cifras significativamente más altas.

Uno de los principales problemas del abordaje del Parkinson es el incremento de los costes a medida que avanza la enfermedad

“Los tratamientos de segunda línea, como la terapia de infusión de fármacos o la cirugía de estimulación cerebral profunda, pueden alcanzar entre 30,000 y 50,000 euros al año”, señala Sánchez Ferro. A esto hay que sumar los costos derivados de consultas especializadas, hospitalizaciones y pruebas diagnósticas, como resonancias magnéticas o PET, que pueden oscilar entre 500 y 800 euros cada una.

Un aspecto fundamental que destaca el experto es el **coste de las terapias no farmacológicas, como la rehabilitación física, el tratamiento cognitivo y la logopedia**. “Estas terapias son esenciales para mantener la calidad de vida de los pacientes, pero muchas veces el sistema público no las cubre y deben ser financiadas directamente por los afectados”, explica. En este sentido, las asociaciones de pacientes juegan un papel crucial, aunque con costes adicionales: **“La cuota de una asociación puede rondar los 10 euros mensuales, pero los tratamientos específicos, como la rehabilitación de la marcha, pueden costar entre 20 y 30 euros por sesión”**.

Los costes indirectos: la cara oculta del Parkinson

Si bien los costes directos pueden ser cuantificables, los indirectos muchas veces quedan en segundo plano. **“El Parkinson no solo afecta a personas mayores; aproximadamente el 20% de los pacientes tienen menos de 50 años y pueden ver comprometida su vida laboral”**, destaca el especialista. La incapacidad laboral y la jubilación anticipada representan una pérdida económica significativa, tanto para los pacientes como para el Estado.

“El Parkinson no solo afecta a personas mayores; aproximadamente el 20% de los pacientes tienen menos de 50 años y pueden ver comprometida su vida laboral”

Álvaro Sánchez Ferro, Coordinador del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología

También es importante considerar el impacto en los cuidadores. “En las fases avanzadas, muchas personas requieren asistencia continua, lo que obliga a familiares a reducir su jornada laboral o incluso a dejar de trabajar para atender a sus seres queridos”, explica Sánchez Ferro. En algunos casos, se puede acceder a ayudas sociales, como los “cheques servicio” en la Comunidad de Madrid, aunque estos pueden tardar hasta dos años en concederse y, de hecho, no todas las comunidades disponen de estas ayudas.

Acceso a la atención

El abordaje del Parkinson en España se estructura en distintos niveles de atención: el paciente suele ser atendido primero en atención primaria y, si hay sospecha de la enfermedad, es derivado a un neurólogo. En casos más complejos, se accede a unidades especializadas en trastornos del movimiento, aunque no todos los pacientes tienen la misma facilidad de acceso.

“Los pacientes de estas regiones pueden encontrarse con largas listas de espera o falta de especialistas, lo que genera una gran inequidad en la atención”

Álvaro Sánchez Ferro, Coordinador del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología

“Existen diferencias significativas entre comunidades autónomas. En Madrid o Barcelona hay unidades especializadas con neurólogos expertos, pero en zonas rurales o lugares como Extremadura o Jaén, entre otras la situación es muy distinta”, explica Sánchez Ferro. **“Los pacientes de estas regiones pueden encontrarse con largas listas de espera o falta de especialistas, lo que genera una gran inequidad en la atención”**.

Políticas públicas: una asignatura pendiente

Para reducir la carga social y económica del Parkinson, es necesario implementar políticas públicas que garanticen una atención equitativa y accesible en todo el territorio nacional. **“Deberíamos aspirar a un modelo similar al de la ELA, donde existe un manejo integral del paciente con fisioterapia, logopedia y apoyo nutricional**. Actualmente, en el Parkinson no tenemos ese nivel de cobertura y muchos pacientes quedan desatendidos”, subraya el experto.

“Deberíamos aspirar a un modelo similar al de la ELA, donde existe un manejo integral del paciente con fisioterapia, logopedia y apoyo nutricional”

Álvaro Sánchez Ferro, Coordinador del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología

Uno de los mayores desafíos es la financiación de terapias no farmacológicas. **“El sistema sanitario debe dotar de más recursos a la rehabilitación de la marcha, la terapia cognitiva y la logopedia, porque ahora mismo la demanda supera con creces la capacidad de los hospitales”**. Asimismo, Sánchez Ferro destaca la importancia de mejorar los mecanismos de derivación: “Los pacientes deberían poder acceder a unidades de referencia si en su comunidad no existen especialistas. Es fundamental que el sistema garantice esta movilidad”.

Compromiso profesional

En palabras de Sánchez Ferro, **“En España contamos con grandes profesionales y pacientes muy comprometidos, pero necesitamos un mayor respaldo político para garantizar una atención equitativa y de calidad**. No podemos permitir que el acceso a tratamientos esenciales dependa de la situación económica o de la comunidad autónoma en la que se resida”.

“En España contamos con grandes profesionales y pacientes muy comprometidos, pero necesitamos un mayor respaldo político para garantizar una atención equitativa y de calidad”

Álvaro Sánchez Ferro, Coordinador del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología

El Parkinson es una enfermedad que, además de su impacto clínico, representa un gran reto económico y social. **Un abordaje integral, con una mayor financiación en terapias no farmacológicas y un acceso equitativo a la atención especializada, sería un gran paso para mejorar la calidad de vida de los pacientes y aliviar la carga sobre sus familias y el sistema sanitario.**

También te puede interesar...

Fernando Ruiz Sacristán



[20minutos.es](https://www.20minutos.es)

Así se manifiestan los primeros síntomas de artritis, una enfermedad muy frecuente en mujeres jóvenes

20minutos

3-4 minutos

Hay enfermedades que se manifiestan más en mujeres que en hombres. Esto es que lo ocurre, por ejemplo, con [el alzheimer](#). Según los datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, actualmente en padecen esta patología neurológica **unas 800.000 personas en España** y de todas ellas, hay un porcentaje más alto de mujeres que de hombres. Ocurre lo mismo con otras como la **artritis reumatoide**.

[Mayo Cline explica](#) que la artritis reumatoide es "un **trastorno inflamatorio crónico** que puede afectar más que solo las articulaciones. En algunas personas, la afección puede dañar distintos sistemas corporales, incluida la piel, los ojos, los pulmones, el corazón y los vasos sanguíneos".

La artritis reumatoide junto a [la fibromialgia](#) son las dos enfermedades reumáticas más comunes en la población. Según cuentan en Quirón Salud, "se estima que **existe una proporción de 4 mujeres afectadas por cada hombre** en el caso de la artritis reumatoide". De hecho, [la doctora Susana Gerechter afirma](#) que "no existe ningún estudio concluyente al respecto, pero la mayor prevalencia de las enfermedades reumáticas en las mujeres **puede estar provocada**

por una causa hormonal o genética".

Síntomas de la artritis reumatoide

Esta enfermedad **afecta el revestimiento de las articulaciones** y puede acarrear "una dolorosa hinchazón que puede finalmente causar la erosión ósea", además de la deformidad de las mismas, tal y como explican desde Mayo Clinc. En sus inicios, este trastorno **tiende a afectar a las articulaciones más pequeñas**, sobre todo a las que unen los dedos de las manos con la propia mano.

Conforme va avanzando, afecta a otras zonas del cuerpo como muñecas, rodillas, codos, caderas, hombros y tobillos. El síntoma principal es el **dolor de las articulaciones** que se localiza especialmente en nudillos, muñecas y rodillas. Esto también puede **ir acompañado de inflamación de las mismas**. Asimismo, es habitual **sentir rigidez** por las mañanas, que va yendo a menos durante el día. **Cansancio, fiebre y pérdida del apetito** son otros de los síntomas de la artritis reumatoide.

Por qué se produce la artritis

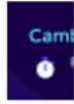
Actualmente no existen evidencias científicas que demuestren su causa, pero, según cuenta Quirón Salud, "sí se destaca que **hay cierta predisposición genética**". Por otro lado, existen otros factores que pueden influir como puede ser **el estado de la microbiota y el tabaco**.

El **intestino** también posee bacterias que pueden ser determinantes para desarrollar esta enfermedad porque "cuando se produce un factor externo, capaz de producir un desequilibrio que altere su proporción, conocido como disbiosis, pueden desencadenarse enfermedades reumáticas autoinmunes como la artritis reumatoide".

Lo cierto es que este trastorno inflamatorio **no tiene cura**, pero sí que

hay estudios que indican que la remisión de sus síntomas puede darse si se comienza pronto con el tratamiento. Para ello, se utilizan **medicamentos antirreumáticos modificadores de la enfermedad** (DMARD).

¿Quieres recibir gratis todos los jueves en tu correo los mejores contenidos de belleza, moda y estilo de vida? [Apúntate a nuestra Newsletter.](#)



● La realidad de Daniel Sancho: "Alice tiene el control de todo" | ⚡ Encuentran las botellas de los Goya: "Lo que

Telecinco

DIRECTO

Lo último España Local Sociedad Internacional Salud Economía Ciencia y

Salud

ACTUALIDAD **SALUD**

Alerta en Aragón por dos nuevos casos de meningitis: Salud Pública estrecha la vigilancia



Redacción digital Informativos Telecinco
13/02/2025 09:10h.

Vigilan de cerca los últimos casos de meningitis en AragónINFORMATIVOS TELECINCO

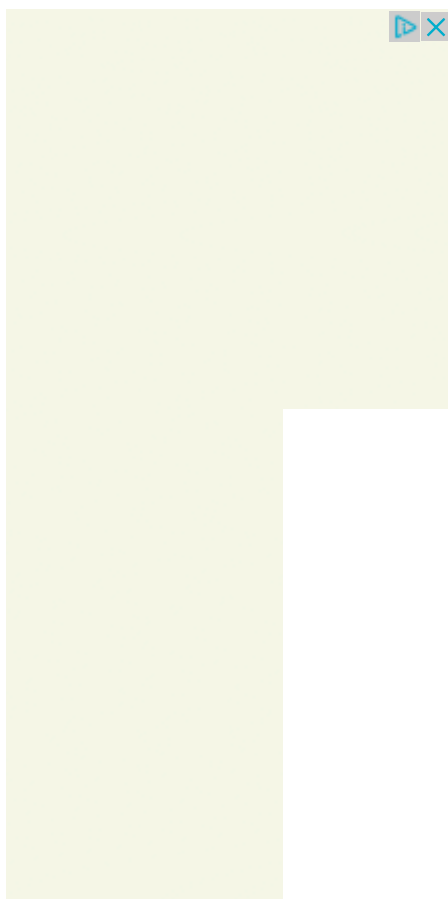
Las autoridades descartan que los dos nuevos casos de meningitis estén relacionados con el brote en un colegio

Cada año se diagnostican 1.000 casos de meningitis en España

En los próximos años se duplicarán los casos de meningitis, que

podrían prevenirse con la vacuna

Alerta en Aragón ante la aparición de otros **dos nuevos casos de meningitis** que suman ya siete contagios en lo que va de año. Estos dos últimos casos no están relacionados con **el brote** detectado en enero [en un colegio de Zaragoza](#).



Ante la aparición de estos dos nuevos casos de meningitis, detectados en la ciudad aragonesa la pasada semana, Salud Pública ha activado el sistema para **estrechar la vigilancia** de esta enfermedad.

MÁS

- | Un caso de meningitis en Mérida: una niña de cinco años, en aislamiento
- | Patologías que se relacionan con una mayor probabilidad de caída de pelo
- | El miedo a lo desconocido: "No sabemos nada de la enfermedad de nuestro hijo"

La meningitis está preocupando a las autoridades desde que la segunda

quincena se detectó el brote en un colegio de Zaragoza. Por ahora se desconoce el **estado de salud** de los afectados.

Qué es la meningitis

Cada año se diagnostican 1.000 casos de meningitis en España, según datos de la Sociedad Española de Neurología, siendo el 10% de ellos muy graves. En el peor de los casos **puede ser mortal**. Los médicos señalan que está [lejos de ser un enfermedad residual](#).



TELEVISIÓN A LA
CARTA

**La isla de las
tentaciones 8 |
Programa 9...**

FAMILIA

**Anabel Pantoja se
dirige a los padres
de David...**

TELEVISIÓN A LA
CARTA

**'La isla de las
tentaciones' |
Programa 8, en...**

TELEVI

**U lt
queda
en 'FD'**

La meningitis supone la **inflamación de las meninges** que rodean al cerebro y la médula espinal. Puede ser de origen bacteriano, fúngica o vírica.

Sus síntomas son: fiebre, dolor de cabeza, náuseas y vómitos, rigidez de nuca y disminución del nivel de conciencia.

La meningitis más complicada de superar es la bacteriana. Los expertos insisten en la importancia de la vacunación frente a esta patología, que en muchos casos deja secuelas.

Suscríbete a las [newsletters de Informativos Telecinco](#) y te contamos las

noticias en tu mail

Síguenos en [nuestro canal de WhatsApp](#) y conoce toda la actualidad al momento

TEMAS

Enfermedades

Síntomas

Vacunas

Actualidad



Programas



Corporativo



Seguir navegando



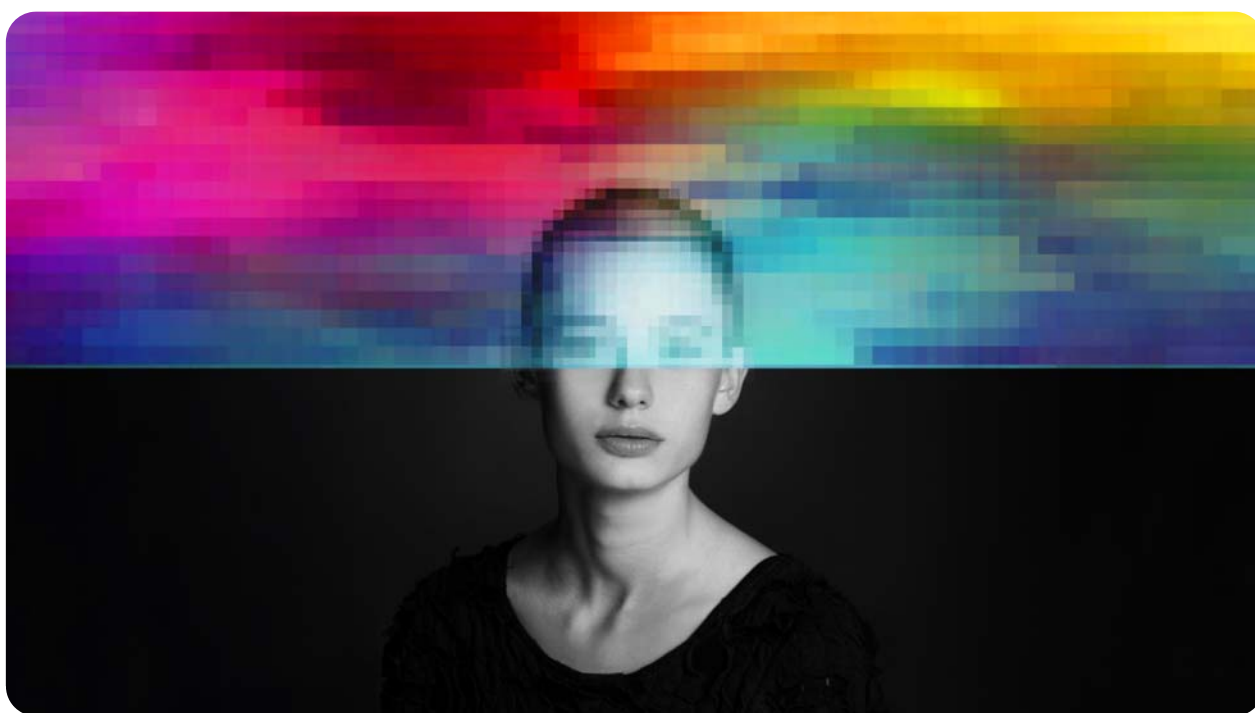
[Volver a Actualidad](#)

12 FEBRERO 2025

La superación de los miedos inspira la octava edición del Brain Film Fest

'La máquina de escribir y otras fuentes de problemas', del documentalista Nicolas Philibert, Premio Especial Brain Film Fest 2025, inaugurará el festival que impulsamos.

¡No te olvides de compartir!



La octava edición del Brain Film Fest, festival de cine que impulsamos, tendrá lugar entre el **12 y el 16 de marzo** en el **Centro de Cultura Contemporánea de Barcelona** (CCCB), con la superación de los miedos como leitmotiv. El primer festival europeo del cerebro,

coorganizado por **Maragall Films** y con la colaboración de la Fundación Española para la Ciencia y la Tecnología - Ministerio de Ciencia e Innovación, contará este año con más de cuarenta producciones, que incluirán once largometrajes y veintiún cortometrajes en las dos secciones oficiales competitivas, además de mesas redondas y talleres que explorarán el miedo como herramienta humana de superación y fuerza motriz para el cambio.

El documentalista Nicolas Philibert, Premio Especial del Brain Film Fest 2025 y autor de una trilogía transformadora sobre la salud mental rodada en centros psiquiátricos de París, recogerá el galardón el 12 de marzo, en la inauguración del festival, donde también se proyectará su última película, ***La máquina de escribir y otras fuentes de problemas***.

La angustia, epifenómeno del mundo contemporáneo

La aceleración del mundo actual y sus profundas desigualdades generan motivos de angustia difíciles de controlar. Este año, el Brain Film Fest quiere profundizar en sus efectos con cinco títulos y diversas charlas sobre los riesgos del entorno digital, el sufrimiento de los simpapeles, el auge de los autoritarismos y el impacto de la ansiedad en la vida laboral. El primero de estos temas, la infodemia, un término que define la sobrecarga informativa de nuestro entorno digital, lo aborda Rodrigo Cortés en clave de thriller y comedia en ***Escape***. Lo hace con una “huida de Alcatraz” al revés: la historia de un hombre que, para entrar en prisión, comete crímenes cada vez más graves, sembrando la confusión a su alrededor. También habla de los riesgos digitales el documental danés ***Can't Feel Nothing***, de David Borenstein y Mikkel Jersin, mostrando la insensibilidad en la era de las redes sociales, utilizadas para la manipulación emocional de sentimientos como la ira, el amor, la humillación o el deseo.

La francesa ***Historia de Souleymane***, de Boris Lojkine, basada en la dura vida real de Abou Sangaré, recoge la angustia cotidiana de un inmigrante en París y retrata esta mano de obra indocumentada e invisible que, en tierras y culturas ajenas a la suya, mantiene en marcha

la maquinaria de nuestro primer mundo. La angustia cotidiana la experimenta también el grupo de cómicos americanos que protagoniza **Anxiety Club**, de **Wendy Lobel**, un filme que captura entre bastidores sus esfuerzos por superar la ansiedad y que tendrá su premiere internacional en el Brain Film Fest. La proyección se complementa con la mesa **Salud mental en escena: conversaciones valientes sobre la ansiedad**, junto a su directora, la psicóloga Cristina García Pedrajas y el periodista Roger de Gràcia.

La producción británica **2073**, de Asif Kapadia, es uno de los experimentos cinematográficos más estimulantes del año. Con imágenes de archivo y de ficción, nos presenta una distopía sobre amenazas muy reales, como la recesión democrática, el auge del neofascismo, la catástrofe climática o la intrusión de la tecnología de vigilancia. La proyección irá acompañada de la mesa **La psicología del poder: atracción y manipulación en la política autoritaria**, con el director de la película y el periodista Manel Alias.

El impacto de la memoria en la identidad, personal y colectiva

Familiar Touch, de Sarah Friedland, es un relato comprometido con una nueva filosofía de los cuidados, que nos muestra la transición de una mujer octogenaria con Alzheimer en una residencia asistida. En ella se enfrenta a la conflictiva relación consigo misma y sus cuidadores, en medio de sus cambios de memoria e identidad respecto a la edad y sus deseos. También habla de memoria e identidad en primera persona la japonesa **Great Absence**, de Kei Chika-ura, reconocida con el Premio al mejor actor en el Festival de San Sebastián, una historia emocionante sobre el tiempo y la fragilidad de la vida.

Una relación paternofilial es también la semilla de **Bucarest, la memoria perdida**, el documental de Albert Solé, que busca sus raíces para reconstruir la memoria, personal y al mismo tiempo colectiva, de su padre, en lucha contra el Alzheimer en la recta final de su vida. Tras la proyección, el director dialogará con la periodista Carme Colomina. Otro documental, **Javier Cercas y el impostor**, de Catherine Bernstein, adentra en la mentira que durante un cuarto de siglo Enric Marco,

voz de los deportados españoles, mantuvo viva en nuestra memoria oficial, inventándose un pasado en los campos de concentración nazis y un pedigrí como antifranquista. Será presentado por primera vez ante el público y contará con la presencia de la directora y el escritor Javier Cercas en el coloquio posterior.

Los misterios del cerebro

La relación entre los mecanismos del cerebro y la narrativa cinematográfica es también este año uno de los focos del festival. Con la conferencia **Adrenalina en el cine**, el doctor Jesús Porta Etessam, presidente de la Sociedad Española de Neurología, analizará esta experiencia emocional, tan estimulante y adictiva.

En **Desmontando un elefante**, de Aitor Echeverría, Emma Suárez y Natalia de Molina interpretan a una madre y una hija en un proceso de rehabilitación por un problema de adicción. La proyección será el punto de partida para una reflexión compartida por expertos y protagonistas con la mesa **Las adicciones en primer plano: cuando el cine decodifica el cerebro adictivo**. Contará con su guionista, Pep Garrido; Javier Giner, autor de *Yo, adicto*; Montserrat Contel Guillamón, psicóloga; Oihan Iturbide, biólogo y fundador de Yonkibooks, y la periodista Flora Saura.

En el documental **Ana Rosa**, la directora **Catalina Villar** propone un viaje a la historia de la psiquiatría y descompone su propia memoria familiar, a partir del recuerdo de la abuela paterna, una mujer lobotomizada en los años cincuenta en Colombia. La intervención quirúrgica, que afecta a más mujeres que hombres, es uno de los ejemplos más crueles de la biopolítica del siglo XX.



El festival también proyectará un capítulo de la docuserie **Huellas del cerebro**, un viaje a través de la cognición humana en la que, acompañados del divulgador Luis Quevedo y de la mano de prestigiosos magos y científicos, descubriremos los secretos que oculta nuestra mente. La proyección irá acompañada de un coloquio del director con el doctor Jordi Camí, médico especialista en farmacología y director del Parque de Investigación Biomédica de Barcelona.

Las huellas emocionales del amor, la maternidad y la muerte

Morlaix, de Jaime Rosales, lleva por título el nombre del pueblo de la Bretaña francesa donde fue rodada esta historia de un primer amor adolescente y su huella emocional en la edad adulta. La octava película del cineasta llegará a las salas el 14 de marzo y tendrá antes un preestreno en el Teatro del CCCB en el marco del Brain Film Fest, cuyo posterior coloquio contará con la presencia del director.

«La maternidad, en su momento de fragilidad, puede explicarse como una película de miedo», propone Mar Coll, directora del thriller de terror **Salve Maria**, una historia impactante, inspirada en la novela de Katixa Agirre y reconocida con el Premio Gaudí al mejor guión adaptado y el Premio Feroz a la mejor película dramática. Su coguionista, Valentina Viso, conversará con el público del festival después de la proyección. Y, por último, **Polvo serán** será la película de clausura de la octava edición del Brain Film Fest el 16 de marzo; el nuevo largometraje de Carlos Marques-Marcet toma la forma de tragicomedia musical para explorar las fronteras entre la vida y la muerte.

Otras proyecciones



El documental **El método Farrer**, de Esther Moreno, **Viva los locos**, de María Ripoll, y una sesión de **Can't feel nothing** conforman el programa para escuelas de esta edición. Para el público familiar, Brain Film Fest programa la película de animación **Sauvages**, de Claude Barras, una historia que invita a reflexionar sobre la importancia de proteger la naturaleza, y en el marco del Programa Alzheimer CCCB se podrá ver **El mago de Oz**, de Víctor Fleming (1939).

El Brain Film Fest en ruta

Este año, el festival lleva parte de su programación fuera de Barcelona, con actividades antes y después de sus fechas oficiales. En Madrid, en colaboración con la Fundación Telefónica, el festival realizará una sesión previa a su inauguración en el Espacio Telefónica de Madrid el próximo 4 de marzo. En esta jornada se proyectará la película a competición **Can't feel nothing**, del director David Borenstein, seguida de una mesa redonda en la que se abordarán los problemas de adicciones emocionales vinculadas a las redes sociales. También Sant Boi de Llobregat se añadirá al Brain Film Fest en ruta con tres proyecciones el viernes 21 de marzo en el Parque Sanitario Sant Joan de Déu. Con la voluntad de abrir el parque a la ciudadanía y desestigmatizar la salud mental, el auditorio del recinto sanitario acogerá una sesión para escolares (**El método Farrer**) y dos sesiones para el público general (**Anxiety Club** y **La historia de Souleymane**), con sus respectivos coloquios.

Últimas noticias



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

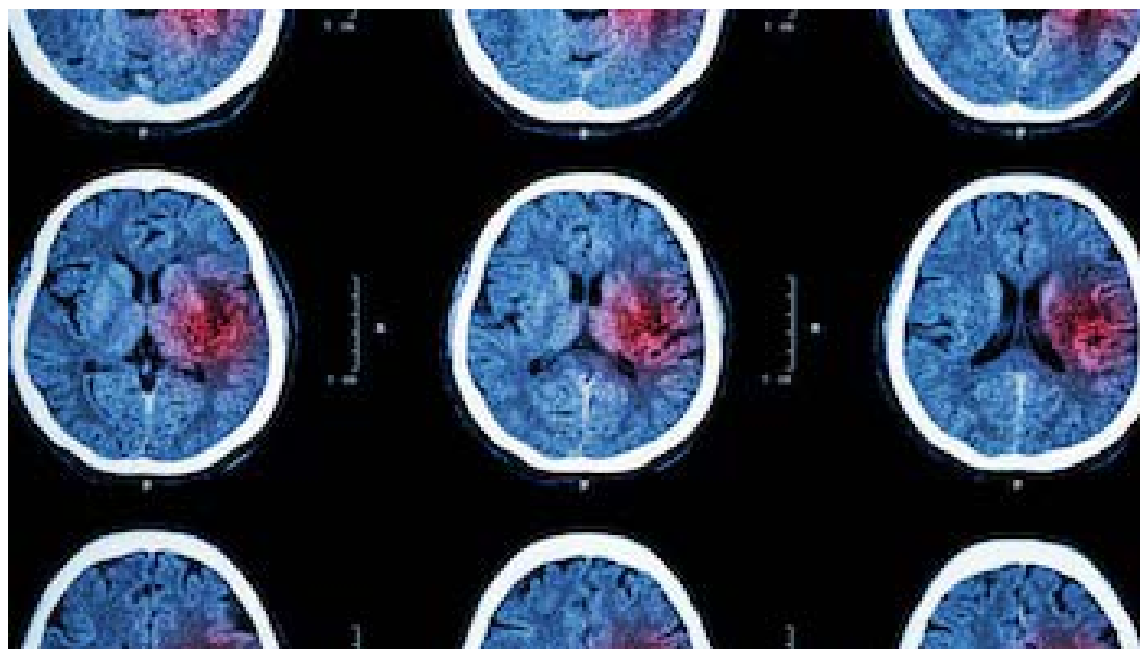
Ictus por estrés: cuál es la relación entre las dos enfermedades

C. Amanda Osuna

4-5 minutos

infobae

El cortisol elevado de forma sostenida en el tiempo puede aumentar la presión arterial sobre las arterias, así como la resistencia a la insulina



Imágenes que muestran el daño sufrido por el cerebro tras un ictus (Shutterstock)

El **ictus** es la segunda causa de muerte más común en todo el mundo, provocando en España más de 23.000 fallecimientos

anuales, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). Además, se estima que solo el 50% de la población sabe reconocer los síntomas de un accidente cerebrovascular.

A pesar de que existen [factores de riesgo](#) no modificables, como la edad o la genética, muchos otros pueden ser controlados para reducir la probabilidad de sufrir un ictus. Entre estos factores modificables, el **estrés** se ha identificado como un elemento muy significativo en el desarrollo de eventos cerebrovasculares.

La Fundación Española del Corazón (FEC) ha destacado que el [estrés crónico](#) puede desencadenar una serie de respuestas fisiológicas que incrementan el **riesgo de ictus**. Según la FEC, el estrés puede provocar hipertensión arterial, un factor de riesgo clave para los accidentes cerebrovasculares. Además, el estrés se asocia con hábitos poco saludables, como una alimentación inadecuada y la falta de sueño, que pueden contribuir al desarrollo de enfermedades cardiovasculares.

Un estudio publicado en el *Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry* evaluó a 150 personas con una edad media de 54 años, comparándolas con 300 individuos sanos de la misma edad y área geográfica. Los resultados mostraron que aquellos que habían experimentado un episodio de estrés significativo en el año anterior tenían un **riesgo casi cuatro veces mayor** de sufrir un ictus en comparación con el grupo de control. Este hallazgo evidencia una clara asociación entre el estrés y el ictus.

El estrés crónico activa el sistema nervioso simpático y el eje hipotálamo-hipófisis-adrenal, lo que resulta en la liberación de catecolaminas y cortisol. Estos cambios hormonales pueden conducir a un **aumento sostenido de la presión arterial**, que puede dañar las paredes arteriales y facilitar la formación de placas de ateroma.

Al mismo tiempo, el **cortisol elevado** promueve respuestas

inflamatorias que contribuyen al desarrollo de aterosclerosis, una condición en la que las arterias se endurecen y estrechan.

Además, el estrés puede inducir **resistencia a la insulina** y dislipidemia, ambos factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares por las alteraciones que produce en el metabolismo.

0 seconds of 1 minute, 53 secondsVolume 90%

¿Puede la genética determinar tu salud mental? Un gen define cómo respondemos ante el estrés.

La Fundación Española del Corazón sugiere varias estrategias para controlar el estrés y, por ende, disminuir el riesgo de ictus:

- **Actividad física regular:** el ejercicio ayuda a liberar tensiones y promueve la relajación. Se recomienda realizar actividad física moderada al menos cinco días a la semana durante 30 minutos por sesión.
- **Alimentación saludable:** una dieta rica en frutas, verduras y fibra, y baja en grasas y azúcares, contribuye a mantener el estrés bajo control. Es aconsejable reducir el consumo de estimulantes como el café y el alcohol, ya que pueden potenciar el estrés.
- **Descanso adecuado:** dormir bien es esencial para la salud mental y física. Establecer horarios regulares para acostarse y levantarse, incluso durante los fines de semana, y evitar cenas copiosas antes de dormir, puede mejorar la calidad del sueño.
- **Técnicas de relajación:** prácticas como la respiración profunda, la meditación o el yoga pueden ayudar a reducir los niveles de estrés. La técnica de “respiración por coherencia cardiaca” es una herramienta útil para alcanzar un estado de relajación y bienestar.
- **Apoyo profesional:** si el estrés es persistente o difícil de manejar, es recomendable buscar ayuda de profesionales de la salud mental, como psicólogos o psiquiatras.

PUBLICIDAD



LA LINTERNA

El suplemento alimenticio que ayuda a evitar el insomnio y reduce el estrés: lo recomienda una psiquiatra del Vall d'Hebron

La psiquiatra, Amanda Rodríguez Urrutia, analiza en La Linterna las claves para tener un sueño de calidad



Audio 'La Linterna de COPE'



Redacción La Linterna
Publicado el 12 feb 2025, 21:34
3 min lectura

Descargar

Más directos



COPE emisión nacional
HERRERA EN COPE
Con Carlos Herrera



n sueño

de calidad, según datos de la Sociedad Española de Neurología. Un problema que, en el caso de los [niños](#), padece uno de cada cuatro.

El insomnio es el [trastorno del sueño](#) más frecuente, que **afecta a 4 millones de españoles**, seguido del síndrome de piernas inquietas y la apnea del sueño.

Dormir es esencial para nuestra salud física y mental. De hecho, no conciliar bien el sueño está relacionado con el aumento del **riesgo de padecer hipertensión, que a su vez eleva la probabilidad de llegar a sufrir un ictus.**

EL ESTRÉS COMO CAUSANTE



COPE emisión nacional
HERRERA EN COPE
Con Carlos Herrera

Más directos



orna de
l
es la
dolo más

Además, el cortisol afecta a las fases del sueño, **interrumpiendo el equilibrio entre la fase REM y la fase no REM**. Es el primer paso para acabar desarrollando un insomnio total.

PUBLICIDAD



Más directos



COPE emisión nacional
HERRERA EN COPE
Con Carlos Herrera





Mujer durmiendo - EFE

"También podría generar despertares frecuentes, porque mantiene un sistema de alerta más elevado. Además de **cambios de sueño-vigilia, alterando las fases**. Nos iríamos a dormir más tarde y nos despertaríamos también más tarde. En su fase final de deterioro, **generaría un estado de insomnio**", ha explicado la psiquiatra.

PUBLICIDAD

EFFECTOS EN NUESTRA SALUD

Además, un mal descanso incide directamente en nuestra salud, tal y como ha relatado la doctora Rodríguez Urrutia: "un sueño menos reparador genera **cansancio, somnolencia diurna, afecta a nuestras funciones cognitivas, a nuestra concentración, nos altera el estado anímico** nos

Más directos :a el



COPE emisión nacional

HERRERA EN COPE

Con Carlos Herrera



Entre las enfermedades con las que se relacionan los problemas del sueño **destacan la obesidad o la diabetes**, pero, además, dormir mal disminuye la capacidad del sistema inmune, generando estados inflamatorios, lo que **nos hace más vulnerables a los virus** y a coger infecciones como resfriados o gripes.

Además, la falta de sueño está relacionada con el **aumento de los accidentes laborales**, debido a ese estado de somnolencia posterior y a una menor capacidad de reacción.

PUBLICIDAD

RUTINA DE SUEÑO

Para evitar todas estas situaciones es fundamental, en primer lugar, **identificar si padecemos algún trastorno del sueño** y, en segundo lugar, establecer nuestra rutina para antes de irnos a

Más directos

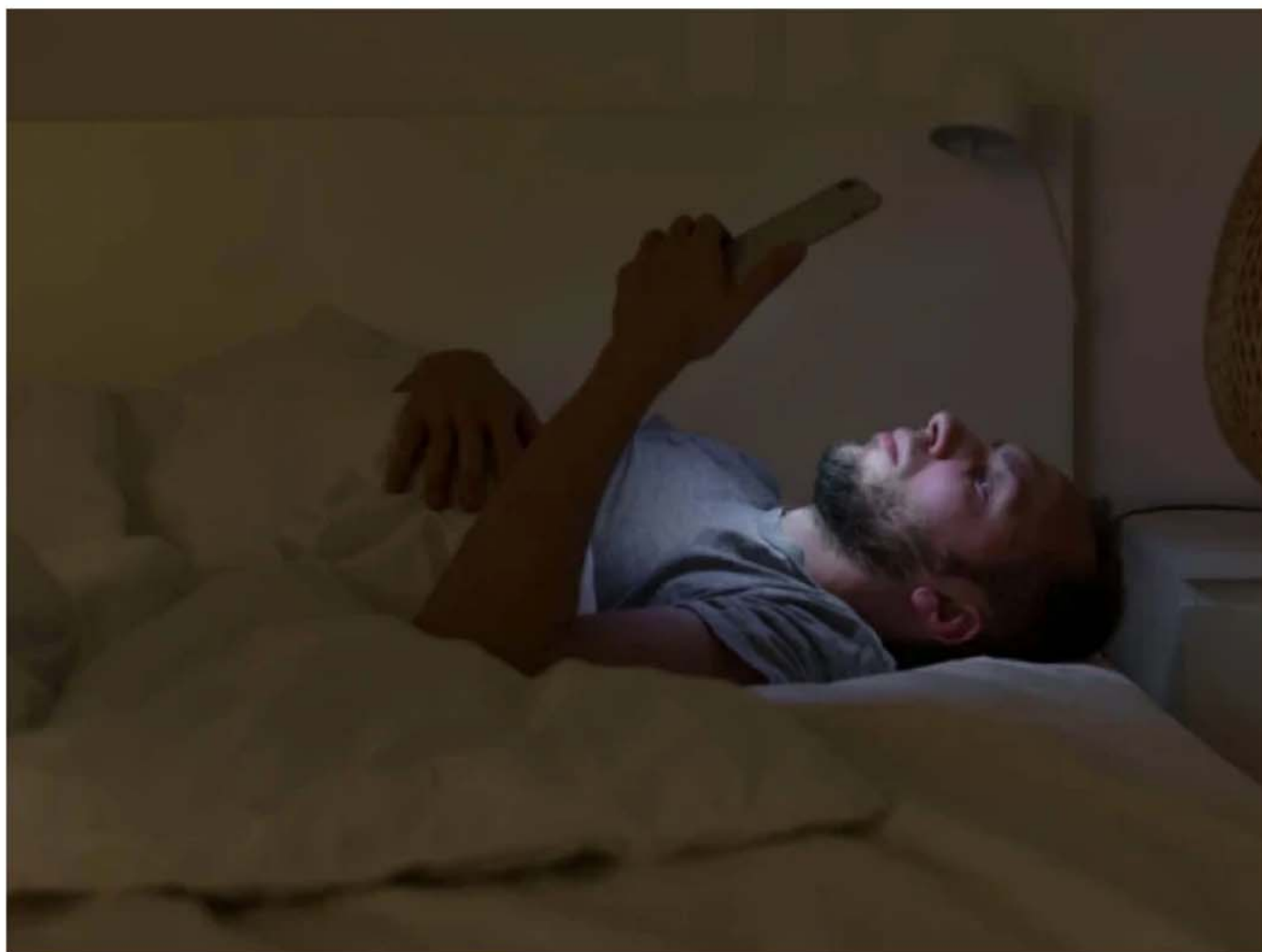


COPE emisión nacional
HERRERA EN COPE
Con Carlos Herrera



e sea
debe ser

el adecuado y tenemos que dormir en una habitación fresca, sin la calefacción a todo gas, con almohadas adecuadas y con una iluminación tenue", ha explicado la psiquiatra.



Uso del móvil antes de dormir

Para ayudarnos a conciliar mejor el sueño es importante **no usar dispositivos digitales, como mínimo, una hora antes de irnos a dormir** porque el uso de pantallas incide en que nuestra melatonina, que es la hormona del sueño, sea menor.

PUBLICIDAD

Más directos



COPE emisión nacional
HERRERA EN COPE
Con Carlos Herrera



LA ALIMENTACIÓN, CLAVE

La alimentación también es fundamental para descansar mejor, tal y como ha explicado la doctora Amanda Rodríguez Urrutia en 'La Linterna de COPE': "hay que **evitar cenas copiosas y bebidas con cafeína en las últimas horas del día**. Además, siempre podemos utilizar suplementos naturales, como puede ser, por ejemplo, **la propia melatonina**. Una opción muy completa también son **los probióticos**, que han demostrado su eficacia para reducir los síntomas de estrés, a la vez que favorecen los ritmos biológicos".

También podemos sumar a nuestra rutina **alguna actividad relajante** antes de intentar conciliar el sueño, como puede ser la lectura o un baño.

CONTENIDOS RELACIONADOS

Los tres rasgos que deben ponerte en alerta para identificar a una persona adicta a los conflictos: te perjudica a tu salud mental

El hábito que se hace en casa y que puede provocar agresividad en tus hijos sin que te des cuenta: nefastas consecuencias

TEMAS RELACIONADOS

Más directos



COPE emisión nacional
HERRERA EN COPE
Con Carlos Herrera



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

Publicidad Xtra-PC



Este brillante invento japonés traduce instantáneamente idiomas...

Publicidad Enence



20minutos

Seguir

87.1K Seguidores



Así se manifiestan los primeros síntomas de artritis, una enfermedad muy frecuente en mujeres jóvenes

Historia de Verónica Jiménez • 1 día(s) •

2 minutos de lectura



Así se manifiestan los primeros síntomas de artritis, una enfermedad muy frecuente en mujeres jóvenes

Hay enfermedades que se manifiestan más en mujeres que en hombres. Esto es que lo ocurre, por ejemplo, con [el alzheimer](#). Comentarios

los datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, actualmente en padecen esta patología neurológica **unas 800.000 personas en España** y de todas ellas, hay un porcentaje más alto de mujeres que de hombres. Ocurre lo mismo con otras como la **artritis reumatoide**.



Vodafone

Fibra 1Gbps, 2 líneas móviles y Vodafone TV...

Publicidad

[Mayo Clinic explica](#) que la artritis reumatoide es "un **trastorno inflamatorio crónico** que puede afectar más que solo las articulaciones. En algunas personas, la afección puede dañar distintos sistemas corporales, incluida la piel, los ojos, los pulmones, el corazón y los vasos sanguíneos".

La artritis reumatoide junto a [la fibromialgia](#) son las dos enfermedades reumáticas más comunes en la población. Según cuentan en Quirón Salud, "se estima que **existe una proporción de 4 mujeres afectadas por cada hombre** en el caso de la artritis reumatoide". De hecho, [la doctora Susana Gerechter afirma](#) que "no existe ningún estudio concluyente al respecto, pero la mayor prevalencia de las enfermedades reumáticas en las mujeres **puede estar provocada por una causa hormonal o genética**".

Síntomas de la artritis reumatoide

Esta enfermedad **afecta el revestimiento de las articulaciones** y puede acarrear "una dolorosa hinchazón que puede finalmente causar la erosión ósea", además de la deformidad de las mismas, tal y como explican desde Mayo Clinic. En sus inicios, este trastorno **tiende a afectar a las articulaciones más pequeñas**, sobre todo a las que unen los dedos de las manos con la propia mano.



SECURITAS DIRECT®

Nueva tecnología

Comentarios



Conforme va avanzando, afecta a otras zonas del cuerpo como muñecas, rodillas, codos, caderas, hombros y tobillos. El síntoma principal es el **dolor de las articulaciones** que se localiza especialmente en nudillos, muñecas y rodillas. Esto también puede ir **acompañado de inflamación de las mismas**. Asimismo, es habitual **sentir rigidez** por las mañanas, que va yendo a menos durante el día. **Cansancio, fiebre y pérdida del apetito** son otros de los síntomas de la artritis reumatoide.

Por qué se produce la artritis

Actualmente no existen evidencias científicas que demuestren su causa, pero, según cuenta Quirón Salud, "sí se destaca que **hay cierta predisposición genética**". Por otro lado, existen otros factores que pueden influir como puede ser **el estado de la microbiota y el tabaco**.

El **intestino** también posee bacterias que pueden ser determinantes para desarrollar esta enfermedad porque "cuando se produce un factor externo, capaz de producir un desequilibrio que altere su proporción, conocido como disbiosis, pueden desencadenarse enfermedades reumáticas autoinmunes como la artritis reumatoide".

Lo cierto es que este trastorno inflamatorio **no tiene cura**, pero sí que hay estudios que indican que la remisión de sus síntomas puede darse si se comienza pronto con el tratamiento. Para ello, se utilizan **medicamentos antirreumáticos modificadores de la enfermedad** (DMARD).

Comentarios

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

Bañarse con agua fría no provoca ictus: desmentimos este mito

Leonor Ordoñez

4-5 minutos

En la era de la información rápida, los rumores y las afirmaciones sin base científica se propagan con facilidad, especialmente en aplicaciones de mensajería como WhatsApp y otras redes sociales. Uno de los mensajes más recientes sostiene que [bañarse con agua fría](#) puede causar un ictus o embolia, lo que puede generar alarma innecesaria entre quienes lo reciben. Sin embargo, según una verificación realizada por la plataforma de *fact-checking* [Verificat](#), esta afirmación es falsa.

El origen del mito

El rumor en cuestión circula en un mensaje anónimo titulado “*Se ducha con agua fría y se desmaya*”, el cual asegura que el agua fría provoca la contracción de los vasos sanguíneos, aumentando el riesgo de un accidente cerebrovascular o ictus. El mensaje también recomienda empezar la ducha desde los pies y no desde la cabeza para evitar riesgos.

Sin embargo, no existe ninguna evidencia médica que respalde estas afirmaciones. Las principales bases de datos científicas, como [PubMed](#) y [Google Scholar](#), no recogen ningún estudio que demuestre esta relación. Asimismo, organismos de salud como la [Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#) y la **Sociedad Española de Neurología**

tampoco han emitido advertencias al respecto.

¿Cuáles son los verdaderos factores de riesgo de un ictus?

Un ictus o [embolia cerebral](#) ocurre cuando un coágulo bloquea el flujo sanguíneo al cerebro o cuando un vaso sanguíneo se rompe. De acuerdo con la [Biblioteca Nacional de Medicina de EE.UU.](#), los principales factores de riesgo incluyen:

- [Presión arterial](#) alta
- [Diabetes](#)
- Enfermedades del [corazón](#)
- Tabaquismo
- Contaminación ambiental
- Dieta poco saludable
- Falta de ejercicio físico

En cambio, el agua fría **no está en esta lista**.

Los expertos lo confirman

El neurólogo **Ángel Ois**, del Hospital del Mar, aseguró a Verificat que no hay evidencia científica que relacione ducharse con agua fría o caliente con el desarrollo de un ictus. “No existe ninguna recomendación médica que sugiera evitar las duchas frías por este motivo”, afirma el especialista.

Es cierto que el frío puede provocar vasoconstricción, un fenómeno en el que los vasos sanguíneos se estrechan y aumenta la presión arterial. Sin embargo, este proceso **no es peligroso para personas sanas**. Solo en individuos con problemas cardiovasculares preexistentes podría representar un riesgo, pero en ningún caso es

una causa directa de ictus.

¿Las duchas frías tienen algún beneficio?

Lejos de ser perjudiciales, algunas investigaciones sugieren que las duchas frías pueden aportar ciertos beneficios a la salud, como:

- **Mejorar la circulación sanguínea**
- **Aumentar la energía y el estado de alerta**
- **Reducir el estrés y mejorar el bienestar emocional**

Aunque algunas personas con problemas cardíacos deben tener precaución con cambios bruscos de temperatura, **para la mayoría de la población no hay riesgo.**

No caigas en la desinformación

Si bien es comprensible que algunas personas se preocupen por su salud al recibir mensajes alarmantes, es importante **contrastar la información con fuentes oficiales y científicas.** La evidencia deja claro que ducharse con agua fría no es un factor de riesgo para el ictus y que su impacto en el cuerpo es mínimo en personas sanas.

Antes de compartir un mensaje que genera miedo, es recomendable verificarlo en plataformas como Verificat o consultar con profesionales de la salud. La información basada en la evidencia es nuestra mejor aliada para desmontar mitos y cuidar de nuestra salud de manera informada.

Preguntas y respuestas

¿Ducharse con agua fría puede causar un ictus?

No, no hay evidencia científica que relacione las duchas frías con el riesgo de ictus. Los factores de riesgo reales incluyen la presión arterial alta, la diabetes y el tabaquismo.

¿Cuáles son los beneficios de ducharse con agua fría?

Las duchas frías pueden mejorar la circulación, aumentar la energía y reducir el estrés, aunque deben evitarse en personas con problemas cardíacos.

¿Por qué circulan estos mitos?

Los mitos suelen propagarse rápidamente a través de redes sociales y mensajería instantánea sin verificación científica.

Por Karla Islas Pieck

©2025 Hispanic Information and Telecommunications Network, Inc (HITN). All rights reserved.

Imagen: ©Shutterstock / LarsZ

Teva ha organizado una reunión Post-EHF avalada por la SEN en la que se han compartido los principales avances y conocimientos sobre la cefalea. Durante el evento, especialistas han debatido sobre cuestiones como los objetivos farmacológicos para la migraña, la influencia del ciclo hormonal o la aplicación de IA en su manejo.



12/02/2025

Teva, la compañía farmacéutica que atiende a 200 millones de personas cada día, ha organizado la **reunión Post-EHF 'Anual Headache Update'** avalada por la **Sociedad Española de Neurología (SEN)** en la que se han presentado las principales novedades y aprendizajes en el campo de la cefalea.

Durante la reunión, la cual ha reunido a unos 150 profesionales del sector, expertos en el campo de la neurología presentaron algunos temas tales como: la aplicación de ciencia de datos e inteligencia artificial en el **manejo de la migraña**; nuevos objetivos farmacológicos para la migraña; cómo interactúan las hormonas con la migraña; así como la carga de la cefalea desde la perspectiva de los profesionales y pacientes o el rol de la enfermería en el manejo de la enfermedad.

El impacto del ciclo hormonal de la mujer en la migraña

Sobre este tema, el **doctor Albert Muñoz Vendrell**, especialista en neurología del Hospital de Bellvitge, destacó que: *"La incidencia de la migraña está muy relacionada con el ciclo hormonal femenino. Mientras que en la infancia la prevalencia es muy similar entre hombres y mujeres, a partir de la pubertad esta aumenta a favor de las mujeres hasta 4 o 5 veces más."*

De esta manera, apunta que la incidencia de la migraña llega a su máximo durante la edad fértil y suele descender tras la menopausia: "A lo largo de la vida, la incidencia de migraña aumenta tras la pubertad y se llega al máximo durante la edad fértil, sobre los 30 años. Aunque en la perimenopausia puede haber fluctuaciones, la menopausia suele preceder a un descenso en la incidencia de migraña."

Además, al estar muy ligada con el ciclo hormonal, el rol de los estrógenos y la progesterona juega un papel clave en las crisis de migraña. "Los estrógenos se consideran generalmente "protectores" de las crisis de esta enfermedad, ya que actúan aumentando el umbral de la migraña y promoviendo la síntesis de oxitocina (hormona igualmente "protectora" de crisis). La progesterona, si bien no se ha relacionado de forma tan clara como los estrógenos, también podría suponer un factor protector de migraña", destaca el Dr. Albert Muñoz.

Nuevos objetivos farmacológicos para la migraña

La formación continuada, así como el estudio e investigación sobre la migraña, son claves para el desarrollo de nuevos tratamientos; tal y como apunta el **Dr. Jesús Porta, jefe de servicio de Neurología del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz y presidente de la SEN:** *"El siglo XXI es el siglo de la neurología y, sin lugar a duda, los avances en el conocimiento de la fisiopatología de la migraña han contribuido de manera clara al desarrollo de nuevos tratamientos. Estos cambios conllevan una manera diferente de entender la enfermedad y sus tratamientos y, por lo tanto, la formación es fundamental para poder implementarlos y evitar la inequidad".*

Otro de los aspectos abordados en la reunión fue el futuro de los tratamientos de migraña. En este punto, el Dr. Jesús Porta señaló que el futuro va "hacia un concepto nuevo en medicina, la medicina dinámica de precisión, es decir, tratar según la situación fisiopatológica de la crisis en el momento vital de cada persona. No todas las crisis son iguales en la misma persona, y se modifican con el tiempo, por lo que con un arsenal terapéutico variado y marcadores biológicos podríamos adaptarnos y obtener tasas mucho más altas de respuesta terapéutica".

5 millones de personas padecen migraña en España

Esta enfermedad **afecta a más de 5 millones de personas en España**, de los cuales 1,5 millones la sufren de forma crónica, es decir, que padecen más de 15 días de dolor de cabeza al mes. Además, la migraña es la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Teva seguirá realizando iniciativas como el Post-EHF 'Annual Headache Update' que visibilicen el impacto de la migraña en los pacientes que la padecen, así como apoyando la investigación y desarrollo de nuevos tratamientos en el campo de la neurociencia, para así contribuir a la mejora de la calidad de vida de los pacientes con este tipo de patologías.

#teva #reunión #migraña #sen #ciclo hormonal #ia #novedades #formación #investigación

Autor: IM Médico



El medio de la farmacia comunitaria

Teva organiza un encuentro centrado en el manejo de la migraña

Durante la reunión Post-EHF, avalada por la SEN, se han compartido los principales avances y conocimientos sobre la cefalea. En este contexto, especialistas han debatido sobre cuestiones como los objetivos farmacológicos para la migraña, la influencia del ciclo hormonal o la aplicación de IA en su manejo.



12/02/2025

Teva, la compañía farmacéutica que atiende a 200 millones de personas cada día, ha organizado la **reunión Post-EHF 'Annual Headache Update'** avalada por la **Sociedad Española de Neurología (SEN)** en la que se han presentado las principales novedades y aprendizajes en el campo de la cefalea.

Durante la reunión, la cual ha reunido a unos 150 profesionales del sector, expertos en el campo de la neurología presentaron algunos temas tales como: la aplicación de ciencia de datos e inteligencia artificial en el **manejo de la migraña**, nuevos objetivos farmacológicos para la migraña, cómo interactúan las hormonas con la migraña, así como la carga de la cefalea desde la perspectiva de los profesionales y pacientes o el rol de la enfermería en el manejo de la enfermedad.

El impacto del ciclo hormonal de la mujer en la migraña

Sobre este tema, el **doctor Albert Muñoz Vendrell**, especialista en neurología del Hospital de Bellvitge, destacó que: *"La incidencia de la migraña está muy relacionada con el ciclo hormonal femenino. Mientras que en la infancia la prevalencia es muy similar entre hombres y mujeres, a partir de la pubertad esta aumenta a favor de las mujeres hasta 4 o 5 veces más."*

De esta manera, apunta que la incidencia de la migraña llega a su máximo durante la edad fértil y suele descender tras la menopausia: *"A lo largo de la vida, la incidencia de migraña aumenta tras la pubertad y se llega al máximo durante la edad fértil, sobre los 30 años. Aunque en la perimenopausia puede haber fluctuaciones, la menopausia suele preceder a un descenso en la incidencia de migraña."*

Además, al estar muy ligada con el ciclo hormonal, el rol de los estrógenos y la progesterona juega un papel clave en las crisis de migraña. *"Los estrógenos se consideran generalmente 'protectores' de las crisis de esta enfermedad, ya que actúan aumentando el umbral de la migraña y promoviendo la síntesis de oxitocina (hormona igualmente 'protectora' de crisis). La progesterona, si bien no se ha relacionado de forma tan clara como los estrógenos, también podría suponer un factor protector de migraña"*, destaca el Dr. Albert Muñoz.

Nuevos objetivos farmacológicos para la migraña

La formación continuada, así como el estudio e investigación sobre la migraña, son claves para el desarrollo de nuevos tratamientos; tal y como apunta el **Dr. Jesús Porta**, jefe de servicio de Neurología del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz y presidente de la SEN: *"El siglo XXI es el siglo de la neurología y, sin lugar a duda, los avances en el conocimiento de la fisiopatología de la migraña han contribuido de manera clara al desarrollo de nuevos tratamientos. Estos cambios conllevan una manera diferente de entender la enfermedad y sus tratamientos y, por lo tanto, la formación es fundamental para poder implementarlos y evitar la inequidad"*.

Otro de los aspectos abordados en la reunión fue el futuro de los tratamientos de migraña. En este punto, el Dr. Jesús Porta señaló que el futuro va *"hacia un concepto nuevo en medicina, la medicina dinámica de precisión, es decir, tratar según la situación fisiopatológica de la crisis en el momento vital de cada persona. No todas las crisis son iguales en la misma persona, y se modifican con el tiempo, por lo que con un arsenal terapéutico variado y marcadores biológicos podríamos adaptarnos y obtener tasas mucho más altas de respuesta terapéutica"*.

5 millones de personas padecen migraña en España

Esta enfermedad afecta a **más de 5 millones de personas en España**, de los cuales 1,5 millones la sufren de forma crónica, es decir, que padecen más de 15 días de dolor de cabeza al mes. Además, la migraña es la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Teva seguirá realizando iniciativas como el Post-EHF 'Annual Headache Update' que visibilicen el impacto de la migraña en los pacientes que la padecen, así como apoyando la investigación y desarrollo de nuevos tratamientos en el campo de la neurociencia, para así contribuir a la mejora de la calidad de vida de los pacientes con este tipo de patologías.

#teva #reunión #migraña #sen #ciclo hormonal #ia #novedades #formación #investigación

Autor: IM Farmacias

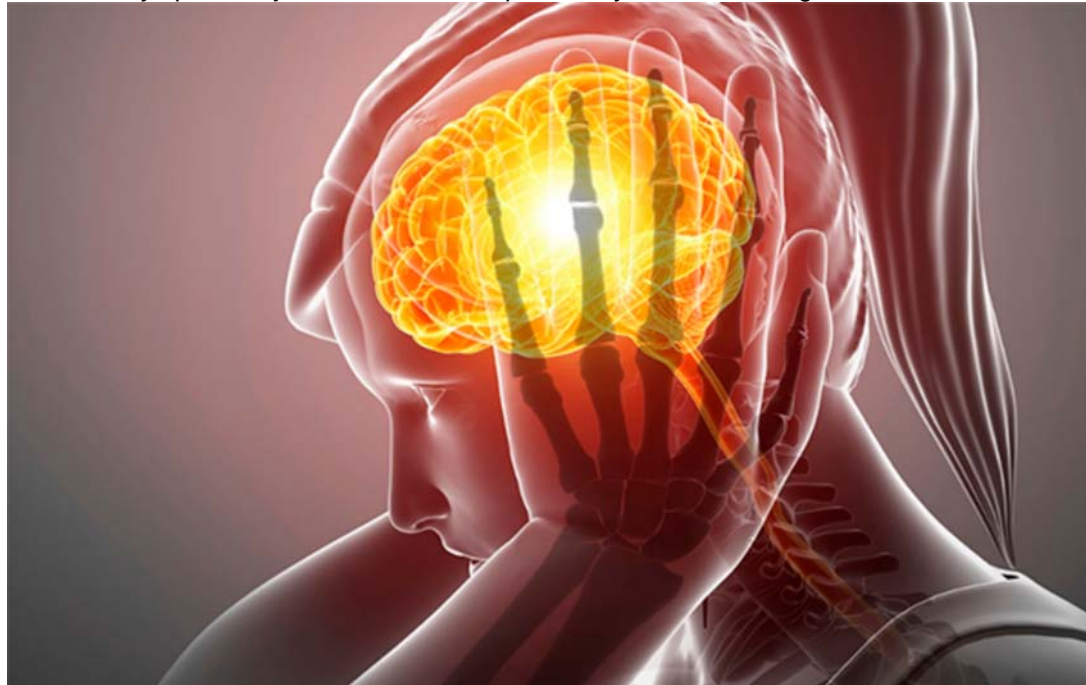




Las hormonas femeninas juegan un papel clave en las crisis de migraña

VADEMECUM - 12/02/2025 [TERAPIAS](#)

Teva organiza la quinta edición de la reunión anual Post-EHF "Anual Headache Update" para presentar las novedades y aprendizajes relevantes en el presente y futuro de la migraña.



Teva, la compañía farmacéutica que atiende a 200 millones de personas cada día, ha organizado la reunión Post-EHF "Anual Headache Update" avalada por la **Sociedad Española de Neurología (SEN)** en la que se han presentado las principales novedades y aprendizajes en el campo de la cefalea.

Durante la reunión, la cual ha reunido a unos 150 profesionales del sector, expertos en el campo de la neurología presentaron algunos temas tales como: la aplicación de ciencia de datos e inteligencia artificial en el manejo de la migraña; nuevos objetivos farmacológicos para la migraña; cómo interactúan las hormonas con la migraña; así como la carga de la cefalea desde la perspectiva de los profesionales y pacientes o el rol de la enfermería en el manejo de la enfermedad.

El impacto del ciclo hormonal de la mujer en la migraña

Sobre este tema, el doctor Albert Muñoz Vendrell, especialista en neurología del Hospital de Bellvitge, destacó que: *"La incidencia de la migraña está muy relacionada con el ciclo hormonal femenino. Mientras que en la infancia la prevalencia es muy similar entre hombres y mujeres, a partir de la pubertad esta aumenta a favor de las mujeres hasta 4 o 5 veces más."*

De esta manera, apunta que la incidencia de la migraña llega a su máximo durante la edad fértil y suele descender tras la menopausia¹: *"A lo largo de la vida, la incidencia de migraña aumenta tras la pubertad y se llega al máximo durante la edad fértil, sobre los 30 años. Aunque en la perimenopausia puede haber fluctuaciones, la menopausia suele preceder a un descenso en la incidencia de migraña."*

Además, al estar muy ligada con el ciclo hormonal, el rol de los estrógenos y la progesterona juega un papel clave en las crisis de migraña². *"Los estrógenos se consideran generalmente "protectores" de las crisis de esta enfermedad, ya que actúan aumentando el umbral de la migraña y promoviendo la síntesis de oxitocina (hormona igualmente "protectora" de crisis). La progesterona, si bien no se ha relacionado de forma tan clara como los estrógenos, también podría suponer un factor protector de migraña"*, destaca el Dr. Albert Muñoz.

Nuevos objetivos farmacológicos para la migraña

La **formación continuada, así como el estudio e investigación sobre la migraña**, son claves para el desarrollo de nuevos tratamientos; tal y como apunta el Dr. Jesús Porta, jefe de servicio de Neurología del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz y presidente de la SEN: *"El siglo XXI es el siglo de la neurología y, sin lugar a duda, los*



Otro de los aspectos abordados en la reunión fue el **futuro de los tratamientos de migraña**. En este punto, el Dr. Jesús Porta señaló que el futuro va *“hacia un concepto nuevo en medicina, la medicina dinámica de precisión, es decir, tratar según la situación fisiopatológica de la crisis en el momento vital de cada persona. No todas las crisis son iguales en la misma persona, y se modifican con el tiempo, por lo que con un arsenal terapéutico variado y marcadores biológicos podríamos adaptarnos y obtener tasas mucho más altas de respuesta terapéutica”*.

5 millones de personas padecen migraña en España

Esta enfermedad afecta a más de 5 millones de personas en España, de los cuales 1,5 millones la sufren de forma crónica, es decir, que padecen más de 15 días de dolor de cabeza al mes. Además, **la migraña es la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años**, según datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**³.

Teva seguirá realizando iniciativas como el Post-EHF *“Anual Headache Update”* que visibilicen el impacto de la migraña en los pacientes que la padecen, así como apoyando la investigación y desarrollo de nuevos tratamientos en el campo de la neurociencia, para así contribuir a la mejora de la calidad de vida de los pacientes con este tipo de patologías.

Ficha técnica Ajovy®:



1. Condiciones de prescripción y dispensación: Con receta médica. Diagnóstico hospitalario. Financiado por la Sistema Nacional de Salud. Para pacientes con 8 o más días de migraña/mes (migraña episódica de alta frecuencia y en pacientes con migraña crónica) y TRES o más fracasos de tratamientos previos utilizados a dosis suficientes durante al menos 3 meses, siendo uno de estos tratamientos toxina botulínica en el caso de migraña crónica.

2. Precios: AJOVY 225 mg solución inyectable en jeringa precargada - 1 jeringa precargada de 1,5 ml - PVP IVA 570,87€. AJOVY 225 mg solución inyectable en jeringa precargada - 3 jeringas precargadas de 1,5 ml - PVP IVA 1.611,91€. AJOVY 225 mg solución inyectable en pluma precargada - 1 pluma precargada - PVP IVA 570,87€. AJOVY 225 mg solución inyectable en pluma precargada - 3 plumas precargadas - PVP IVA 1.611,91€.

Referencias:

¹Krause DN, Warfvinge K, Haanes KA, Edvinsson L (2021) Hormonal influences in migraine — interactions of oestrogen, oxytocin and CGRP. Nat Rev Neurol 17:621–633.

²Krause DN, Warfvinge K, Haanes KA, Edvinsson L. Hormonal influences in migraine — interactions of oestrogen, oxytocin and CGRP. Nat Rev Neurol. 2021;17:621–633. doi: 10.1038/s41582-021-00544-2. [DOI] [PubMed] [Google Scholar].

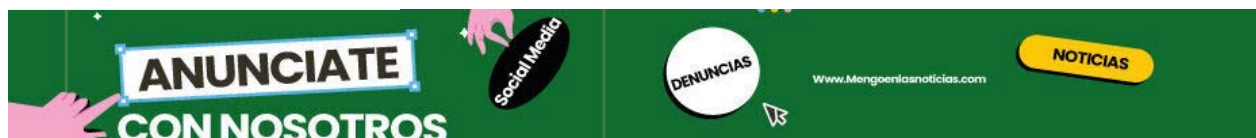
³SEN, La migraña afecta en España a más de 5 millones de personas. Disponible en: <https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link276.pdf> Fecha de último acceso: enero 2024

Enlaces de Interés

Última Información

- [Generales](#)

Wed. Feb 12th, 2025



SALUD

Estos son los síntomas de la epilepsia que debes conocer para garantizar diagnóstico precoz

🕒 FEB 12, 2025



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.



Publicaciones Relacionadas

Search