



Aragón Radio > Podcast > Emisiones > Día Mundial del Cerebro: un reto de ...

Día Mundial del Cerebro: un reto de salud global

En La Cadiera



22/07/2025

Duración: 00:13:32



Con motivo del Día Mundial del Cerebro, conversamos con David Ezpeleta, vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología, sobre el impacto de las enfermedades neurológicas en España. Más de 23 millones de personas padecen algún tipo de trastorno neurológico, responsables del 14% de los fallecimientos en el país. Hablamos de los retos del sistema sanitario, la importancia de la prevención desde la infancia y el papel clave de la investigación para mejorar la salud cerebral a lo largo de toda la vida.

Más podcasts de La Cadiera



La Cadiera de 13h a



La Cadiera de 12h a

SECCIONES



CL



Santander



Cantabria Liberal

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

SANIDAD CANTABRIA 22-07-2025 14:30



Neurólogos llaman a priorizar la salud cerebral en todas las etapas para evitar enfermedades neurológicas



La Sociedad Española de Neurología (SEN) ha llamado a priorizar el cuidado de la salud cerebral en todas las etapas, desde la preconcepción hasta la vejez, para prevenir enfermedades neurológicas, ya que se conoce que muchas de estas afecciones podrían evitarse si se adoptan buenos hábitos.

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, la Federación Mundial de Neurología ha lanzado una campaña de sensibilización bajo el lema `Salud cerebral para todas las edades`, que secunda la SEN, con el objetivo de que la población conozca la importancia del cuidado del cerebro.

"Por ejemplo, hoy sabemos que hasta el 90 por ciento de los casos de ictus y el 40 por ciento de los casos de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro", ha destacado el presidente de la SEN, Jesús Porta-Etessam.

Desde la sociedad científica han recordado el impacto

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

[SABER MÁS](#)[ACEPTAR Y CERRAR](#)



Unas cifras que "van en aumento" debido al envejecimiento de la población. En los últimos 35 años, el volumen total de discapacidad y muertes prematuras causadas por las enfermedades neurológicas ha aumentado más de un 18 por ciento.

En este contexto, Porta-Etessam ha explicado que la salud cerebral "empieza incluso antes del nacimiento", ya que cada etapa es una "oportunidad" para fortalecer el cerebro. Para ello, ha tildado de "imprescindible" la implantación de políticas de prevención y educación en salud cerebral para toda la población, y especialmente en contextos con menos recursos, donde ha aseverado que la brecha en atención neurológica es "alarmante".

"Debemos apostar tanto por la prevención primaria, adoptando estilos de vida saludables, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas; como por la prevención secundaria, fomentando la detección temprana y el tratamiento oportuno de las enfermedades neurológicas mediante revisiones y el acceso adecuado a los servicios sanitarios", ha añadido.

RECOMENDACIONES PARA CADA ETAPA

La SEN ha detallado recomendaciones para cuidar la salud cerebral en cada etapa de la vida. Por ejemplo, han insistido en que los futuros padres deben llevar una buena nutrición y someterse a controles médicos, lo que puede influir directamente en el desarrollo cerebral del bebé.

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

[SABER MÁS](#)[ACEPTAR Y CERRAR](#)



cuidado prenatal, mediante una nutrición adecuada y el manejo del estrés, que ayudarán tanto al bebé como a la madre.

Respecto a los primeros años, los neurólogos han explicado que la infancia es clave para el aprendizaje, el crecimiento emocional y el desarrollo social, por lo que se deben fomentar entornos seguros, la correcta vacunación y una crianza positiva.

Por último, han recomendado a los adultos que lleven un estilo de vida saludable para mantener el cerebro sano y reducir el riesgo de muchas enfermedades neurológicas; y a las personas de edad avanzada, que se sometan a chequeos regulares para la detección temprana de las enfermedades neurológicas y se mantengan social y mentalmente activos.

El decálogo de la SEN para mantener un cerebro saludable se puede consultar en `<https://acortar.link/hipWar>``, elaborado con el objetivo de fomentar hábitos saludables y prevenir factores de riesgo de las enfermedades neurológicas.

En el marco de esta efeméride, la SEN también ha apuntado a otras acciones fundamentales, como reducir el estigma de los trastornos neurológicos, garantizar un acceso equitativo a la atención neurológica y a la rehabilitación, y promover políticas que fortalezcan los sistemas de salud.

"Invertir en salud cerebral es invertir en bienestar y productividad a lo largo de toda la vida. Debemos apostar por sistemas sanitarios más inclusivos e igualitarios y

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

[SABER MÁS](#)[ACEPTAR Y CERRAR](#)

Corrientes 15 °C
Min. 14 °C Max. 20 °C
[twitter](#)[facebook](#)[instagram](#)[youtube](#)[whatsapp](#)



Miércoles 23 de Julio, 2025

[Portada](#)
[Política](#)
[Policiales](#)
[Interior](#)
[Información General](#)
[Secciones](#)
[Culturales](#)
[Internacionales](#)
[Deportes](#)
[Opinión](#)
[Economía](#)
[Espectáculos](#)
[Sociales](#)
[Edición impresa](#)
[Fúnebres](#)
[Clasificados](#)

Para ver esta nota en internet ingrese a: <https://www.diarioepoca.com/a/1358079>[Inicio](#)[Información General](#)

SALUD

Día Mundial del Cerebro: las diez claves para prevenir el ictus o el Alzheimer

Hasta el 90% de los casos de ictus y el 40% de los de Alzheimer podrían evitarse cuidando el cerebro. Realizar actividades que estimulen este órgano, como leer, o evitar un uso excesivo de pantallas son algunos de los hábitos que recomiendan los neurólogos

22 de Julio, 2025



Perder la capacidad motora, el habla, la memoria o la vida. Diagnosticar una enfermedad neurológica supone un mazazo para el que la sufre y no es para menos. Ictus, epilepsia, Alzheimer, Parkinson, esclerosis múltiple o ELA son algunas de las patologías que se incluyen en este grupo y que tienen de denominador común la afectación del sistema nervioso. Constituyen todas ellas una de las principales causas de discapacidad y mortalidad a nivel mundial. En España, más de 23 millones de personas sufren alguna de estas afecciones, responsables del 14% total de fallecimientos.

Los avances que la ciencia ha logrado en este campo en los últimos años son prometedores, pero, por desgracia, el camino que dé con la tecla que prevenga o acabe con estas enfermedades es todavía largo. El envejecimiento o factores genéticos son responsables de muchos de los casos contra los que poco se puede hacer a día de hoy, más allá de ralentizar la evolución de la enfermedad.

Sin embargo, ciertos estilos de vida que favorecen el desarrollo de estas patologías sí que se pueden evitar. "El pilar clave para reducir el impacto de las enfermedades neurológicas es la prevención. Fomentándola, conseguiríamos reducir considerablemente la carga de la gran mayoría de ellas. Por ejemplo, hoy sabemos que hasta el 90% de los casos de ictus y el 40% de los de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro", destaca Jesús Porta-Etessam, presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Decálogo para mantener un cerebro saludable

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, cada 22 de julio, la SEN ha lanzado la campaña "Salud cerebral para todas las edades", con el fin de concienciar la importancia de priorizar el cuidado de la salud cerebral desde incluso antes del nacimiento. En este sentido, han recordado cuáles son los 10 hábitos que todo el mundo debería cumplir para mantener este órgano sano:

Realizar actividades que estimulen la actividad cerebral, como leer, escribir, participar en juegos de mesa, realizar actividades manuales, completar crucigramas, aprender y practicar un nuevo idioma, etc.

Evitar el sobrepeso y realizar algún tipo de actividad física de forma regular, bien mediante la práctica de algún deporte o dando uno o dos paseos diarios de al menos 30 minutos.

Evitar sustancias tóxicas, como el alcohol, el tabaco, la contaminación ambiental o cualquier tipo de drogas.

Controlar factores de riesgo vascular, como la tensión arterial, la diabetes o la hiperglucemias.

Potenciar relaciones sociales y afectivas, evitando la incomunicación y el aislamiento social, que favorecen el desarrollo del deterioro cognitivo en el futuro.

Seguir una dieta equilibrada, evitando el exceso de grasas animales, azúcar, sal y alimentos procesados y ultraprocesados. En cambio, optar por alimentos naturales, sobre todo frutas, legumbres y verduras.

Tratar de dormir ocho horas diarias. Un sueño de calidad es clave para la salud cerebral.

Evitar un uso excesivo de pantallas, algo que reduce la capacidad de concentración, atención y aprendizaje. Además, este hábito dificulta conciliar y mantener el sueño por la noche.

Proteger el cerebro contra las agresiones físicas del exterior, haciendo uso del cinturón en el coche y del casco en cualquier actividad que lo requiera.

Reducir el estrés en todos los ámbitos de la vida en la medida de lo posible.

"Por tanto, debemos apostar tanto por la prevención primaria, adoptando estilos de vida saludables, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas; como por la prevención secundaria, fomentando la detección temprana y el tratamiento oportuno de las enfermedades neurológicas mediante revisiones y el acceso adecuado a los servicios sanitarios", resume Porta-Etessam.

Tags [Cerebro](#)

[+ Ver todas](#)Más de [Cerebro](#)



[Viaje al subsuelo del cerebro](#)

En este portal utilizamos datos de navegación / cookies propias y de terceros para gestionar el portal, elaborar información estadística, optimizar la funcionalidad del sitio y mostrar publicidad relacionada con sus preferencias a través del análisis de la navegación. Si continúa navegando, usted estará aceptando esta utilización. Puede conocer cómo deshabilitarlas u obtener más información [aqui](#)

ENTIENDO

Temas del día

En vivo: Movilidad Bogotá

Paro armado ELN

Atentado Carlos F. Galán

María Fernanda Cabal

Donald 1



EL TIEMPO

SUSCRÍBETE



INTERNACIONAL

EEUU

LATINOAMÉRICA

EUROPA

ÁFRICA

MEDIO ORIENTE

ASIA

MÁS REGIONES

v

EDITORIAL

Las personas que aman el humor negro son más inteligentes que los demás por este motivo, según expertos

- Un estudio reveló que la atracción por este tipo de humor podría estar relacionado con la inteligencia.

[Qué significa si una persona habla sola y en voz alta, según la psicología](#)



Un informe reveló la relación entre la inteligencia y este tipo de chistes Foto: iStock

En este portal utilizamos datos de navegación / cookies propias y de terceros para gestionar el portal, elaborar información estadística, optimizar la funcionalidad del sitio y mostrar publicidad relacionada con sus preferencias a través del análisis de la navegación. Si continúa navegando, usted estará aceptando esta utilización. Puede conocer cómo deshabilitarlas u obtener más información [aqui](#)

ENTIENDO

reacciones intensas: para algunos es ofensivo, pero para otros es una forma liberadora de enfrentar las realidades más duras de la vida. Sin embargo, **expertos revelaron que las personas que lo aman son más inteligentes que los demás por un motivo** en particular.

Investigadores de la Universidad de Viena publicaron un estudio en la revista especializada *Cognitive Processing* donde dieron a conocer que **la atracción por este tipo de chistes podría ser un efecto secundario de la inteligencia.**

Cada cuánto deben bañarse las personas mayores de 70 años, según expertos

¿Te cuesta gastar dinero incluso cuando lo necesitas? Esto dice la psicología sobre este hábito y su origen emocional

Qué significa cuando una persona ya no siente nervios por ver a su pareja, según la psicología

El informe demostró que qui

“ frutan el humor negro tienden a

En este portal utilizamos datos de navegación / cookies propias y de terceros para gestionar el portal, elaborar información estadística, optimizar la funcionalidad del sitio y mostrar publicidad relacionada con sus preferencias a través del análisis de la navegación. Si continúa navegando, usted estará aceptando esta utilización. Puede conocer cómo deshabilitarlas u obtener más información [aqui](#)

ENTIENDO

destacaron por su coeficiente, sino que también **tenían una baja agresividad y un estado de ánimo estable**. Por el contrario, la baja preferencia por el humor negro y la comprensión moderada de las bromas se asoció con la inteligencia promedio, junto con una alta agresividad y altos trastornos en su estado anímico.



El humor negro puede ser señal de una inteligencia superior al resto. FOTO:ISTOCK

El humor no es objetivo, pero ayuda a elaborar mejor los traumas

Quienes disfrutan del humor negro suelen tener una **visión aguda, crítica y a veces cínica del mundo**. Lejos de buscar herir, utilizan el

En este portal utilizamos datos de navegación / cookies propias y de terceros para gestionar el portal, elaborar información estadística, optimizar la funcionalidad del sitio y mostrar publicidad relacionada con sus preferencias a través del análisis de la navegación. Si continúa navegando, usted estará aceptando esta utilización. Puede conocer cómo deshabilitarlas u obtener más información [aqui](#)

ENTIENDO

la Sociedad Española de Neurología, Manuel Arias, dijo en diálogo con *La Vanguardia* que **la risa no es objetiva**. "Algo que nos resulta gracioso o gratificante no necesariamente tiene que serlo objetivamente, pero el procesamiento de este humor **depende no solo de cada individuo, sino también del sexo y de la cultura**", aseguró.

Sigue toda la información de Internacional en [Facebook](#) y [X](#), o en nuestra [newsletter semanal](#).



Compartir



Guardar



Reportar



Resumen



Escuchar



Comentar

Conforme a los criterios de The Trust Project

[SABER MÁS](#)

TEMAS RELACIONADOS

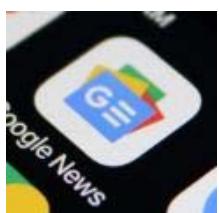
[Psicología](#) | [Inteligencia](#) | [EquipoDR](#)

SUGERENCIAS



BOLETINES EL TIEMPO

Regístrate en nuestros boletines y recibe noticias en tu correo según tus intereses. Mantente informado con lo que realmente te importa.

[REGISTRATE](#)

EL TIEMPO GOOGLE NEWS

Síguenos en GOOGLE NEWS. Mantente siempre actualizado con las últimas noticias coberturas historias y análisis directamente en Google News.



Salud

Alimentación Ciencia Dietas Educación Enfermedades Medio ambiente Ser Feliz Tiempo

EN DIRECTO Tres comarcas de Catalunya, en aviso rojo por tiempo violento

Patologías

Ictus: qué es, síntomas y factores de riesgo del accidente cerebrovascular

El ictus es una de las principales causas de muerte en el mundo



¿Compensan las células cerebrales los daños causados por un ictus?

PUBLICIDAD

Lola Gutiérrez

23 JUL 2025 11:58

Actualizada 23 JUL 2025 12:11

 Por qué confiar en El Periódico

El **ictus** es una de las principales causas de muerte en el mundo. Según un estudio publicado por 'The Lancet' solo en 2016 se produjeron 13,7 millones de ictus nuevos en el planeta y se registraron 5,5 millones de fallecimientos causados por esta enfermedad, lo que la convierte en la segunda causa de muerte en los países desarrollados y la primera en el caso de las mujeres.

PUBLICIDAD

Casos de ictus en España

En España, según los datos de la asociación **Freno al ictus**, esta afección cerebrovascular **ataca cada año a 120.000 personas**, a las que provoca la **muerte o discapacidad grave** en aproximadamente la mitad de los casos.

PUBLICIDAD

PUBLICIDAD

De este 50% de afectados, entre un 30 y un 35% se dan en personas menores de 65 años, es decir, en edad laboral, tal y como recoge el Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

El ictus, un gran desconocido

Uno de los temas que más preocupan a los expertos es el gran desconocimiento público que existe de esta afección, un problema que afecta al diagnóstico del paciente, pues en el caso de los ictus **cada segundo es fundamental** si queremos evitar que el cerebro sufra **daños graves e irreversibles**.

PUBLICIDAD

"Un ictus es una enfermedad ocasionada por un trastorno brusco de la circulación cerebral y que compromete la llegada de oxígeno y glucosa a una región del cerebro, causando la pérdida de su función", explica la **neuróloga María Alonso de Leciñana**. "El cerebro no tiene reservas energéticas, es directamente dependiente del aporte de oxígeno y glucosa, así que, si este cesa, el cerebro se muere", añade.

Síntomas del ictus

A pesar de este dato, una encuesta elaborada por la SEN y Freno al Ictus revela que hasta el 61% de los pacientes o cuidadores de pacientes que habían sufrido ictus reconocían que antes de la enfermedad tenían un **conocimiento bajo o muy bajo de lo que es**, una desinformación que en un 28 % de los encuestados se mantenía tras haber sufrido la dolencia.

PUBLICIDAD

PUBLICIDAD

"Esto tenemos que mejorarla", sentencia **Leciñana**, "no puede ser que dos tercios de la población desconozcan qué es un ictus, porque eso quiere decir que **la gente no reconoce los síntomas de alarma**".

Pero ¿cuáles son estos síntomas? Tal y como explica a Efe la doctora Leciñana, los signos de alarma de un ictus son la pérdida brusca de fuerza o sensibilidad en un lado del cuerpo, la pérdida de la capacidad para hablar o entender el lenguaje, la pérdida de visión de un ojo o de un campo visual y un dolor de cabeza muy brusco e intenso.

PUBLICIDAD

"Estos síntomas obligan a buscar atención urgente", apunta, y agrega que la mejor forma de conseguirlo es "llamando al 112". "No hay que ir al hospital, te tienen que llevar los servicios de emergencias", afirma, algo en lo que coincide el doctor **Riera**

Iáñez, Delegable de la Comisión de Ictus del Summa 112

La importancia de llamar al 112

El primero de estos eslabones es la llamada al 112 tras los primeros síntomas, y es el que sostiene el resto del proceso, pues en el momento en el que se cita alguno de los signos del infarto cerebral la llamada pasa a dos personas: a la mesa de transporte sanitario, que envía un recurso sanitario al domicilio del paciente, y al médico, que se encargará de recoger toda la información del sospechoso de tener un ictus.

Cuando el servicio de emergencias llega al domicilio del paciente, se toman sus constantes vitales y se pasa la información al **centro coordinador** para que **preavise al hospital**, que preparará las pruebas de imagen, las analíticas y al equipo que tratará al enfermo.

"Este preaviso al hospital ahorrará muchísimo tiempo y es la razón por la que hay que ir siempre al hospital en ambulancia", explica Riera, que apunta que con este preaviso se puede ahorrar "más de una hora", un tiempo extremadamente importante a la hora de tratar esta enfermedad que cada año deja aproximadamente 27.000 fallecimientos en España y es la **segunda causa de demencia o deterioro cognitivo**, solo por detrás del alzhéimer.

Factores de riesgo para sufrir un ictus

A pesar de su gravedad, existen una serie de factores de riesgo que se pueden controlar para prevenir los ictus. El consumo de alcohol y tabaco, el alto nivel de colesterol en sangre, la obesidad y el sedentarismo son, entre otros, algunas de las causas que nos hacen más propensos a sufrir un infarto cerebral, pero pueden combatirse mediante un estilo de vida saludable, informa Efe.

A su vez, la edad aumenta la probabilidad de sufrir un infarto cerebral, siendo el principal factor de riesgo no alterable. "El ictus va aumentando cada vez que tenemos más años", señala Leciñana, que declara que en una sociedad en la que haya más personas ancianas la prevalencia de la enfermedad, y el número absoluto de casos anuales, va a ser mayor.

Aumento del 34% en 5 años

En este sentido, está previsto que **para 2035** se experimente un **aumento del 34%** en

"Tenemos todavía mucho por hacer", sentencia Leciñana, agregando que la mortalidad está disminuyendo gracias a tratamientos como la trombolisis intravenosa, la trombectomía mecánica y la implantación de las unidades de ictus.

Los ictus causan un grave impacto en la persona que lo sufre y en su entorno. A pesar de que cada día son más los pacientes que se recuperan o sufren secuelas pequeñas, el ictus sigue siendo la segunda causa de muerte en los países desarrollados y es la primera causa de discapacidad en un adulto, lo que dificulta la interacción con otras personas, aumenta los costes económicos familiares y reduce la vida laboral.

TEMAS

ICTUS

ENFERMEDADES



Día Mundial del Cerebro: las diez claves para prevenir el ictus o el Alzheimer

22 julio, 2025

Compartir

Tweet

Compartir

Me gusta

Perder la capacidad motora, el habla, la memoria o la vida. Diagnosticar una enfermedad neurológica supone un mazazo para el que la sufre y no es para menos. Ictus, epilepsia, Alzheimer, Parkinson, esclerosis múltiple o ELA son algunas de las patologías que se incluyen en este grupo y que tienen de denominador común la afectación del sistema nervioso. Constituyen todas ellas una de las principales causas de discapacidad y mortalidad a nivel mundial. En España, más de 23 millones de personas sufren alguna de estas afecciones, responsables del 14% total de fallecimientos.



Los avances que la ciencia ha logrado en este campo en los últimos años son prometedores, pero, por desgracia, el camino que dé con la tecla que prevenga o acabe con estas enfermedades es todavía largo. El envejecimiento o factores genéticos son responsables de muchos de los casos contra los que poco se puede hacer a día de hoy, más allá de ralentizar la evolución de la enfermedad.

Sin embargo, ciertos estilos de vida que favorecen el desarrollo de estas patologías sí

que se pueden evitar. «El pilar clave para reducir el impacto de las enfermedades neurológicas es la prevención. Fomentándola, conseguiríamos reducir considerablemente la carga de la gran mayoría de ellas. Por ejemplo, hoy sabemos que hasta el 90% de los casos de ictus y el 40% de los de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro», destaca Jesús Porta-Etessam, presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Decálogo para mantener un cerebro saludable

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, cada 22 de julio, la SEN ha lanzado la campaña «Salud cerebral para todas las edades», con el fin de concienciar la importancia de priorizar el cuidado de la salud cerebral desde incluso antes del nacimiento. En este sentido, han recordado cuáles son los 10 hábitos que todo el mundo debería cumplir para mantener este órgano sano:

Realizar actividades que estimulen la actividad cerebral, como leer, escribir, participar en juegos de mesa, realizar actividades manuales, completar crucigramas, aprender y practicar un nuevo idioma, etc.

Evitar el sobrepeso y realizar algún tipo de actividad física de forma regular, bien mediante la práctica de algún deporte o dando uno o dos paseos diarios de al menos 30 minutos.

Evitar sustancias tóxicas, como el alcohol, el tabaco, la contaminación ambiental o cualquier tipo de drogas.

Controlar factores de riesgo vascular, como la tensión arterial, la diabetes o la hiperglucemias.

Potenciar relaciones sociales y afectivas, evitando la incomunicación y el aislamiento social, que favorecen el desarrollo del deterioro cognitivo en el futuro.

Seguir una dieta equilibrada, evitando el exceso de grasas animales, azúcar, sal y alimentos procesados y ultraprocesados. En cambio, optar por alimentos naturales, sobre todo frutas, legumbres y verduras.

Tratar de dormir ocho horas diarias. Un sueño de calidad es clave para la salud cerebral.

Evitar un uso excesivo de pantallas, algo que reduce la capacidad de concentración, atención y aprendizaje. Además, este hábito dificulta conciliar y mantener el sueño por la noche.

Proteger el cerebro contra las agresiones físicas del exterior, haciendo uso del cinturón en el coche y del casco en cualquier actividad que lo requiera.

Reducir el estrés en todos los ámbitos de la vida en la medida de lo posible.

«Por tanto, debemos apostar tanto por la prevención primaria, adoptando estilos de

vida saludables, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas; como por la prevención secundaria, fomentando la detección temprana y el tratamiento oportuno de las enfermedades neurológicas mediante revisiones y el acceso adecuado a los servicios sanitarios», resume Porta-Etessam.

[Compartir](#)

[Tweet](#)

[Compartir](#)

[Me gusta](#)

Déjanos tu comentario



Metrovacesa se certifica como “Espacio Cerebroprotegido” y refuerza su compromiso en la lucha contra el ictus

Metrovacesa ha recibido la certificación como **Espacio Cerebroprotegido**, una iniciativa impulsada por la **Fundación Freno al Ictus** que reconoce a las organizaciones comprometidas con la prevención y la actuación frente al ictus. La distinción fue recogida por **Miguel Ángel Melero Puerta**, en representación de todo el equipo de Metrovacesa.

El compromiso de Metrovacesa con la salud cerebral se remonta a 2021, año en el que lanzó junto a la Fundación la campaña *“Metrovacesa contra el ictus”*, con el objetivo de sensibilizar a sus colaboradores sobre esta enfermedad y contribuir activamente a su prevención.

En 2025, la compañía ha iniciado el proceso de certificación como Espacio Cerebroprotegido. En esta primera fase, se ha formado al **40 % de la plantilla de la sede corporativa en Madrid**, a través de una capacitación especializada que permite identificar los síntomas de un ictus y actuar de forma rápida y eficaz, activando el protocolo de emergencias *“Código Ictus”*. Está previsto que el próximo año el programa se extienda al resto de los centros de trabajo de la compañía, alcanzando así a aproximadamente **220 empleados**.

Miguel Ángel Melero, director de Personas, Procesos y Tecnología de Metrovacesa, comenta que “En Metrovacesa estamos convencidos de que nuestro compromiso debe ir más allá de lo profesional. Formar a nuestros equipos para saber actuar ante una emergencia como el ictus es una forma real de cuidar de las personas. Saber identificar a tiempo los síntomas puede salvar vidas, y no podemos olvidar que el ictus afecta cada año a más de 120.000 personas solo en España. Es así como iniciativas como esta nos ayudan a construir entornos de trabajo más seguros, responsables y preparados.”

Por su parte, **Julio Agredano**, presidente de la Fundación Freno al Ictus, ha destacado el valor del compromiso empresarial en la prevención de esta enfermedad. “La implicación de Metrovacesa demuestra que es posible construir una red de espacios cerebroprotegidos que actúen de forma eficaz frente a una emergencia tan frecuente como el ictus. La formación salva vidas, y que una compañía como Metrovacesa continúe apostando por este proyecto a nivel nacional es un ejemplo a seguir”, ha afirmado.

El proyecto *Espacio Cerebroprotegido* cuenta con el aval de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, a través de su **Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares (GEECV)**, y con el respaldo de la **Asociación Española de**



El ictus es la **primera causa de muerte en mujeres** y la **segunda en la población general en España**. Cada año, más de 120.000 personas sufren un ictus en nuestro país, y más de 24.000 fallecen a causa de esta enfermedad. Además, es una de las principales causas de **discapacidad adquirida en el adulto**. La buena noticia es que el **90 % de los casos pueden prevenirse** mediante hábitos de vida saludables y el control de los factores de riesgo. La identificación temprana de los síntomas y la activación del *Código Ictus* son claves para mejorar el pronóstico del paciente.

Descarga el folleto informativo:

[FOLLETO INFORMATIVO](#)

[MÁS INFORMACIÓN](#)

Este proyecto se ha realizado gracias a la colaboración de:

metrovacesa



[CONTÁCTANOS](#)

Sobre Freno al Ictus

Fundación Freno al Ictus, inscrita en el Registro de Fundaciones con el número 2202 y acogida a la Ley Estatal 49/2002 de régimen fiscal de las entidades sin fines lucrativos y de los incentivos fiscales al mecenazgo.

Páginas legales

- » [Política de privacidad](#)
- » [Política de cookies](#)

Contacto

✉ contacto@frenoalictus.org

(<https://www.algetransit.es/>)



(<https://red.nissan.es/interdiesel>)



(<https://www.gironanoticies.com/>)

Última hora ➔ ☺ Nou "Divendres a la fresca" amb cinema del Cicle Gaudí aques...

★ Notícies més llegides



(<https://www.gironanoticies.com/noticia/275025-silvia-orriols-prohibeix-lus-del-burquini-a-la-piscina-municipal-de-ripoll-per-motius-de-seguretat.htm>)



(<https://www.gironanoticies.com/noticia/275029-sophie-blanc-defend-la-loi-duplomb-comme-une-mesure-de-bon-sens-pour-sauver-lagriculture-francaise.htm>)





(<https://www.gironanoticies.com/noticia/275013-moviment-gironi-pressiona-la-juntament-de-girona-per-saber-si-se-executara-la-sancio-milionaria-per-la-gestio-de-residus.htm>)



(<https://www.gironanoticies.com/noticia/275031-la-renovation-de-la-rue-lacaze-duthiers-renforce-lengagement-daliot-pour-une-ville-verte-et-accessible.htm>)



(<https://www.teisa-bus.com/>)



(<https://red.nissan.es/interdiesel>)

Actualidad Empresarial



Hormigueo, fatiga o problemas de visión; señales de alerta para la esclerosis múltiple

Actualidad Empresarial - 17/07/2025 - ☰

 (<https://twitter.com/share?text=Hormigueo, fatiga o problemas de visión; señales de alerta para la esclerosis múltiple&url=https://www.gironanoticies.com/noticia/274598-hormigueo-fatiga-o-problemas-de-vision;-senales-de-alerta-para-la-esclerosis-multiple.htm>)  (<http://www.facebook.com/sharer.php?u=https://www.gironanoticies.com/noticia/274598-hormigueo-fatiga-o-problemas-de-vision;-senales-de-alerta-para-la-esclerosis-multiple.htm>)

A+ Augmentar text

A- Disminuir text





¿Se experimenta un hormigueo persistente en manos o pies? ¿Se presenta fatiga con facilidad o visión borrosa sin explicación aparente? Estos podrían ser los primeros síntomas de la **esclerosis múltiple (EM)**, una enfermedad neurológica que **afecta a más de 2,5 millones de personas en el mundo**, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).

¿Qué es la esclerosis múltiple y cuáles son sus síntomas?

La esclerosis múltiple es una enfermedad autoinmune crónica que afecta al sistema nervioso central, dañando la mielina, una capa protectora de las fibras nerviosas. Este daño interrumpe la comunicación entre el cerebro y el resto del cuerpo, provocando síntomas que pueden variar ampliamente entre personas.

Algunos de los síntomas iniciales más comunes incluyen:

Hormigueo o entumecimiento en extremidades, especialmente en un lado del cuerpo.

Fatiga extrema que no mejora con descanso.

Problemas de visión, como visión doble, borrosa o pérdida parcial de la vista.

Debilidad muscular o sensación de inestabilidad al caminar.

Dificultades cognitivas, como problemas de memoria o concentración.

Aunque estos síntomas no siempre indican esclerosis múltiple, es fundamental consultar con un especialista si persisten o empeoran con el tiempo.

¿Cómo impacta la esclerosis múltiple en la vida diaria?

La esclerosis múltiple puede afectar significativamente la calidad de vida de quienes la padecen, con brotes impredecibles que generan frustración e incertidumbre. A menudo, las personas enfrentan desafíos físicos, como dificultad para moverse, así como problemas emocionales, como ansiedad o depresión.

La detección temprana y un tratamiento integral pueden marcar una gran diferencia, ayudando a controlar los síntomas y ralentizar la progresión de la enfermedad.

Un enfoque integral en Clínica Azorín

La Unidad de Neurología y Neurofisiología Clínica de Clínica Azorín ofrece un abordaje multidisciplinar para el tratamiento de la esclerosis múltiple. El equipo combina fisioterapia neurológica avanzada y técnicas de rehabilitación personalizadas para mejorar la calidad de vida de los pacientes.

«La esclerosis múltiple no tiene por qué ser el final de una vida activa. Con el tratamiento adecuado, ayudamos a nuestros pacientes a mantener su autonomía y bienestar», asegura Joaquín Azorín, Director de Clínica Azorín.

Si se presentan síntomas relacionados con la esclerosis múltiple, en Clínica Azorín es posible encontrar ayuda.

Contacto para medios y consultas

Clínica Azorín

Web: Unidad de Neurología y Neurofisiología Clínica (<https://clinicazorin.es/especialidades/unidad-de-neurologia-y-neurofisiologia-clinica/>)

Autor: <https://emprendedoresdehoy.com/prensa/hormigueo-fatiga-o-problemas-de-vision;-señales-de-alerta-para-la-esclerosis-multiple/>

Donar



<https://www.gironanoticies.com/noticia/274598-hormigueo-fatiga-o-problemas-de-vision;-señales-de-alerta-para-la-esclerosis-multiple.htm>

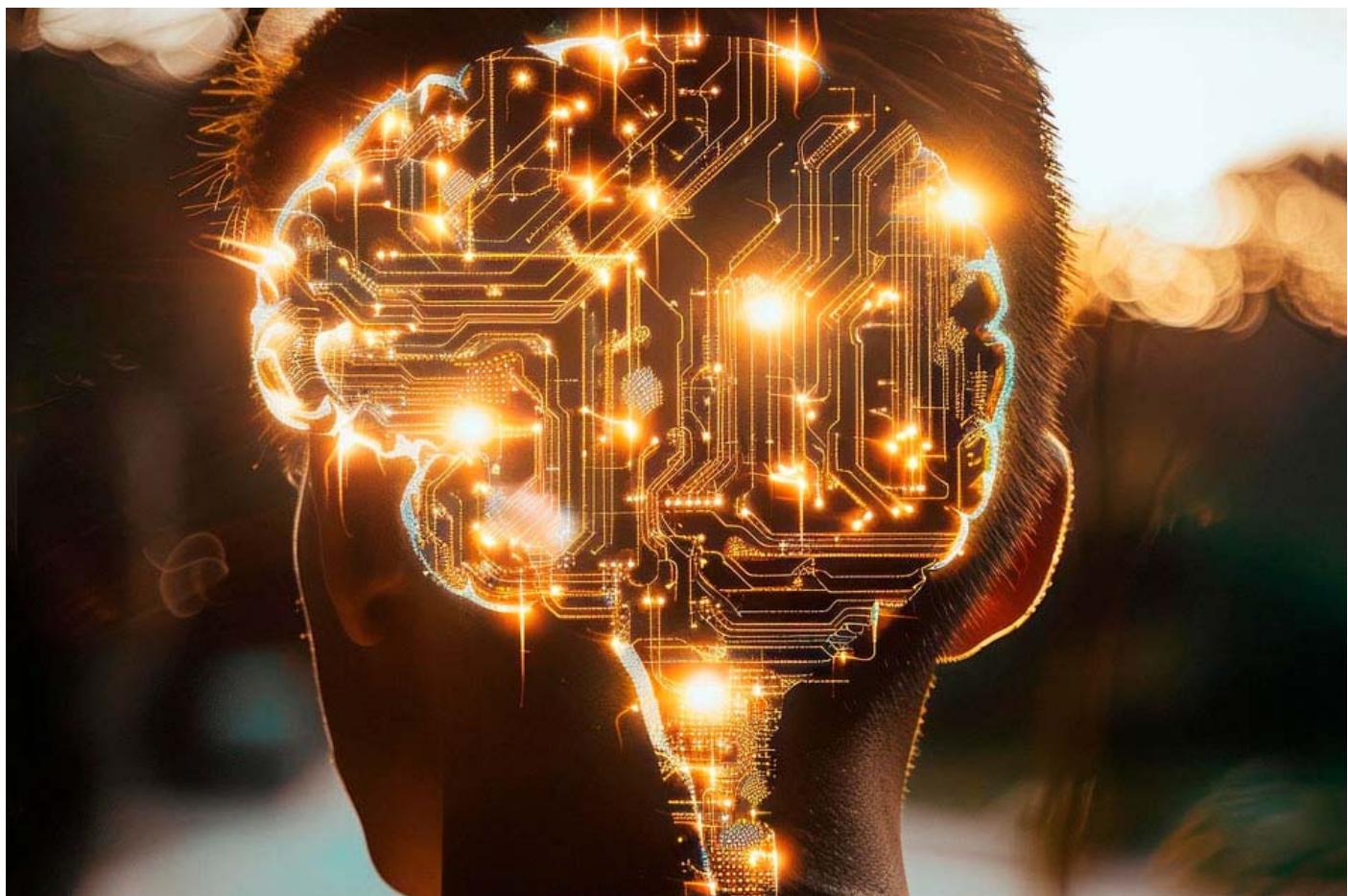
[df.php?id=274598](https://www.gironanoticies.com/noticia/274598-hormigueo-fatiga-o-problemas-de-vision;-señales-de-alerta-para-la-esclerosis-multiple.htm) [Imprimir](https://www.gironanoticies.com/noticia/274598-hormigueo-fatiga-o-problemas-de-vision;-señales-de-alerta-para-la-esclerosis-multiple.htm) (<https://www.gironanoticies.com/noticia/274598-hormigueo-fatiga-o-problemas-de-vision;-señales-de-alerta-para-la-esclerosis-multiple.htm>)

/#)

<https://www.gironanoticies.com/noticia/274598-hormigueo-fatiga-o-problemas-de-vision;-señales-de-alerta-para-la-esclerosis-multiple.htm#comentar>



[Inicio](#) > [Secciones](#) > [Salud](#) > [Especial investigación médica](#) >



Tenemos que cuidar a nuestro cerebro. (Imagen de TAI-Design en Pixabay)

DESDE LA INFANCIA A LA VEJEZ

Salud cerebral para todas las edades: una prioridad mundial en todas las etapas de la vida

Las enfermedades neurológicas son prevenibles: hasta el 90% de los casos de ictus y el 40% de los casos de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro.

Hechosdehoy / [SEN](#) / A. K. / Actualizado 22 julio 2025

ETIQUETADO EN: [Alzheimer](#) · [Cerebro](#) · [Ictus](#)

Las cookies de este sitio web nos sirven 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.

Todos los años, el 22 de julio, se celebra el **Día Mundial del Cerebro**, una fecha promovida por la **Federación Mundial de Neurología** y secundada por organizaciones neurológicas de todo el mundo que, en España, está impulsada por la **Sociedad Española de Neurología** (SEN). Esta año, bajo el lema ‘Salud cerebral para todas las edades’, la campaña quiere hacer un llamamiento global para priorizar el cuidado del cerebro desde la preconcepción hasta la vejez.

Usted acepta nuestras cookies si continua utilizando nuestro sitio web.

[AJUSTES](#)

“La salud cerebral de cada persona empieza incluso antes del nacimiento. Porque cada etapa de la vida es una oportunidad para cuidar y fortalecer nuestro cerebro. Es por eso que este año se ha querido destacar la importancia de fomentar la salud cerebral desde la preconcepción hasta la edad avanzada”, señala el Dr. **Jesús Porta-Etessam**, Presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN). “*Y, para ello, es imprescindible implantar políticas de prevención y educación en salud cerebral para toda la población, y especialmente en contextos con menos recursos, donde la brecha en atención neurológica aún es alarmante”.*

Con esta campaña, la Sociedad Española de Neurología se une al llamamiento global para **animar a personas y comunidades a adoptar hábitos y políticas que favorezcan la salud cerebral** para todos, en todas las edades. Porque nunca es tarde para adoptar **hábitos cerebrosaludables** y porque la salud cerebral se construye día a día, desde los primeros momentos de la vida:

- **Preconcepción:** Los hábitos saludables de los futuros padres, como una buena nutrición y controles médicos adecuados, pueden influir directamente en el desarrollo cerebral del bebé.
- **Embarazo:** El bienestar físico y emocional de la madre es vital para el crecimiento cerebral saludable del bebé. El cuidado prenatal, una nutrición adecuada y el manejo del estrés ayudan a proteger tanto a la madre como al bebé.
- **Infancia:** Los primeros años son clave para el aprendizaje, el crecimiento emocional y el desarrollo social. Fomentar entornos seguros, la correcta vacunación y una crianza positiva forman una base sólida para la salud cerebral a lo largo de la vida.
- **Edad adulta:** Un estilo de vida equilibrado—alimentación saludable, ejercicio y control del estrés— mantiene el cerebro sano y reduce el riesgo de muchas enfermedades neurológicas.
- **Edad avanzada:** Chequeos regulares para la detección temprana de las enfermedades neurológicas y mantenerse social y mentalmente activo ayudan a preservar la independencia y la calidad de vida en la vejez.

Las cookies de este sitio web se usan para personalizar el contenido y los anuncios, suministrar servicios de redes sociales, analizar el tráfico y optimizar el rendimiento del sitio web.

Una carga creciente para la salud pública

Las enfermedades neurológicas constituyen actualmente una de las principales causas de discapacidad y mortalidad a nivel mundial. Según datos de la Organización Mundial de la Salud, las enfermedades neurológicas afectan a **más de 3.000 millones de personas en todo el mundo**. Además, son las responsables de 1 de cada 6 muertes y son la **principal causa de años vividos con discapacidad** a nivel mundial. Unas cifras que van en aumento debido al envejecimiento de la población: en los últimos 35 años el volumen total de discapacidad y muertes prematuras causadas por las enfermedades neurológicas

[ACEPTAR](#) [RECHAZAR](#)

ha aumentado más de un 18%.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica. Enfermedades como el ictus, la epilepsia, la enfermedad de Alzheimer, el Parkinson, la esclerosis múltiple, la ELA o las cefaleas suponen no solo un enorme coste personal y familiar, sino también un importante reto para el sistema sanitario y la sociedad en general. Son además las responsables del 44% de la discapacidad por enfermedad crónica y del 14% del total de fallecimientos, principalmente debido al ictus y al Alzheimer y otras demencias.

“Tanto la OMS como la SEN consideramos que el pilar clave para reducir el impacto de las enfermedades neurológicas es la prevención porque fomentándola conseguiríamos reducir considerablemente la carga de la gran mayoría de las enfermedades neurológicas. Por ejemplo, hoy sabemos que hasta el 90% de los casos de ictus y el 40% de los casos de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro”, destaca el Dr. Jesús Porta-Etessam.

“Por lo tanto, debemos apostar tanto por la prevención primaria, adoptando estilos de vida saludables, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas; como por la prevención secundaria, fomentando la detección temprana y el tratamiento oportuno de las enfermedades neurológicas mediante revisiones y el acceso adecuado a los servicios sanitarios”.

Se puede consultar el **decálogo de la SEN para mantener un cerebro saludable** en <https://acortar.link/hiPWar>, elaborado con el objetivo de fomentar hábitos saludables y prevenir factores de riesgo de las enfermedades neurológicas.

Pero además de fomentar la prevención mediante la adopción de hábitos saludables y la detección precoz de los trastornos neurológicos, educando tanto a profesionales como a la población general, el Día Mundial del Cerebro 2025 se articula en torno a otros ejes de acción que también se consideran fundamentales: reducir el estigma de los trastornos neurológicos, garantizar un acceso equitativo a la atención neurológica y a la rehabilitación y promover políticas que fortalezcan los sistemas de salud.

“Invertir en salud cerebral es invertir en bienestar y productividad a lo largo de toda la vida. Debemos apostar por sistemas sanitarios más inclusivos, equitativos y preventivos, donde el cuidado del cerebro sea una prioridad desde la infancia hasta la vejez”, concluye el Dr. Jesús Porta-Etessam.

NOTICIAS RELACIONADAS:



LA NACION > Agencias

Neurólogos llaman a priorizar la salud cerebral en todas las etapas para evitar enfermedades neurológicas

Neurólogos llaman a priorizar la salud cerebral en todas las etapas para evitar enfermedades neuroló

22 de julio de 2025 • 09:40

1'

LA NACION



Neurólogos llaman a priorizar la salud cerebral en todas las etapas para evitar enfermedades neuroló



Inicio



Secciones



Foodit



Club LN



Ingresar

**europa press**

MADRID, 22 Jul. 2025 (Europa Press) - Sociedad Española de Neurología (SEN) ha llamado a priorizar el cuidado de la salud cerebral en todas las etapas, desde la preconcepción hasta la vejez, para prevenir enfermedades neurológicas, ya que se conoce que muchas de estas afecciones podrían evitarse si se adoptan buenos hábitos. Con motivo del Día Mundial del Cerebro, la Federación Mundial de Neurología ha lanzado una campaña de sensibilización bajo el lema 'Salud cerebral para todas las edades', que secunda la SEN, con el objetivo de que la población conozca la importancia del cuidado del cerebro.

"Por ejemplo, hoy sabemos que hasta el 90% de los casos de ictus y el 40% de los casos de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro", ha destacado el presidente de la SEN, Jesús Porta-Etessam. Desde la sociedad científica han recordado el impacto que suponen las enfermedades neurológicas, responsables de una de cada seis muertes y principal causa de años vividos con discapacidad a nivel mundial. Unas cifras que "van en aumento" debido al envejecimiento de la población. En los últimos 35 años, el volumen total de discapacidad y muertes prematuras causadas por las enfermedades neurológicas ha aumentado más de un 18%. En este contexto, Porta-Etessam ha explicado que la salud cerebral "empieza incluso antes del nacimiento", ya que cada etapa es una "oportunidad" para fortalecer el cerebro. Para ello, ha tildado de "imprescindible" la implantación de políticas de prevención y educación en salud cerebral para toda la población, y especialmente en contextos con menos recursos, donde ha aseverado que la brecha en atención neurológica es "alarmante". "Debemos apostar tanto por la prevención primaria, adoptando estilos de vida saludables, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas; como por la prevención secundaria,



Inicio



Secciones



Foodit



Club LN



Ingresar

servicios sanitarios", ha añadido. **RECOMENDACIONES PARA CADA ETAPA** La SEN ha detallado recomendaciones para cuidar la salud cerebral en cada etapa de la vida. Por ejemplo, han insistido en que los futuros padres deben llevar una buena nutrición y someterse a controles médicos, lo que puede influir directamente en el desarrollo cerebral del bebé. Durante el embarazo, han explicado que el bienestar físico y emocional de la madre es vital para el crecimiento cerebral saludable del bebé. Por ello, han aconsejado cuidado prenatal, mediante una nutrición adecuada y el manejo del estrés, que ayudarán tanto al bebé como a la madre. Respecto a los primeros años, los neurólogos han explicado que la infancia es clave para el aprendizaje, el crecimiento emocional y el desarrollo social, por lo que se deben fomentar entornos seguros, la correcta vacunación y una crianza positiva. Por último, han recomendado a los adultos que lleven un estilo de vida saludable para mantener el cerebro sano y reducir el riesgo de muchas enfermedades neurológicas; y a las personas de edad avanzada, que se sometan a chequeos regulares para la detección temprana de las enfermedades neurológicas y se mantengan social y mentalmente activos. El decálogo de la SEN para mantener un cerebro saludable se puede consultar en '<https://acortar.link/hiPWar>', elaborado con el objetivo de fomentar hábitos saludables y prevenir factores de riesgo de las enfermedades neurológicas. En el marco de esta efeméride, la SEN también ha apuntado a otras acciones fundamentales, como reducir el estigma de los trastornos neurológicos, garantizar un acceso equitativo a la atención neurológica y a la rehabilitación, y promover políticas que fortalezcan los sistemas de salud. "Invertir en salud cerebral es invertir en bienestar y productividad a lo largo de toda la vida. Debemos apostar por sistemas sanitarios más inclusivos, equitativos y preventivos, donde el cuidado del cerebro sea una prioridad desde la infancia hasta la vejez", ha finalizado Porta-Etessam.

europa press

Miércoles, 23 de Julio | Temas del día: Consejo Nacional Electoral Ana Paola Hall



Ingresar

[Lo Último](#) [Honduras](#) [Sucesos](#) [Deportes](#) [Mundo](#) [Espectáculos](#) [LP Verifica](#) [Premium](#) [Videos](#) [Boletines](#) [Edición PDF](#)[INICIO](#) · [GUÍA MÉDICA](#)

Generar neuronas nuevas a cualquier edad: un cerebro joven y sano

Hace tiempo se pensaba que el cerebro no podía generar nuevas neuronas, ahora se sabe que es posible a todas las edades y que el ejercicio físico es decisivo para lograrlo y mantenerlo

[Agencia EFE](#) [seguir +](#)

19 de julio de 2025 a las 15:41





Para mantener el cerebro sano es esencial realizar tareas estimulantes como bailar. EFE/ Raquel Manzanares



La actividad física mejora la función cerebral porque induce a la producción de sustancias neurotróficas (neurotrofinas), moléculas que regulan la proliferación y el desarrollo de las células del sistema nervioso, manteniendo una adecuada regeneración del tejido cerebral.

Se agota el tiempo para adjudicar el Trep

Así lo afirma en una entrevista con EFE el presidente de la Sociedad Española de Neurología, Jesús Porta-Etessam, con motivo del Día Mundial del Cerebro, el 22 de julio y la publicación de 'Salud Cerebral: mantén joven tu cerebro', una guía de esta entidad médica.



Te Recomendamos

GUÍA MÉDICA

Alimentos que deben evitarse después de las 5 p. m. para evitar problemas gástricos

La neurogénesis (formación de nuevas neuronas) "solo se ha visto en el hipocampo y los cambios son discretos, pero está totalmente relacionada con la actividad física", añade el jefe de Servicio de Neurología en el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz de Madrid.

En el hipocampo, continúa, se localiza "la memoria episódica de los hechos de la vida, la que más falla en pacientes por ejemplo de Alzheimer. Ahí es donde pueden nacer nuevas neuronas. Es muy clara y marcada en roedores y mucho menor en el ser humano, pero es una evidencia que puede ocurrir, por tanto aconsejamos, junto a la dieta y el sueño, el ejercicio físico".



La actividad física mejora la función cerebral porque induce a la producción de sustancias neurotróficas (neurotropinas), moléculas que regulan la proliferación y el desarrollo de las células del sistema nervioso, manteniendo una adecuada regeneración del tejido cerebral, explican los expertos. (EFE / Mariscal)

Hábitos para que el cerebro se mantenga joven y sano

Para mantener el cerebro sano es esencial seguir una dieta equilibrada y variada con predominio de alimentos de origen vegetal como frutas, verduras y legumbres; evitar el consumo de alcohol, tabaco u otras drogas; cultivar relaciones sociales frecuentes y realizar tareas estimulantes (leer, escribir, pintar, bailar, resolver pasatiempos, ver películas, asistir a conciertos, tocar un instrumento, viajar, aprender nuevos idiomas, etc.).

Un aspecto esencial, subraya Porta, es entrenar o aumentar la reserva cognitiva: la capacidad que tiene el cerebro para tolerar mejor las consecuencias de la patología asociada a la demencia, es decir, la habilidad para tolerar los cambios que se producen en el envejecimiento normal o patológico.

"Un elemento clave es el nivel de estudios. La diferencia entre una persona que nace en un buen medio socio-económico y otra que nace en un medio bajo y sin estudios, es que el riesgo de demencia es 450 % mayor. Esto nos obliga a replantearnos las medidas que estamos tomando ahora mismo de cara a la educación".

En su opinión, resulta "absolutamente esencial desde pequeños tener una educación adecuada, sobre todo en el colegio. Aunque de adulto puedas reforzar esa reserva cognitiva, será a costa de un esfuerzo mucho mayor".





Te Recomendamos

GUÍA MÉDICA

¿Por qué los adolescentes toman tantas bebidas energéticas?

Un cerebro maravilloso capaz de modificarse

El presidente de la Sociedad Española de Neurología explica que el cerebro de los niños recién nacidos ahora es exactamente igual al de un bebe de hace 4.000 años, tendría las mismas capacidades. Sin embargo, el cerebro de los adultos "de ahora nada tiene que ver con el de hace diez años".

"Los cerebros se van modificando en función de la sociedad en donde vivimos. Es la gran maravilla del cerebro humano: cuando somos pequeños nuestro cerebro tiene una gran potencia prospectiva para ir adquiriendo funciones y modificándose; esto hace que sea una maravilla porque crecemos en un ambiente distinto y enseguida se adapta".

Básicamente, lo más "llamativo" de un cerebro de hoy respecto al de hace una década es que tiene áreas dedicadas a las nuevas tecnologías. Todas las nuevas adquisiciones que realiza el cerebro humano son más fáciles a una edad temprana, mientras que en la edad adulta "cuesta mucho más".

Ello tiene que ver con la mayor potencia prospectiva de un niño, que se puede adaptar a todo, por eso los pequeños "aprenden mucho más fácil a tocar el piano o a manejar el móvil. Cuando somos adultos nos cuesta mucho menos avanzar en un conocimiento previo, mientras que a los niños les cuesta mucho menos empezar, pero les cuesta profundizar".





Te Recomendamos

GUÍA MÉDICA

¿Le pican mucho los ojos? estas son las posibles causas

Inversiones en neurociencias

El campo neurológico es "con diferencia donde más se está invirtiendo en el mundo porque la enfermedad neurológica es la primera causa de discapacidad global y primera causa de gasto sanitario", explica Porta.

"Las enfermedades neurológicas suman en conjunto más que las oncológicas y cardiovasculares. Además el Alzhéimer, el Parkinson, la epilepsia, las migrañas, la esclerosis lateral amiotrófica implican una enorme repercusión social".

Estas dolencias afectan a alrededor de 3.400 millones de personas, lo que supone más del 43 % de la población mundial. En Europa, se estima que el coste derivado es superior al billón de euros, una cifra que equivale al total de lo que supusieron todas las enfermedades cardíacas, cáncer y diabetes en su conjunto.

La guía 'Salud Cerebral: mantén joven tu cerebro' explica cómo funciona el cerebro, expone los aspectos que afectan a una buena salud cerebral y



dedica secciones específicas a las enfermedades neurológicas más prevalentes (ictus, Alzheimer, migraña, epilepsia, Parkinson, esclerosis múltiple y trastornos del sueño).

CONECTADOS



Únete a nuestro canal de WhatsApp

Infórmate sobre las noticias más destacadas de Honduras y el mundo.

[Unirme Ahora](#)

Agencia EFE

efe.com

Es una agencia de noticias internacional española que distribuye información a más de dos mil medios de comunicación en todo el mundo en los soportes de prensa escrita, radio, televisión e internet. Cuenta con una red con más de tres mil periodistas de 60 nacionalidades.

[Salud](#)

[Cerebro](#)

[Joven](#)

[Consejos](#)

[Edad](#)

Te gustó este artículo, compártelo



LEE TAMBÍEN

Amiga

Reviven a los iconos pop de los años 90 con una colección de ropa

Guía Médica

Síntomas incómodos que las mujeres enfrentan en la perimenopausia

Guía Médica

Síndrome de Pinocho: ¿Cuándo mentir se vuelve una enfermedad?

Guía Médica

Los nuevos tratamientos para eliminar el melanoma

VIDEOS RECOMENDADOS

El impresionante cambio físico de la diputada Fátima

La presidenta del Partido Salvador de Honduras (PSH) ha sorprendido en los últimos...



El tiempo

Adiós al calor: la Aemet avisa de la llegada de una baja atlántica este miércoles

En directo

Siga la etapa 17 del Tour de Francia

Una enfermedad discapacitante que merece el compromiso de todos

La Fundación Española de Cefaleas nace desde el convencimiento de que frente a la migraña se requiere huir de la acción aislada



▲La cefalea afecta al 12% de la población, unos cinco millones de personas, con edades entre los 20 y los 50 años, en plena etapa de desarrollo personal y laboral FREEPIK / LA RAZÓN

JESÚS PORTA-ETESSAM

JOSÉ MIGUEL LAINÉZ

ROBERTO BELVÍS

Creada: 19.07.2025 06:01

Última actualización: 19.07.2025 06:01



Puede que la migraña sea **el más desconcertante de los dolores de cabeza**. Puede que resulte en buena medida todo un enigma entre los problemas de salud más frecuentes. Lo que no tiene, en cambio, ningún misterio es cómo ayudar a la gente que la padece: sumando fuerzas, respondiendo a las necesidades de los afectados y su entorno y concienciando a la sociedad sobre el verdadero impacto de esta enfermedad neurológica.

MÁS NOTICIAS



Curiosidades

El "boom" del cortisol: ¿qué es y por qué ralentiza el metabolismo?



Estudio pionero

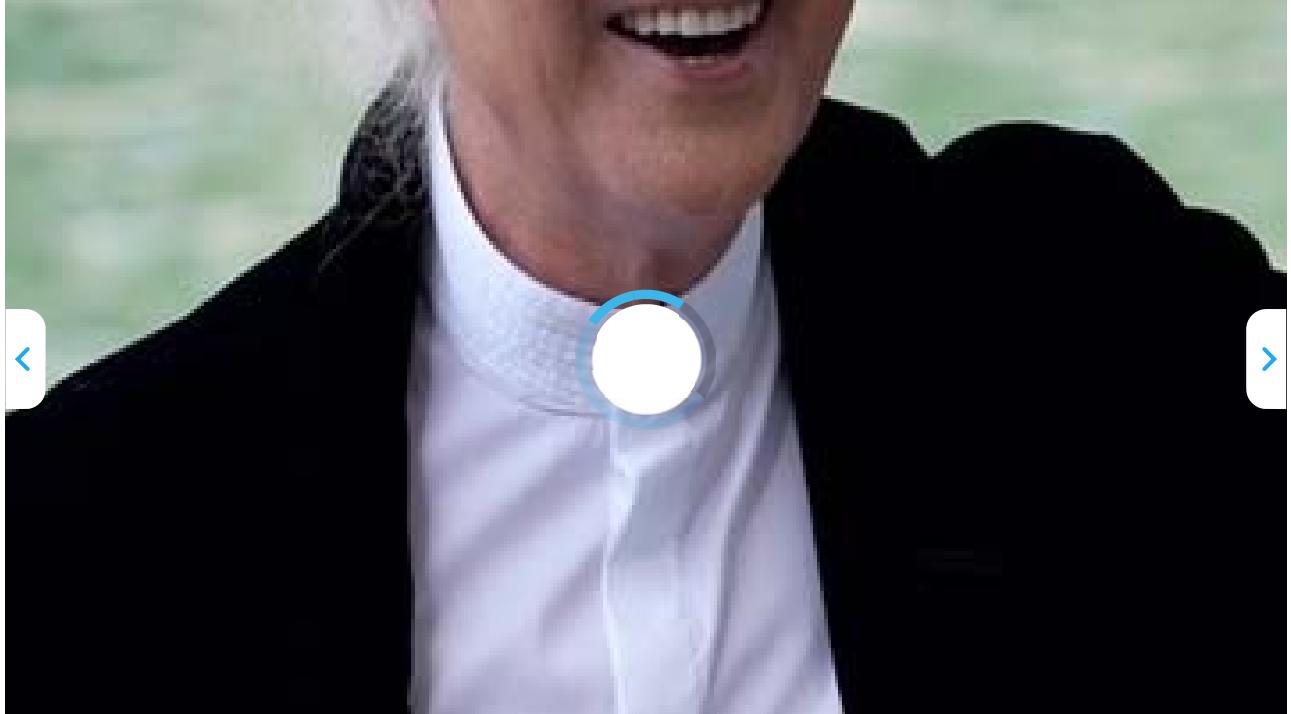
Demuestran que consumir cannabis en la adolescencia combinado con una infección durante el embarazo eleva el riesgo de esquizofrenia

Y hacerlo todo con la constancia que merece un dolor que **provoca tanto sufrimiento y discapacidad en el 12% de la población**, unos cinco millones de personas, en muchos casos en edades entre los 20 y los 50 años, en plena etapa de desarrollo personal y laboral. Es necesario asimismo alzar la voz cuantas veces sea necesario para recordar, por un lado, que estamos ante una dolencia de primer orden que requiere más atención de la que tiene tanto a nivel social como político y, por otro lado, que es preciso mantener una labor informativa para todos los públicos.

Te recomendamos



La candidiasis, una infección que también sufren los hombres



Es necesario conocer la migraña para no banalizar, para aprender a reconocer sus síntomas y saber que debe ser debidamente diagnosticada y tratada, y que no es cierto que no se pueda hacer nada y solo cabe resignarse.

El escenario hasta aquí descrito justifica la necesidad de **poner en marcha la Fundación Española de Cefaleas (Fecef), recién creada y registrada**, y que se ha impulsado desde la Sociedad Española de Neurología (SEN). Una entidad que estará dotada de una estructura estable y fiable que aglutinará toda la información sobre cefaleas, con especial atención a la migraña por la gran discapacidad que provoca. Porque no basta con incrementar la educación e información a la sociedad, hay que mejorar el manejo de estas patologías, la formación de los profesionales e impulsar el avance de la investigación. Una entidad que, además de trabajar en la divulgación y concienciación de la problemática que viven estas personas, buscará influir positivamente en los decisores políticos para que el Plan Estratégico Nacional de Migraña sea por fin

una realidad.

«Es necesario conocer la migraña para no banalizar»

Te recomendamos



Paloma Quintana, experta en nutrición de 'Saber Vivir': "Es mejor que el yogur no lo tomemos desn



La Infanta Sofía se suma al traje relajado: su conjunto fluido en color piedra es todo lo que necesitamos este

La Fecef nace, como hemos dicho, desde el convencimiento de que frente a la migraña se requiere huir de la acción aislada y trabajar con perseverancia y planificación. Objetivo viable a través de una organización que lo promueva y en la que estén representados tanto los profesionales como los pacientes.

Necesitamos llegar a un porcentaje muy amplio de la sociedad para **reducir el infradiagnóstico** y de ese modo mejorar el bienestar de muchos españoles.

Desde la SEN manejamos la cifra de que **un 40% de las personas que padecen migraña están aún sin diagnosticar**, algo que responde a dos posibles causas: sus síntomas pueden confundirse con otros tipos de dolor de cabeza, pero sobre todo es porque muchas personas aún creen erróneamente que lo suyo no tiene solución. Desde la Fecef vamos a trabajar de forma intensa para revertir esa idea equivocada: se puede hacer mucho por mejorar significativamente la calidad de vida de estas personas.

Más en La Razón



Nuevo lanzamiento en la pastelería de Mercadona: "Está bastante buena"



Todo el mundo alucina con la cocina de este restaurantazo con 200 años de historia

Con **la Fecef asumimos todos los desafíos enumerados**, sin que, por ello, desde el primer día, desde hoy mismo, pidamos la ayuda y el compromiso de todos. El de la población para que sea más sensible a la situación de estas personas, el de los profesionales para que haya una coordinación óptima entre la Atención Primaria y la Especializada para que estas personas no se queden en el camino, el de los medios de comunicación para que nos ayuden a hacer llegar el mensaje y, por su puesto, el de los políticos para que esta enfermedad ocupe el lugar que se merece.

La puesta en marcha de esta fundación ha contado con el apoyo de AbbVie, Lilly/Organon, Lundbeck, Novartis, Pfizer y Teva.

ARCHIVADO EN:

neurologia / Salud / migranas

 0 Ver comentarios

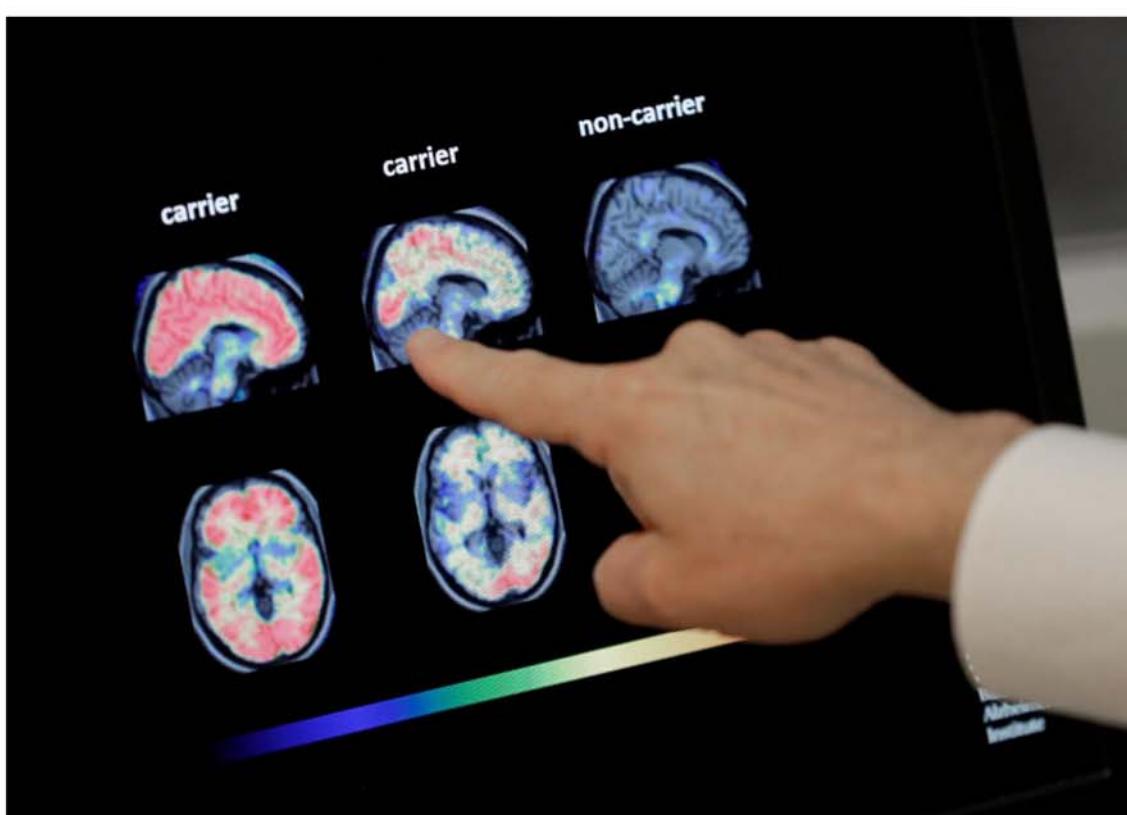


LA VIDA[Salud](#) [Turismo](#) [Tecnología](#) [Gastronomía](#) [Moda](#) [Belleza](#) [Norte](#) [Horóscopo](#) [Virales](#) [Religión](#) [Vida Verde](#) [Plan LEA](#)

DÍA DEL CEREBRO

Llaman a priorizar salud cerebral en todas las etapas para evitar enfermedades neurológicas

El impacto que suponen las enfermedades neurológicas, responsables de una de cada seis muertes y principal causa de años vividos con discapacidad a nivel mundial.



Un médico revisa una tomografía del cerebro en el Instituto Banner sobre Alzheimer en Phoenix, el 14 de agosto de 2018. / AP



EUROPA PRESS
Madrid, España

22/07/2025 17:21 | Actualizado a 22/07/2025 17:21

La **Sociedad Española de Neurología (SEN)** ha llamado a priorizar el cuidado de la salud cerebral en todas las etapas, desde la preconcepción hasta la vejez, para prevenir enfermedades neurológicas, ya que se conoce que muchas de estas afecciones podrían

evitarse si se adoptan buenos hábitos.

Con motivo del **Día Mundial del Cerebro**, la **Federación Mundial de Neurología** ha lanzado una campaña de sensibilización bajo el lema 'Salud cerebral para todas las edades', que secunda la SEN, con el objetivo de que la población conozca la importancia del cuidado del cerebro.



A banner advertisement for Alnylam. It features a black and white illustration of a pregnant woman from the side, looking down at her belly. The Alnylam logo is in the top right corner. Below the image, the text reads: "Alnylam - Sponsored", "No es un desorden mental. Es una enfermedad rara,...", and "Descubre cómo convivir con la Porfiria Hepática Aguda." There are "Descubrir más" and " >" buttons at the bottom.

"Por ejemplo, hoy sabemos que hasta el 90 por ciento de los casos de ictus y el 40 por ciento de los casos de **Alzheimer** podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro", ha destacado el presidente de la SEN, Jesús Porta-Etessam.

Desde la sociedad científica han recordado el impacto que suponen las enfermedades neurológicas, responsables de una de cada seis muertes y principal causa de años vividos con **discapacidad a nivel mundial**. Unas cifras que "van en aumento" debido al envejecimiento de la población. En los últimos 35 años, el volumen total de discapacidad y muertes prematuras causadas por las **enfermedades neurológicas** ha aumentado más de un 18 por ciento.

PUBLICIDAD



Ninja - Patrocinado
Barbacoa eléctrica Ninja Woodfire con Ahumador...
314,60 € 349,99 € -10%

Descubre una nueva forma de cocinar al aire libre: Barbacoa, Ahumar, Freír con aire en exteriores y mucho más con un auténtico sabor ahumado...

Compra ahora >

En este contexto, Porta-Etessam ha explicado que la salud cerebral "empieza incluso antes del nacimiento", ya que cada etapa es una "**oportunidad**" para fortalecer el cerebro. Para ello, ha tildado de "imprescindible" la implantación de políticas de prevención y educación en salud cerebral para toda la población, y especialmente en contextos con menos recursos, donde ha aseverado que la brecha en atención neurológica es "alarmante".

"Debemos apostar tanto por la **prevención primaria, adoptando estilos de vida saludables**, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas; como por la prevención secundaria, fomentando la detección temprana y el tratamiento oportuno de las enfermedades neurológicas mediante revisiones y el acceso adecuado a los servicios sanitarios", ha añadido.

RECOMENDACIONES PARA CADA ETAPA

La SEN ha detallado recomendaciones para cuidar la salud cerebral en cada etapa de la vida. Por ejemplo, han insistido en que los futuros padres deben llevar una buena nutrición y someterse a controles médicos, lo que puede influir directamente en el desarrollo cerebral del bebé.

Durante el embarazo, han explicado que el bienestar físico y emocional de la madre es vital para el crecimiento cerebral saludable del bebé. Por ello, han aconsejado **cuidado prenatal**, mediante una **nutrición adecuada** y el manejo del estrés, que ayudarán tanto al bebé como a la madre.

Respecto a los primeros años, los neurólogos han explicado que la infancia es clave para el aprendizaje, el crecimiento emocional y el desarrollo social, por lo que se deben fomentar entornos seguros, la correcta vacunación y una crianza positiva.

Por último, han recomendado a los adultos que lleven un estilo de vida saludable para mantener el cerebro sano y **reducir el riesgo de muchas enfermedades neurológicas**; y a las personas de edad avanzada, que se sometan a chequeos regulares para la detección temprana de las enfermedades neurológicas y se mantengan social y mentalmente activos.

En el marco de esta efeméride, la SEN también ha apuntado a otras acciones fundamentales, como reducir el estigma de los trastornos neurológicos, garantizar un acceso equitativo a la atención neurológica y a la rehabilitación, y promover políticas que fortalezcan los sistemas de salud.

"Invertir en salud cerebral es invertir en bienestar y productividad a lo largo de toda la vida. Debemos apostar por sistemas sanitarios más inclusivos, equitativos y preventivos, donde el cuidado del cerebro sea una prioridad desde la infancia hasta la vejez", ha finalizado Porta-Etessam.



EUROPA PRESS

epress@email.com

[Ver más](#)

Escápate con una Oferta de principios de año

Publicidad Booking.com



Ver ofertas

Publicidad Booking.com



La Razón

Seguir

74.4K Seguidores



Una enfermedad discapacitante que merece el compromiso de todos

Historia de Jesús Porta-Etessam, Jesús Porta-Etessam | José Miguel Lainez, José Miguel Lainez | Roberto Belvís, Roberto Belvís

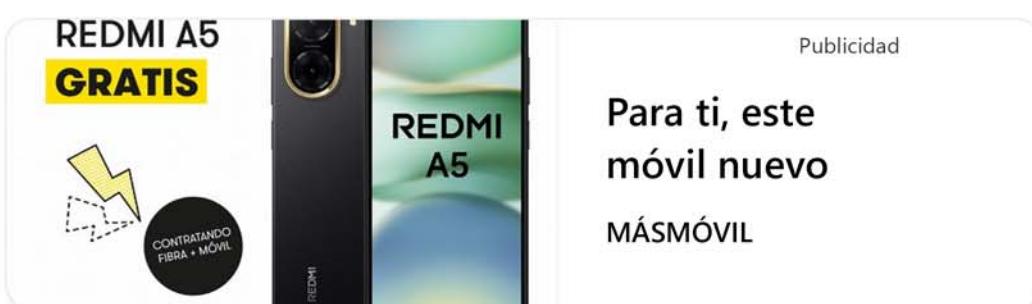
• 4 día(s) • 3 minutos de lectura



La cefalea afecta al 12% de la población, unos cinco millones de personas, con edades entre los 20 y los 50 años, en plena etapa de desarrollo personal y laboral
© LA RAZÓN

Comentarios

Puede que la migraña sea **el más desconcertante de los dolores de cabeza**. Puede que resulte en buena medida todo un enigma entre los problemas de salud más frecuentes. Lo que no tiene, en cambio, ningún misterio es cómo ayudar a la gente que la padece: sumando fuerzas, respondiendo a las necesidades de los afectados y su entorno y concienciando a la sociedad sobre el verdadero impacto de esta enfermedad neurológica.



Publicidad

Para ti, este móvil nuevo
MÁSMÓVIL

Y hacerlo todo con la constancia que merece un dolor que **provoca tanto sufrimiento y discapacidad en el 12% de la población**, unos cinco millones de personas, en muchos casos en edades entre los 20 y los 50 años, en plena etapa de desarrollo personal y laboral. Es necesario asimismo alzar la voz cuantas veces sea necesario para recordar, por un lado, que estamos ante una dolencia de primer orden que requiere más atención de la que tiene tanto a nivel social

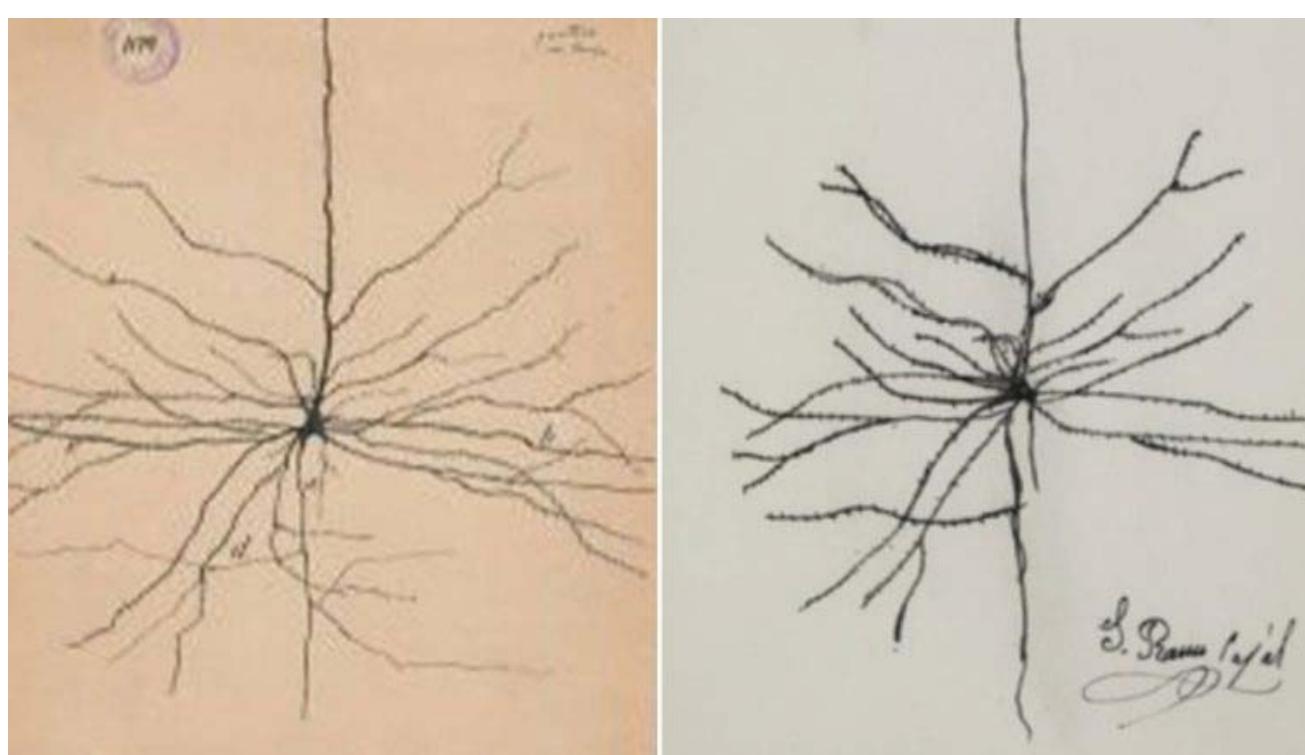
Continuar leyendo

Contenido patrocinado

 Comentarios



Home > EL MUNDO >



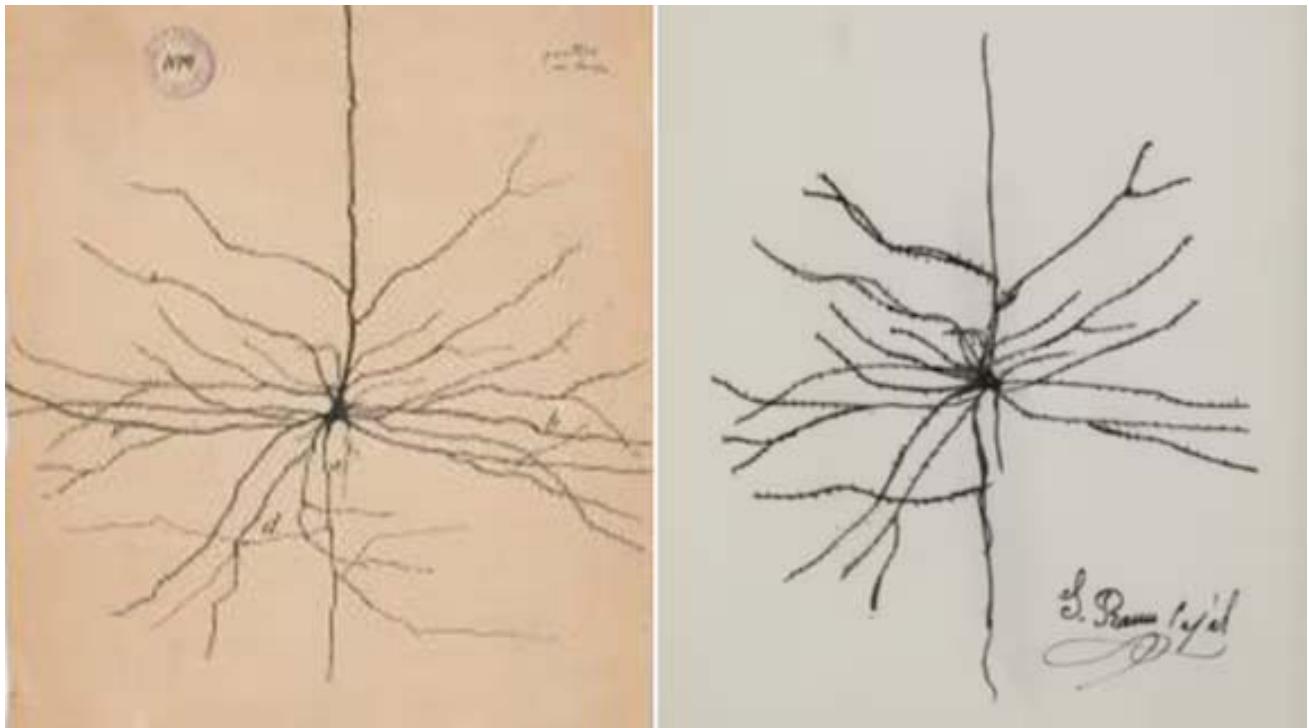
EL MUNDO

Dibujos Falsificados Del Nobel De Medicina Santiago Ramón Y Cajal Sacuden El Mercado Del Arte Español



Por Prensa Max Radio

en martes 22 de julio de 2025



Comparación entre un dibujo auténtico de Santiago Ramón y Cajal (izquierda) y una falsificación (derecha). El original, realizado en 1906, muestra un alto nivel de precisión científica y calidad artística en la representación de una neurona piramidal

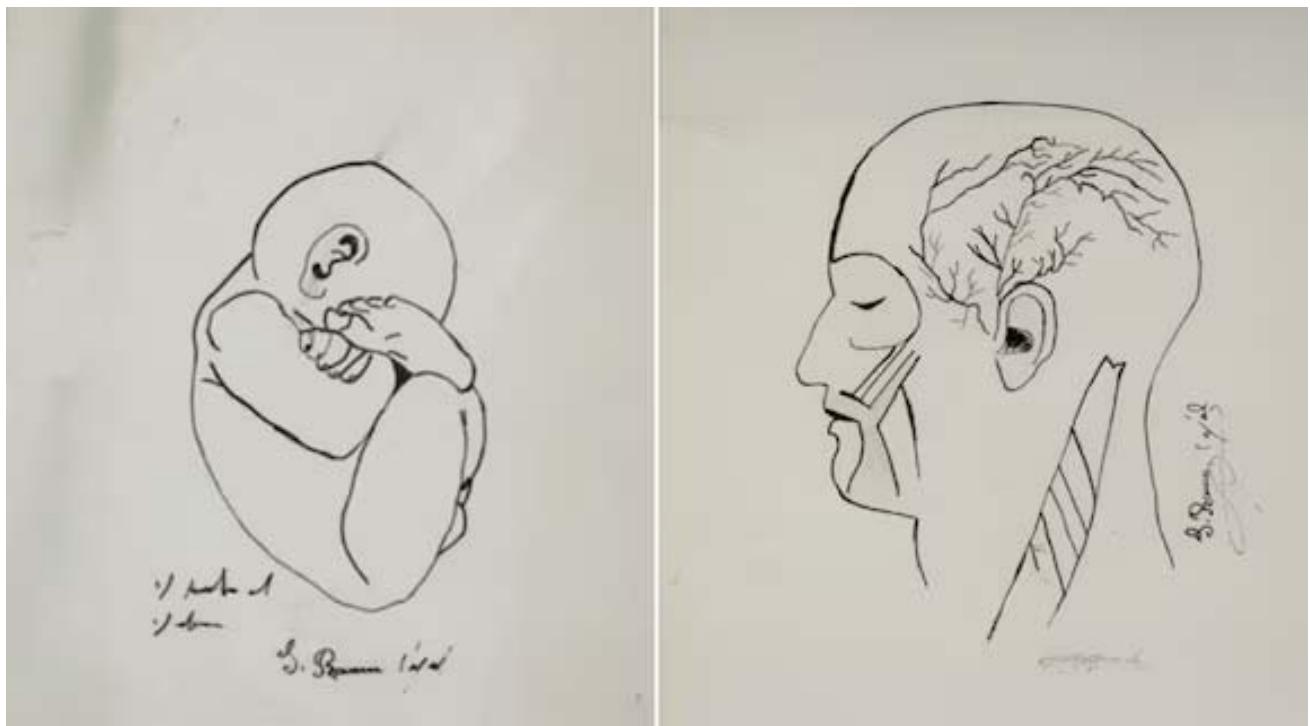
La reciente retirada de una decena de dibujos atribuidos a Santiago Ramón y Cajal por parte de la casa de subastas **Ansorena** volvió a poner en el centro del debate la vulnerabilidad del mercado del arte ante las **falsificaciones**. Según informó *El País*, la decisión de Ansorena se produjo tras las **denuncias** de varios expertos que alertaron sobre la autenticidad de las obras, todas ellas supuestamente firmadas por el Nobel de Medicina y con un precio de salida de **1.000 euros cada una**.

Este episodio se suma a una serie de fraudes similares que, desde hace años, afectan a la figura de Cajal y cuestionan los protocolos de autentificación en el sector de las subastas en España.

Cajal, fue un médico, científico y profesor español considerado el padre de la neurociencia moderna. Descubrió que las neuronas son células independientes que se comunican entre sí, una teoría que resultó fundamental para el desarrollo de la neurobiología.

La casa de subastas Ansorena, una de las más antiguas de España, se vio obligada a retirar de su catálogo una decena de ilustraciones que, de acuerdo con expertos, no solo carecían de la calidad artística y científica de los originales de Cajal, sino que presentaban signos evidentes de falsificación.

El lote incluía supuestos estudios anatómicos y una imitación de una de las obras más reconocidas del científico: **una neurona dibujada en 1906**, célebre por haber sido reproducida incluso en la cultura popular, como en la serie estadounidense *The Big Bang Theory*. Los dibujos originales de Ramón y Cajal, de valor incalculable, se han expuesto en instituciones internacionales como el Museo Peabody de Estados Unidos y el Imperial College de Londres, lo que subraya la importancia de su legado y el atractivo que representa para coleccionistas y falsificadores.



Dos ejemplos de ilustraciones falsificadas atribuidas a Santiago Ramón y Cajal. A la izquierda, un supuesto estudio anatómico de un embrión humano en posición fetal; a la derecha, una cabeza con ramificaciones cerebrales y líneas musculares (Créditos: subastas Ansorena)

Una portavoz de Ansorena confirmó a *El País* la retirada de las obras tras las denuncias recibidas, aunque la política de la empresa impide revelar la identidad de los propietarios de los lotes. El precio de salida de cada dibujo se fijó en 1.000 euros, una cifra considerablemente inferior al valor real de un original de Cajal, lo que, según los expertos, constituye una señal de alerta sobre la autenticidad de las piezas.

El ingeniero químico **Marcos Larriba**, autor del libro *Ramón y Cajal. El ocaso del genio*, fue uno de los primeros en advertir sobre la presencia de falsificaciones en la subasta de Ansorena. A través de sus redes sociales, Larriba afirmó: "Son obra de un falsificador que lleva años imitando la obra y su firma". Larriba ha dedicado casi una década a rastrear la actividad de este suplantador, identificando patrones y similitudes en las falsificaciones que han circulado por diferentes plataformas y casas de subastas.



Santiago Ramón y Cajal en su laboratorio. La imagen muestra al neurocientífico trabajando con un microtomo – instrumento para preparar cortes histológicos – y un microscopio, herramientas esenciales en sus investigaciones sobre la estructura del sistema nervioso (Créditos: Legado Cajal CSIC)

La primera vez que Larriba detectó dibujos falsos similares fue en una tienda del Rastro de Madrid, en la calle de Mira el Río Baja, en torno a 2017. Allí encontró varios ejemplares a la venta, colgados en una pared, lo que evidenciaba la facilidad con la que estas piezas podían llegar al público. “Yo diría que el autor es siempre el mismo”, sostiene Larriba, quien también es profesor en la **Universidad Complutense de Madrid**. “Debe haber 20 o 30 dibujos falsos circulando, seguro”, estima el investigador, quien ubicó estas imitaciones en plataformas de compraventa como Todocolección y Wallapop.

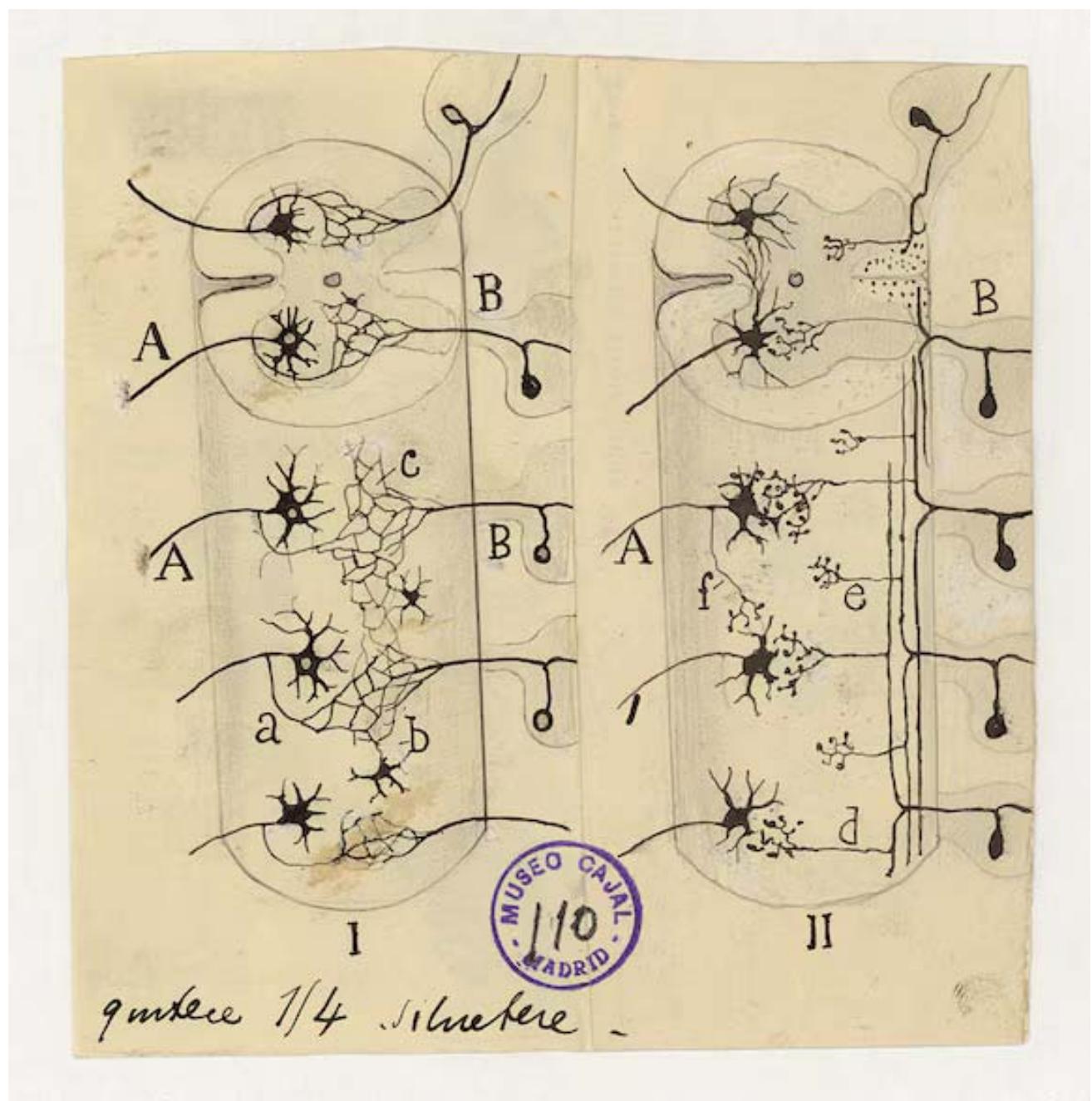
La calidad de las falsificaciones, según especialistas, resulta tan baja que pone en entredicho los sistemas de autentificación de las casas de subastas. El neurocientífico **José Ramón Alonso**, catedrático de la **Universidad de Salamanca**, expresó en redes sociales: “Menuda basura. Espero que Ansorena los retire inmediatamente y no colabore en una estafa”.

Por su parte, el neurólogo **David Ezpeleta**, vicepresidente de la **Sociedad Española de Neurología**, manifestó su sorpresa: “Lo veo y no lo creo. Si así han autentificado los dibujos de Cajal, como para fiarse del resto”.

El fenómeno de las falsificaciones de dibujos de Cajal no es nuevo. En 2017, la **Biblioteca de la Universidad de Zaragoza** anunció la adquisición de un supuesto dibujo original titulado *Individuo bicéfalo*, que mostraba dos cabezas unidas y llevaba la firma del científico.

La universidad, convencida de la autenticidad de la obra, la relacionó con los estudios de Cajal sobre embriología y destacó su doble faceta artística y científica en un comunicado oficial. No obstante, Larriba advirtió a la institución que se trataba de una estafa, ya que la rúbrica no correspondía a la de Cajal. El dibujo había salido a la venta por 70 euros en la casa de subastas madrileña El Remate, y la universidad terminó pagando 170 euros por él.

Un portavoz de la Universidad de Zaragoza explicó a *El País* que, en el momento de la compra, la autoría parecía verosímil, sobre todo por la presentación en la web de la casa de subastas. Meses después, un investigador interno alertó de la posible falsedad de la obra. A pesar de las dudas, la universidad no presentó denuncia ante la policía, a la espera de una prueba irrefutable, y el dibujo permanece en custodia, sin haber sido expuesto.



Dibujo original de Santiago Ramón y Cajal sobre la organización de la médula espinal. Esta ilustración, realizada con tinta y técnica de sombreado, muestra las conexiones neuronales en secciones transversales y longitudinales del tejido nervioso (Créditos: Legado Cajal CSIC)

En la casa de subastas barcelonesa Soler y Llach también se intentó vender un supuesto boceto de Cajal, que resultó ser un calco infantil de una ilustración del siglo XVI de un torso humano. Según *El País*, cuando el falsificador intenta imitar una obra original de Cajal, el resultado, a juicio de los expertos, se asemeja a la fallida restauración del *Ecce Homo* de Borja.

La casa de subastas Segre, en Madrid, consultó hace ocho meses a Larriba sobre un dibujo atribuido al escultor toledano **Víctor González Gil**, en el que figuraba una presunta dedicatoria de Cajal. Sin

embargo, la letra correspondía al estilo del falsificador.

Larriba respondió: "En mi opinión, esa grafía y firma nada tienen que ver con Santiago Ramón y Cajal. No he visto nunca un dibujo de Cajal dedicado y mucho menos un dibujo de otro autor". Pese a la advertencia, la obra se vendió por 600 euros. Actualmente, Segre ofrece otra pieza similar por 700 euros, aunque no ha respondido a las consultas de *El País* sobre la autenticidad de estas obras.

La reiteración de fraudes y la facilidad con la que las falsificaciones ingresan en el circuito de subastas generaron un intenso debate sobre la eficacia de los protocolos de autentificación. El neurobiólogo **Juan Andrés de Carlos**, responsable durante dos décadas del **Legado Cajal** —un conjunto de casi 30.000 piezas, principalmente dibujos de células nerviosas, manuscritos y fotografías, custodiado en el **Museo Nacional de Ciencias Naturales de Madrid**—, fue contundente: "Lleva años falsificando dibujos. Es muy malo, pero si continúa es porque los vende. Hay que ser bobos".



Santiago Ramón y Cajal en su laboratorio doméstico, el científico aparece rodeado de microscopios, preparados histológicos, frascos con reactivos y materiales de observación (Créditos: Legado Cajal CSIC)

De Carlos relató a *El País* un caso en el que un hombre acudió a su centro con un dibujo falsificado que había comprado para su nieto, estudiante de Medicina. “Me dolió mucho tener que decirle que era falso”, lamentó el especialista.

Las críticas de los expertos no se limitaron a redes sociales. La falta de rigor en la autentificación de las obras ha sido señalada como un problema estructural que permite la proliferación de fraudes. “¡Ansorena, retira estos bodrios!”, exclamó De Carlos, sumándose a las voces que exigen mayor responsabilidad a las casas de subastas.

El uso fraudulento del nombre de **Santiago Ramón y Cajal** no es un fenómeno reciente. El propio científico denunció en vida la explotación de su reputación con fines comerciales. En una carta publicada en el diario *El Sol* el 22 de abril de 1926, titulada *De cómo se explota mi modesto nombre por ciertos desaprensivos industriales*, Cajal escribió: “Este abuso cometido por algunos industriales consiste en atribuirme gratuitamente la ejecución de análisis de específicos, de vinos medicinales, de aguas minerales, desinfectantes, papeles de fumar, dentífricos y otros productos que ni de oídas conozco”.

El Nobel apeló entonces a la rectitud de quienes utilizaban su nombre sin autorización, pidiendo que lo borraran de sus reclamos y etiquetas.



Prensa Max Radio - 17659

Posts - 0 Comments

Los comentarios están cerrados.

ÚLTIMAS NOTICIAS **SAN JUAN** **ECONOMIA** **MUNICIPALES** **SOCIEDAD** **EL MUNDO**
MUSICA

© 2025 - MAX RADIO 92.3 MHZ. All Rights Reserved.

Website Design: BetterStudio



ALZHEIMER, PREGUNTAS FRECUENTES

Home (<https://neuropsicologomalaga.es>)



ALZHEIMER, PREGUNTAS FRECUENTES

¿En qué ayuda detectar el Alzheimer al principio de la enfermedad?

¿Cómo saber si es Alzheimer o solo pérdida de memoria por la edad?

¿Qué síntomas tiene el Alzheimer en sus primeras fases?

¿Un neuropsicólogo puede detectar el Alzheimer?

¿La estimulación cognitiva sirve si se tiene Alzheimer?

¿Se puede frenar el Alzheimer si se detecta a tiempo?

¿En qué ayuda detectar el Alzheimer al principio de la enfermedad?

Detectar el Alzheimer en sus fases iniciales ayuda a **ralentizar el deterioro cognitivo** y puede retrasar la progresión de la enfermedad de forma considerable. La detección precoz mejora la eficacia del **tratamiento farmacológico** (ya que los medicamentos funcionan mejor en etapas leves) y de la **rehabilitación neuropsicológica** (ya que el entrenamiento cognitivo se apoya en la reserva cognitiva del paciente). También previene complicaciones secundarias como **caídas, ansiedad o desorientación grave**, y ofrece la oportunidad de **planificar en equipo el afrontamiento de la enfermedad**.

¿Cómo saber si es Alzheimer o solo pérdida de memoria por la edad?

La pérdida de memoria debe evaluarse si se presenta de forma frecuente o junto a otro síntoma. A partir de los 65 años, un **10 % de las personas desarrollan algún**

tipo de demencia. Algunos signos de alarma son **desorientación, cambios de personalidad, desinhibición conductual, alteración de la motricidad fina, llanto repentino o depresión sin causa aparente.** En particular he observado en la consulta que en etapas tempranas del Alzheimer se suelen coincidir dificultades de memoria con anomia (dificultad de acceso al léxico, encontrar la palabra) y alteraciones en la motricidad fina (de este ultimo síntoma hay poca divulgación).

¿Qué síntomas tiene el Alzheimer en sus primeras fases?

Los síntomas iniciales del Alzheimer incluyen **olvidos frecuentes, desorientación leve, cambios en el habla y dificultades en la motricidad fina.** En la vida cotidiana, pueden reflejarse como **dificultad para realizar tareas cotidianas, hacer pagos, seguir conversaciones, escribir, abotonarse la ropa o encontrar palabras.** El **80 % de los casos** muestra estos signos antes del diagnóstico.

¿Un neuropsicólogo puede detectar el Alzheimer?

Sí, un neuropsicólogo puede **detectar el Alzheimer en fases iniciales** mediante pruebas cognitivas especializadas . **Estudios clínicos indican una precisión diagnóstica superior al 85 %** en fases iniciales. Estas pruebas son clave porque el deterioro funcional suele aparecer antes que los cambios visibles en las pruebas de imagen. El diagnóstico final de la enfermedad lo realiza el **neurólogo**, apoyándose en el informe neuropsicológico, pruebas de imagen y seguimiento evolutivo del paciente.

¿La estimulación cognitiva sirve si se tiene Alzheimer?

Si, **programas de estimulación adaptados** producen mejora de la función cognitiva. Según la Sociedad Española de Neurología, puede **retrasar el deterioro entre 6 y 18 meses**, especialmente si se aplica en fases leves o moderadas.

¿Se puede frenar el Alzheimer si se detecta a tiempo?

Aunque no tiene cura, una intervención adecuada garantiza **mejores niveles de**

calidad de vida en todas las fases de la enfermedad. La detección temprana del Alzheimer, los **hábitos saludables** y la **estimulación cognitiva** pueden ralentizar significativamente la evolución de la enfermedad.

Ana Santamaría Neuropsicólogo Málaga



(<https://neuropsicologomalaga.es/wp-content/uploads/2020/02/psiconeuro-copia.jpg>)

Doctorado en **Neurociencias**

Licenciada en Psicología

Psicóloga Profesional Sanitaria

Estudios de licenciatura de Filosofía

Colegiada Ilustre Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Oriental

N3WS

Tercera Edad



ALIMENTACIÓN NATURAL
de textura modificada



NOTICIAS - PORTADA

“Salud cerebral para todas las edades”: Una prioridad mundial en todas las etapas de la vida

■ 21 julio, 2025 ■ moon

El 22 de julio, se celebra el Día Mundial del Cerebro, una fecha promovida por la Federación Mundial de Neurología y secundada por organizaciones neurológicas de todo el mundo que, en España, está impulsada por la Sociedad Española de Neurología (SEN). Este año, bajo el lema “Salud cerebral para todas las edades”, la campaña quiere hacer un llamamiento global para priorizar el cuidado del cerebro desde la preconcepción hasta la vejez.

“La salud cerebral de cada persona empieza incluso antes del nacimiento. Porque cada etapa de la vida es una oportunidad para cuidar y fortalecer nuestro cerebro. Es por eso que este año se ha querido destacar la importancia de fomentar la salud cerebral desde la preconcepción hasta la edad avanzada”, señala el Dr. Jesús Porta-Etessam, Presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN). “Y, para ello, es imprescindible implantar políticas de prevención y educación en salud cerebral para toda la población, y especialmente en contextos con menos recursos, donde la brecha en atención neurológica aún es alarmante”.

animar a personas y comunidades a adoptar hábitos y políticas que favorezcan la salud cerebral para todos, en todas las edades. Porque nunca es tarde para adoptar hábitos cerebrosaludables y porque la salud cerebral se construye día a día, desde los primeros momentos de la vida:

- **Preconcepción:** Los hábitos saludables de los futuros padres, como una buena nutrición y controles médicos adecuados, pueden influir directamente en el desarrollo cerebral del bebé.
- **Embarazo:** El bienestar físico y emocional de la madre es vital para el crecimiento cerebral saludable del bebé. El cuidado prenatal, una nutrición adecuada y el manejo del estrés ayudan a proteger tanto a la madre como al bebé.
- **Infancia:** Los primeros años son clave para el aprendizaje, el crecimiento emocional y el desarrollo social. Fomentar entornos seguros, la correcta vacunación y una crianza positiva forman una base sólida para la salud cerebral a lo largo de la vida.
- **Edad adulta:** Un estilo de vida equilibrado —alimentación saludable, ejercicio y control del estrés— mantiene el cerebro sano y reduce el riesgo de muchas enfermedades neurológicas.
- **Edad avanzada:** Chequeos regulares para la detección temprana de las enfermedades neurológicas y mantenerse social y mentalmente activo ayudan a preservar la independencia y la calidad de vida en la vejez.

Una carga creciente para la salud pública

Las enfermedades neurológicas constituyen actualmente una de las principales causas de discapacidad y mortalidad a nivel mundial. Según datos de la Organización Mundial de la Salud, las enfermedades neurológicas afectan a más de 3.000 millones de personas en todo el mundo. Además, son las responsables de 1 de cada 6 muertes y son la principal causa de años vividos con discapacidad a nivel mundial. Unas cifras que van en aumento debido al envejecimiento de la población: en los últimos 35 años el volumen total de discapacidad y muertes prematuras causadas por las enfermedades neurológicas ha aumentado más de un 18%.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica. Enfermedades como el ictus, la epilepsia, la enfermedad de Alzheimer, el Parkinson, la esclerosis múltiple, la ELA o las cefaleas suponen no solo un enorme coste personal y familiar,

fallecimientos, principalmente debido al ictus y al Alzheimer y otras demencias.

“Tanto la OMS como la SEN consideramos que el pilar clave para reducir el impacto de las enfermedades neurológicas es la prevención porque fomentándola conseguiríamos reducir considerablemente la carga de la gran mayoría de las enfermedades neurológicas. Por ejemplo, hoy sabemos que hasta el 90% de los casos de ictus y el 40% de los casos de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro”, destaca el Dr. Jesús Porta-Etessam. “Por lo tanto, debemos apostar tanto por la prevención primaria, adoptando estilos de vida saludables, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas; como por la prevención secundaria, fomentando la detección temprana y el tratamiento oportuno de las enfermedades neurológicas mediante revisiones y el acceso adecuado a los servicios sanitarios”.

Se puede consultar el decálogo de la SEN para mantener un cerebro saludable en <https://acortar.link/hiPWar>, elaborado con el objetivo de fomentar hábitos saludables y prevenir factores de riesgo de las enfermedades neurológicas.

Pero además de fomentar la prevención mediante la adopción de hábitos saludables y la detección precoz de los trastornos neurológicos, educando tanto a profesionales como a la población general, el Día Mundial del Cerebro 2025 se articula en torno a otros ejes de acción que también se consideran fundamentales: reducir el estigma de los trastornos neurológicos, garantizar un acceso equitativo a la atención neurológica y a la rehabilitación y promover políticas que fortalezcan los sistemas de salud.

“Invertir en salud cerebral es invertir en bienestar y productividad a lo largo de toda la vida. Debemos apostar por sistemas sanitarios más inclusivos, equitativos y preventivos, donde el cuidado del cerebro sea una prioridad desde la infancia hasta la vejez”, concluye el Dr. Jesús Porta-Etessam.

 Post Views: 140

← **Un estudio analiza cómo mejorar la calidad de vida de pacientes con hipopotasemia**

**COCEMFE valora positivamente los avances del anteproyecto de ley de →
discapacidad y autonomía personal y reclama más mejoras**

f x

N3WS

Tercera Edad



ALIMENTACIÓN NATURAL
de textura modificada



NOTICIAS - PORTADA

Salud cerebral para todas las edades: las enfermedades neurológicas afectan a más de 23 millones de personas en España

22 julio, 2025 moon

El 22 de julio se celebra el Día Mundial del Cerebro, una conmemoración que promueve la Federación Mundial de Neurología y que en España está impulsada por la Sociedad Española de Neurología (SEN)...

Post Views: 169

← Día del abuelo en las residencias Bouco

El Museo de la Felicidad invita a celebrar el Día Internacional del Abuelo con una →
propuesta que une generaciones



Alberto Martínez presenta la nueva estructura de Osakidetza: "Euskadi inicia una nueva era"

Anuncia la reorganización del sistema público de salud con cinco nuevos nombramientos. Estructura con nuevos liderazgos sus dos viceconsejerías y la dirección general de Osakidetza. Además, la OSI Donostialdea tendrá nueva directora en una etapa clave para su desarrollo



Itzuli ▾

Entzun 🔍 ▾

E.B. / NTM

22/07/25 | 12:05 | Actualizado a las 13:47



María Ubarretxena y Alberto Martínez, antes de su comparecencia tras el Consejo de Gobierno.
/ EFE



Alberto Martínez ha hecho balance este martes de su primer año al frente de la consejería de Salud. Tras un primer año de mandato marcado por la puesta en marcha del Pacto de Salud y la gestión de los retos más urgentes - reducción de las listas de espera, refuerzo de la Atención Primaria y estabilización de la plantilla de Osakidetza, entre otros- el consejero ha anunciado que tanto el departamento que lidera como Osakidetza contarán con una nueva estructura para lograr una "transformación a medio y largo plazo" del sistema de salud público vasco.

Este cambio de estructura se encuentra alineado con los retos a los que, según ha enumerado, ha dado respuesta su departamento en los últimos meses. En este sentido, el consejero de Salud se ha referido al "ambicioso plan de choque" para la mejora de la accesibilidad en Atención Primaria y la reducción de las listas de espera, en un contexto de déficit de profesionales a nivel europeo. Todo esto, ha iterado, mientras se mantienen activos los mecanismos para abordar "lo urgente".

PUBLICIDAD

"A pesar de los pasos dados con el Plan de Choque y



Pacto de Salud

En lo que respecta al futuro y a la mejora de Osakidetza, el consejero ha puesto en valor **el proceso de escucha activa liderado por el Ejecutivo vasco**, en el que han tomado parte grupos profesionales, pacientes y agentes sociales. "**Tengo claro que aun no hemos sido capaces de culminar el proceso de escucha que necesitan los miles de profesionales que componen Osakidetza**. Pero lo que hemos hecho, les aseguro que va más allá de una simple incursión", ha sostenido.

Tras agradecer su implicación y participación en este proceso de reflexión abierto, Alberto Martínez ha remarcado que, además, esto ha permitido avanzar en la consecución de acuerdos sectoriales y en **la estabilización de la plantilla de Osakidetza, reduciendo su eventualidad del 37% al 11%**. Asimismo, ha añadido, se ha avanzado en el diseño de un nuevo modelo de OPE, que posibilitará la convocatoria de más de 4.000 plazas a partir del próximo mes de diciembre.

PUBLICIDAD



en el sistema de salud, que cuyos beneficios ha situado en el medio-largo plazo. **"Literalmente dije que el fin último de este proceso de transformación debe ser evolucionar desde un modelo asistencial orientado a la actividad a un modelo orientado a los resultados en salud y la eficiencia"**, ha recordado.

El consejero de Salud, Alberto Martínez, preside de una de las reuniones para alcanzar un pacto por la salud. / EP

A continuación ha aludido al reto social, "quizá el más complejo de todos". Por ello, ha ratificado su compromiso personal de "hacerles llegar y demostrarles de verdad", que **la prioridad del Gobierno vasco es la defensa de la salud y de un sistema público de calidad**. **"El descontento social en junio de 2024 era claro. Y soy consciente de que este descontento no está superado"**, ha aseverado, para después defender la necesidad de seguir acometiendo mejoras en el ámbito sanitario.

"Me gustaría que Osakidetza dejara de estar en el centro de todas las polémicas"

Javier Vizcaíno



profesionales, asociaciones de pacientes, universidades, empresas, sindicatos y partidos políticos- se ha detectado la **necesidad de acometer una modernización organizativa del sistema sanitario vasco**, centrando los servicios en la persona y apostando por la sostenibilidad y la eficiencia en la gestión de datos.

"Necesitamos de nuevos liderazgos capaces de traccionar sobre unos Principios y unos Valores alineados enteramente con lo acordado también en el seno del Pacto vasco de Salud", ha proclamado. En este punto, ha anunciado la implementación de una estructura con nuevos enfoques y perfiles asociados a la modernización del sistema, la innovación tecnológica y no tecnológica, así como al compromiso con el rigor en la gestión.

E.P.

Nueva estructura y liderazgos

Según ha detallado, la hasta ahora conocida con el nombre de 'Viceconsejería de Salud' se transforma en 'Viceconsejería de Salud,



transformación del sistema público de salud. Esta estará liderada por **Gontzal Tamayo Medel** -en sustitución de Enrique Peiró- y contará con la incorporación de **Inés Gallego Camiña** al equipo como **Directora de Transformación en Salud: Análisis, Planificación y Participación Ciudadana**.

Esta nueva Viceconsejería tiene entre sus funciones principales el desarrollo y la implementación de políticas de salud, la promoción de estrategias de prevención y la mejora de la calidad y accesibilidad de la atención médica, así como el impulso de la digitalización sanitaria, la telemedicina y la implantación de registros electrónicos de salud. El ámbito de los resultados en salud tiene como objetivo el desarrollo de indicadores para medir la calidad y efectividad de la atención, el análisis de datos para identificar áreas de mejora y la implementación de procesos de mejora continua que permitan optimizar el sistema sanitario vasco.

Gontzal Tamayo Medel

Gontzal Tamayo Medel, referente en transformación digital (digitalización, tecnología y medición de resultados en salud), ha ejercido como director hasta ahora de Planificación del Departamento en los grupos de trabajo del Ministerio de Sanidad. La elección de un perfil innovador y con gran capacidad de liderazgo responde a la necesidad de guiar la renovación del sistema sanitario vasco con una visión orientada a los resultados en salud y la mejora continua.



Gontzal Tamayo Medel, Viceconsejero de Salud: Transformación Digital y Resultados en salud. / ARCHIVO

Médico especialista en anestesiología y reanimación, Tamayo cuenta con una sólida trayectoria clínica y de gestión sanitaria. Destaca por una formación multidisciplinar y cuenta con un posgrado en innovación y gestión sanitaria por Deusto Business School (2024), entre otros títulos. A nivel internacional, destaca su experiencia con el *Finnish Social and Health Data Permit Authority Findata* (Sistema finlandés de la Oficina del Dato y Resultados en salud) y ha sido *Chair del Senior Educator Advisory Board del Committee on Trauma del American College of Surgeons*, participando activamente en el desarrollo de programas de formación en Europa.

Inés Gallego Camiña

Junto a Tamayo, se incorpora a su equipo Inés Gallego Camiña, hasta ahora Subdirectora de Innovación en el Hospital de Cruces, reforzando así la apuesta por la innovación, la calidad y la atención centrada en las personas en el sistema sanitario público.

Gallego es una profesional con una sólida trayectoria en el ámbito sanitario público, especialista en calidad asistencial, innovación organizativa y atención sanitaria basada en el valor. Hasta la fecha, ha ocupado



la experiencia de pacientes.

Inés Gallego Camiña, Directora de Transformación en Salud: Análisis, Planificación y Participación Ciudadana. / ARCHIVO

Licenciada en Ciencias Políticas y Sociología, destaca por su perspectiva estratégica e integradora, aplicando enfoques sistémicos y metodologías participativas tanto en la gestión organizacional como en el impulso a la participación y transparencia en el sistema sanitario. Con más de dos décadas de experiencia, ha impulsado la transformación del modelo asistencial hacia una atención más cercana y personalizada, actuando como facilitadora de cambio cultural dentro de organizaciones complejas.

Durante el desarrollo del Pacto Vasco de Salud, Gallego ha dinamizado el grupo de trabajo de la línea estratégica 22 sobre deliberación y toma de decisiones compartidas, promoviendo la participación ciudadana y consolidando una hoja de ruta que refuerza el papel activo de la ciudadanía, asociaciones y pacientes en la construcción de una sanidad más transparente, inclusiva y centrada en las personas.

Aritz Uriarte Fuertes



Viceconsejería de Administración y Financiación Sanitarias en la nueva **Viceconsejería de Gobernanza y Sostenibilidad Sanitarias**. Este cambio responde a la necesidad de afrontar los nuevos retos y compromisos derivados del Pacto de Salud, introduciendo una visión renovada que incorpora objetivos y herramientas de gobernanza avanzadas, así como el impulso de debates clave, como la colaboración público-privada en la salud.

Para liderar esta nueva etapa, la Viceconsejería de Gobernanza y Sostenibilidad Sanitarias **será asumida por Aritz Uriarte Fuertes**. Licenciado en Administración y Dirección de Empresas por la EHU, Máster en Fiscalidad por IE-Law School y Máster en Dirección Económico-Financiera por el CEF.

Tras una sólida trayectoria en consultoría empresarial, en 2017 se incorporó al sector público, donde ha dirigido los departamentos económico-financiero y de servicios corporativos de la sociedad pública Azpiegiturak. Uriarte compagina su labor profesional con la docencia y la investigación, siendo profesor del Departamento de Políticas Públicas e Historia Económica y doctorando en Integración Económica, ambas en la EHU.

Lore Bilbao Artetxe

Lore Bilbao Artetxe será la nueva directora general de Osakidetza, en un claro respaldo a un perfil de marcado carácter gerencial y gran conocimiento del Pacto Vasco de Salud, tanto de su debate como de sus contenidos y conclusiones.

Ingeniera Industrial con la especialidad en Organización por la EHU, con una sólida trayectoria en dirección y gestión pública, Bilbao ha demostrado rigor en la gestión y una capacidad notable para la optimización de procesos y la integración de recursos humanos, tecnológicos y financieros, factores clave para mejorar la eficiencia del sistema sanitario vasco.



Lore Bilbao Artetxe, rostro visible en comparecencias del Pacto de Salud y en la Comisión de Salud parlamentaria. Asume la nueva dirección general de Osakidetza, en sustitución de Susana López Altuna. / ARCHIVO

Hasta ahora viceconsejera y rostro visible en comparecencias del Pacto de Salud y en la Comisión de Salud parlamentaria, cuenta con una formación destacada: máster en Gestión de Empresas y postgrado en Dirección de Personas en instituciones superiores, así como diploma en estudios avanzados en Organización de Empresas. La nueva dirección general, liderada por Lore Bilbao, asume el reto de avanzar en los objetivos compartidos de las viceconsejerías y afrontar los desafíos actuales y futuros de Osakidetza.

Maite Martínez de Albéniz Zabaleta

Osakidetza nombrará a la doctora **Maite Martínez de Albéniz Zabaleta** como nueva **directora gerente de la Organización Sanitaria Integrada (OSI) Donostialdea**, en una etapa clave para el desarrollo y proyección del polo sanitario que se impulsa desde el territorio y que tendrá impacto para toda Euskadi.

El nombramiento de la guipuzcoana Martínez de Albéniz responde al objetivo de reforzar el liderazgo y la visión de futuro en una de las OSIs con



futura expansión con el nuevo hospital público en Tolosa para todo el territorio.

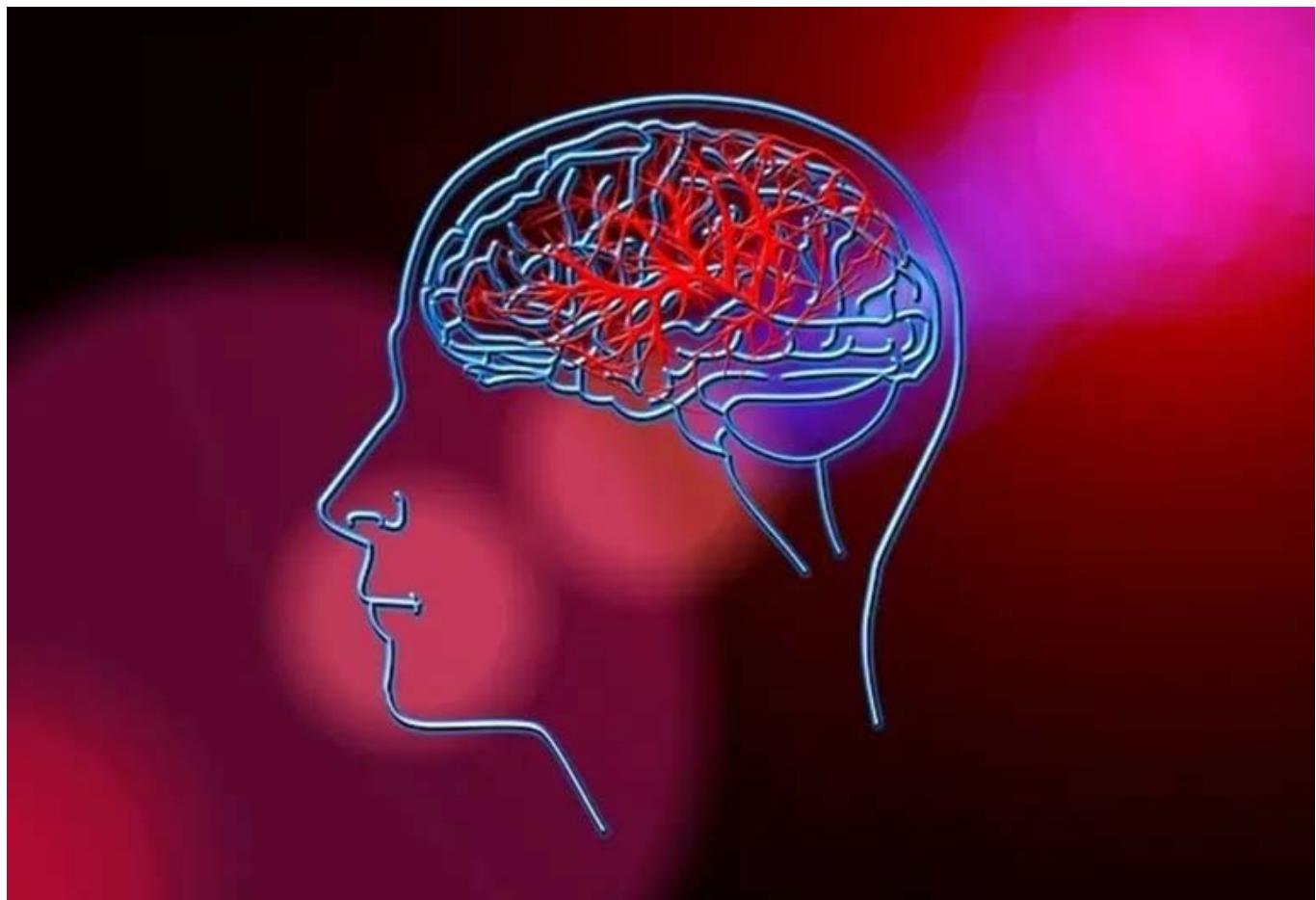
Maite Martínez de Albéniz Zabaleta, directora gerente de la OSI Donostialdea. / ARCHIVO

En este contexto, Martínez de Albéniz será la encargada de **pilotar la puesta en marcha de grandes proyectos estratégicos**, entre ellos, el innovador centro de protonterapia que situará a Osakidetza a la vanguardia internacional en el tratamiento oncológico.

La Dra. Maite Martínez de Albéniz es neuróloga, especialista en enfermedades cerebrovasculares, y cuenta con un Máster en Gestión Sanitaria. A lo largo del último año, ha desempeñado sus funciones como directora de Asistencia Sanitaria de Osakidetza, aportando una visión actualizada y estratégica en la organización. Previamente, fue Jefa de Hospitalización de Neurología y coordinadora de la Unidad del Ictus en el Hospital Universitario Donostia; subdirectora médica en el mismo centro, así como profesora asociada de Neurología en la EHU. Además, acumula una amplia experiencia en investigación y proyectos estatales en su ámbito, siendo vicepresidenta de la Sociedad Española de Neurología (2022-24).

¿Y si cuidar tu cerebro hoy evitara un Alzheimer mañana?; lo dicen los expertos

Por **NL TV JAG** - julio 22 2025, 6:40 pm



A A

ESPAÑA.- La **Sociedad Española de Neurología (SEN)** llamó a priorizar el cuidado de la salud cerebral desde la preconcepción hasta la vejez, con el fin de prevenir enfermedades neurológicas. Muchas de estas afecciones podrían evitarse con buenos hábitos de vida.

En el marco del Día Mundial del Cerebro, la **Federación Mundial de Neurología** lanzó una campaña de sensibilización bajo el lema *Salud cerebral para todas las edades*, respaldada por la SEN, para concienciar a la población sobre la importancia del cuidado del cerebro.

"Hoy sabemos que hasta el 90 por ciento de los casos de ictus y el 40 por ciento de los casos de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro", destacó Jesús Porta-Etessam, presidente de la SEN.

El impacto de las enfermedades neurológicas

La SEN recordó que las **enfermedades neurológicas** son responsables de una de cada seis muertes y constituyen la principal causa de años vividos con discapacidad en el mundo. Estas cifras siguen aumentando debido al envejecimiento de la población.

En los últimos 35 años, el volumen total de discapacidad y muertes prematuras causadas por enfermedades neurológicas ha crecido más del 18 por ciento. Según Porta-Etessam, la salud cerebral comienza incluso antes del nacimiento, y cada etapa de la vida representa una oportunidad para fortalecer el cerebro.

Por ello, consideró imprescindible implementar políticas de prevención y educación en salud cerebral para toda la población, especialmente en contextos con menos recursos, donde la brecha en atención neurológica es alarmante.

Prevención primaria y secundaria

“Debemos apostar tanto por la **prevención primaria** —adoptando estilos de vida saludables, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas— como por la prevención secundaria, fomentando la detección oportuna y el tratamiento adecuado de las enfermedades neurológicas”, añadió Porta-Etessam.

Estas estrategias incluyen revisiones médicas periódicas y un acceso efectivo a los servicios de salud, para actuar de forma temprana ante posibles alteraciones neurológicas.

Recomendaciones según la etapa vital

La SEN propuso acciones específicas para cada etapa de la vida. Para los futuros padres, recomendó una **buena nutrición** y controles médicos adecuados, ya que influyen directamente en el desarrollo cerebral del bebé.

Durante el embarazo, destacó la importancia del bienestar físico y emocional de la madre, la atención prenatal, una nutrición adecuada y el manejo del estrés, que benefician tanto a la madre como al bebé.

En los primeros años de vida, se subrayó que la infancia es clave para el desarrollo emocional y social. Es fundamental fomentar entornos seguros, garantizar una vacunación adecuada y promover una crianza positiva.

Para los adultos, se recomienda un **estilo de vida saludable** que reduzca el riesgo de enfermedades neurológicas. A los mayores, se les insta a realizar chequeos regulares y mantenerse activos física, mental y socialmente.

Acciones y objetivos de la SEN

El *decálogo de la SEN* para mantener un cerebro saludable está disponible en: <https://acortar.link/hiPWar>. Este documento busca fomentar hábitos saludables y prevenir factores de riesgo asociados a enfermedades neurológicas.

En el marco del Día Mundial del Cerebro, la SEN también destacó otras acciones clave: reducir el estigma de los **trastornos neurológicos**, garantizar un acceso equitativo a la atención y rehabilitación, y promover políticas que fortalezcan los sistemas de salud.

"Invertir en salud cerebral es invertir en bienestar y productividad a lo largo de toda la vida. Debemos construir sistemas sanitarios más inclusivos, equitativos y preventivos, donde el cuidado del cerebro sea una prioridad desde la infancia hasta la vejez", concluyó Porta-Etessam.

Mantente informado las 24 horas, los 7 días de la semana. Da click en el enlace y descarga nuestra App!

- App para equipos Android
- App para equipos iOS

NL TV JAG

perfiles

ACTUALIDAD E INFORMACIÓN SOCIAL

(<https://revistaperfiles.com/>)



SOCIEDAD ([HTTPS://REVISTAPERFILES.COM/SOCIEDAD/](https://REVISTAPERFILES.COM/SOCIEDAD/))

Día Mundial del Cerebro

Salud cerebral, una prioridad mundial en todas las etapas de la vida

Bajo el lema 'Salud cerebral para todas las edades', y con motivo del Día Mundial del Cerebro, que se celebra este martes 22 de julio, la Sociedad Española de Neurología (SEN) ha impulsado una campaña cuyo objetivo es hacer un llamamiento global para priorizar el cuidado del cerebro desde la preconcepción hasta la vejez.

POR REDACCIÓN

22/07/2025



Con esta campaña, la **SEN** se une al llamamiento global para animar a adoptar hábitos y políticas que favorezcan la **salud cerebral para todos**, en todas las edades. Porque, como destaca, nunca es tarde para adoptar hábitos cerebralsaludables y porque la salud cerebral se construye día a día desde los primeros

cerbral, saludable, y porque la salud cerebral se construye a día a día, desde los primeros momentos de la vida.

En este sentido, advierten que, en la **preconcepción**, los hábitos saludables de los futuros padres, como una buena nutrición y controles médicos adecuados, pueden influir directamente en el desarrollo cerebral del bebé. Durante el **embarazo**, por su parte, el bienestar físico y emocional de la madre es vital para el crecimiento cerebral saludable del bebé. Y, en este sentido, el cuidado prenatal, una nutrición adecuada y el manejo del estrés ayudan a proteger tanto a la madre como al bebé.

Durante la **infancia**, sobre todo los primeros años de vida son clave para el aprendizaje, el crecimiento emocional y el desarrollo social. Según la SEN, fomentar entornos seguros, la correcta vacunación y una crianza positiva forman una base sólida para la salud cerebral a lo largo de la vida.

Ya en la **edad adulta**, un estilo de vida equilibrado -que contemple una alimentación saludable, ejercicio y control del estrés- mantiene el cerebro sano y reduce el riesgo de muchas enfermedades neurológicas. Y en la **edad avanzada**, los chequeos regulares para la detección temprana de las enfermedades neurológicas (<https://revistaperfiles.com/sociedad/nuevos-tratamientos-y-prometedores-avances-en-la-investigacion-sobre-esclerosis-multiple/>) y mantenerse social y mentalmente activo ayudan a preservar la independencia y la calidad de vida.

Según el doctor **Jesús Porta-Etessam**, presidente de la Sociedad Española de Neurología, "Cada etapa de la vida es una oportunidad para cuidar y fortalecer nuestro cerebro. Es por eso que este año se ha querido destacar la importancia de fomentar la salud cerebral desde la preconcepción hasta la edad avanzada".

En la misma línea, señaló que "para ello, es imprescindible implantar **políticas de prevención y educación** en salud cerebral para toda la población, y especialmente en contextos con menos recursos, donde la brecha en atención neurológica aún es alarmante".

Una carga creciente

Las enfermedades neurológicas constituyen actualmente una de las principales causas de discapacidad y mortalidad a nivel mundial. Según datos de la **Organización Mundial de la Salud**, las enfermedades neurológicas afectan a más de **3.000 millones de personas** en todo el mundo. Además, son las responsables de una de cada seis muertes y la principal causa de años vividos con discapacidad a nivel mundial.

En España, más de **23 millones de personas** padecen algún tipo de enfermedad neurológica. Enfermedades como el ictus, la epilepsia, la enfermedad de Alzheimer, el parkinson, la esclerosis múltiple, la ELA o las cefaleas suponen no solo un enorme coste personal y social, sino también un importante reto para el sistema sanitario y la sociedad en general. Son, además las responsables del 44% de la discapacidad por enfermedad crónica y del

14% del total de fallecimientos, principalmente debido al ictus y al Alzheimer y otras demencias.

"Tanto la OMS como la SEN consideramos que el pilar clave para reducir el impacto de las enfermedades neurológicas es la prevención porque fomentándola conseguiríamos reducir considerablemente la carga de la gran mayoría de las enfermedades neurológicas. Por ejemplo, hoy sabemos que hasta el 90% de los casos de ictus y el 40% de los casos de alzhéimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro (<https://revistaperfiles.com/entrevistas/sin-la-ciencia-no-hay-progreso/>)", destacó el doctor Jesús Porta-Etessam.

"Por lo tanto, debemos apostar tanto por la prevención primaria, adoptando **estilos de vida saludables**, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la **educación sanitaria** desde edades tempranas; como por la prevención secundaria, fomentando la **detección temprana** y el **tratamiento oportuno** de las enfermedades neurológicas mediante revisiones y el acceso adecuado a los servicios sanitarios", añadió.

Continúa Leyendo

ECONOMÍA

Los centros especiales de empleo piden llamarse empresas de trabajo inclusivo

POR SERVIMEDIA





(<https://www.psicolab.com/>)

DÍA MUNDIAL DEL CEREBRO

0



22



Jul 2025



Día Mundial del Cerebro

👤 Administrador (<https://www.psicolab.com/author/1nieves0/>) 📄 Adolescencia (<https://www.psicolab.com/category/adolescencia/>), Ansiedad (<https://www.psicolab.com/category/ansiedad/>), Autoestima (<https://www.psicolab.com/category/autoestima/>), Ciencia (<https://www.psicolab.com/category/ciencia/>), Demencias (<https://www.psicolab.com/category/demencias/>), Depresión (<https://www.psicolab.com/category/depresion/>), Evaluación neuropsicológica (<https://www.psicolab.com/category/evaluacion-neuropsicologica/>), Infancia (<https://www.psicolab.com/category/infancia/>), Neurodesarrollo (<https://www.psicolab.com/category/neurodesarrollo/>), Neuroeducación (<https://www.psicolab.com/category/neuroeducacion/>), Neuropsicología (<https://www.psicolab.com/category/neuropsicologia/>), Salud mental (<https://www.psicolab.com/category/salud-mental/>) 🎨 cerebro (<https://www.psicolab.com/tag/cerebro/>), cuenta Este es tu cerebro (<https://www.psicolab.com/tag/to-este-es-tu-cerebro/>), demencias (<https://www.psicolab.com/tag/demencias/>), día mundial



0

del cerebro (<https://www.psicolab.com/tag/dia-mundial-del-cerebro/>), salud cerebral (<https://www.psicolab.com/tag/salud-cerebral/>), trastornos del neurodesarrollo (<https://www.psicolab.com/tag/trastornos-del-neurodesarrollo/>)



🧠 ¡Hoy celebramos el Día Mundial del Cerebro! Cada 22 de julio se conmemora esta fecha para crear conciencia sobre la importancia de cuidar este órgano vital, promover hábitos saludables y prevenir enfermedades neurológicas.

¿Por qué se celebra el Día del Cerebro?

- Fue establecido por la **Federación Mundial de Neurología (WFN)** en 2014.
- La fecha recuerda la fundación de la WFN el 22 de julio de 1957 en Bruselas.
- Su objetivo es **educar sobre la salud cerebral**, fomentar la investigación y reducir el estigma de los trastornos neurológicos.

En 2019, **Nieves López-Brea Serrat, Neuropsicóloga Clínica Infanto-Juvenil**, publica su **primer cuento en castellano “Este es tu cerebro”** para acercar el conocimiento del cerebro humano a los más pequeños. Tres años después, fue reconocido como el **Mejor Material Didáctico de Ciencias** y galardonado en un Certámen Internacional con el **Primer Premio**, con un Jurado excepcional, entre los que se encontraba el **CSIC, Fundación Lilly o las Reales Sociedades de Física y Química**.

ESTE ES TU CEREBRO
PRIMER PREMIO
“CIENCIA EN ACCIÓN-2022”
 modalidad: “Materiales Didácticos de Ciencias”

Ciencia en Acción

PRIMER PREMIO -23ª Edición

(<https://www.psicolab.com/este-es-tu-cerebro-primer-premio-ciencia-en-accion-xxiii/>)

Hábitos para cuidar tu cerebro

Hábito	Beneficio	0
correr bien	Consolida la memoria y mejora el estado de ánimo.	

TSID (HTTP://REVISTASANITARIADEINVESTIGACION.COM/CATEGORY/TSID/)

Optimización de las técnicas de neuroimagen en el código ictus: perspectiva del técnico de radiodiagnóstico

23 julio 2025

AUTORES

1. Carlos Franco Abad. Técnico Superior en Imagen para el Diagnóstico y Medicina Nuclear. Aragón, España.
2. Jaime Coromina Nestares. Médico Residente Anestesia Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa Zaragoza. Servicio Aragonés de Salud. Zaragoza, España.
3. Alba Pérez Millas. Médico Residente Anestesia Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa Zaragoza. Servicio Aragonés de Salud. Zaragoza, España.
4. María Jiménez Trasobares. Médico Residente Anestesia Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa Zaragoza. Servicio Aragonés de Salud. Zaragoza, España.
5. Sonia Delgado García. Médico Residente Anestesia Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa Zaragoza. Servicio Aragonés de Salud. Zaragoza, España.
6. Sergio Lacámarra Laborda. Médico Residente Anestesia Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa Zaragoza. Servicio Aragonés de Salud. Zaragoza, España.

RESUMEN

El ictus es una de las principales causas de discapacidad y mortalidad a nivel mundial, con un impacto significativo en la calidad de vida de los pacientes. En este contexto, el Código Ictus se ha establecido como un protocolo esencial para la atención rápida y eficaz de pacientes con ictus agudo, optimizando los tiempos de diagnóstico y tratamiento. Las técnicas de neuroimagen, como la tomografía computarizada, la resonancia magnética (y sus variantes avanzadas, desempeñan un papel crucial en la identificación del tipo de ictus, la extensión del daño cerebral y la planificación terapéutica.

El Técnico en Imagen para el Diagnóstico y Medicina Nuclear tiene como responsabilidades principales la preparación adecuada del paciente, la correcta configuración de los equipos de imagen y la obtención de imágenes de alta calidad. Es necesario para la optimización de estas poseer un amplio conocimiento de los aspectos técnicos de las pruebas de neuroimagen más relevantes, como la TC craneal, la Angio-TC y la TC de perfusión, junto con las secuencias avanzadas de RM, que se expondrán a continuación.

PALABRAS CLAVE

Ictus, código ictus, neuroimagen, tomografía computarizada, resonancia magnética, técnicos en radiología, imagen de perfusión, diagnóstico por imagen.

ABSTRACT

Stroke is a medical emergency that requires rapid and effective treatment. The Stroke Code is a protocol essential for this. Diagnostic imaging plays a crucial role in identifying the type of stroke, the extent of brain damage, and planning therapy. The Radiological Technologist has key responsibilities, including patient preparation, equipment configuration, and image acquisition. Optimizing these requires a deep understanding of the technical aspects of various imaging modalities, such as CT, MRI, and perfusion CT. This article will discuss these topics.

therapeutic interventions.

The Imaging and Nuclear Medicine Technician has key responsibilities, including the proper preparation of the patient, the correct configuration of imaging equipment, and the acquisition of high-quality images. To optimize these processes, it is essential to have a thorough understanding of the technical aspects of the most relevant neuroimaging tests, such as cranial CT, Angio-CT, and perfusion CT, along with advanced MRI sequences, which will be discussed below.

KEY WORDS

Stroke, stroke code, neuroimaging, computed tomography (TC), magnetic resonance imaging (MRI), radiologic technologists, perfusion imaging, diagnostic imaging.

DESARROLLO DEL TEMA

El ictus, también conocido como accidente cerebrovascular (ACV), representa una de las principales causas de morbilidad y mortalidad a nivel mundial. En España, esta enfermedad tiene un impacto significativo, con más de 330.000 personas que presentan limitaciones funcionales derivadas de haber sufrido un ictus¹. Ante esta realidad, el desarrollo de protocolos como el Código Ictus (CI) ha sido fundamental para optimizar la atención médica, desde la identificación temprana de los síntomas hasta la intervención terapéutica.

En este contexto, las técnicas de neuroimagen han revolucionado el diagnóstico y tratamiento del ictus, permitiendo no solo la detección precoz de la isquemia cerebral, sino también la evaluación de la extensión del daño y la planificación de estrategias terapéuticas. Herramientas como la tomografía computarizada (TC), la resonancia magnética (RM) y sus variantes avanzadas, como la RM de difusión o la TC de perfusión, han demostrado ser esenciales para diferenciar entre tejido infartado y tejido en penumbra isquémica, lo que resulta crucial para la toma de decisiones clínicas.

El papel del Técnico en Imagen para el Diagnóstico y Medicina Nuclear (TER) en este proceso es clave. Su responsabilidad no solo radica en la correcta ejecución de las pruebas de imagen, sino también en garantizar la calidad de estas mediante un manejo eficiente de la tecnología. Esto impacta directamente en la precisión del diagnóstico y, en consecuencia, en el tratamiento que recibirán los pacientes.

Este artículo tiene como objetivo explorar la implicación del técnico en la realización de pruebas de neuroimagen dentro del marco del Código Ictus, destacando su relevancia en la mejora de la atención a los pacientes y en la optimización de los recursos del sistema sanitario.

¿QUÉ ES UN ICTUS?

El ictus es un trastorno brusco de la circulación cerebral que provoca un desequilibrio entre el aporte y la demanda de oxígeno en el cerebro, generando una disfunción focal del tejido cerebral y afectando la función de una región específica del cerebro².

Se clasifica en dos tipos principales: el ictus isquémico, que representa el 85-90% de los casos y se produce por la oclusión de un vaso arterial, pudiendo causar daño neuronal irreversible o, en casos transitorios, manifestarse como un ataque isquémico transitorio (AIT); y el ictus hemorrágico, que supone el 5-10% de los casos y se origina por la rotura de un vaso sanguíneo, generando una colección hemática, con la hipertensión arterial como principal factor de riesgo. Entre los factores de riesgo destacan la hipertensión arterial, fibrilación auricular, diabetes, dislipemia, tabaquismo, edad avanzada y consumo excesivo de alcohol.

Desde el punto de vista fisiopatológico, el ictus isquémico se caracteriza por la interrupción del flujo sanguíneo debido a la oclusión de un vaso, lo que provoca hipoxia y muerte celular en el tejido cerebral afectado, mientras que el ictus hemorrágico genera daño por compresión del tejido cerebral debido al aumento de la presión intracranal. En ambos casos, se distinguen dos zonas clave: el tejido infartado, que sufre daño irreversible, y la penumbra isquémica, que es tejido con flujo sanguíneo comprometido, pero potencialmente recuperable si se restablece la circulación a tiempo. Clínicamente, el ictus se manifiesta con síntomas como debilidad o parálisis en un lado del cuerpo, alteraciones del habla, pérdida de visión, desequilibrio y, en el caso del ictus hemorrágico, cefalea intensa. Las consecuencias funcionales y sociales son significativas, ya que el ictus es la principal causa de discapacidad adquirida en adultos y una de las principales causas de demencia secundaria, afectando gravemente la calidad de vida de los pacientes y su entorno familiar.

¿QUÉ ES EL CÓDIGO ICTUS?

El Código Ictus es un sistema de alerta médica diseñado para actuar de manera rápida y eficaz ante pacientes con síntomas sugestivos de ictus agudo. Su principal objetivo es reducir los tiempos de diagnóstico y tratamiento, optimizando la atención en las fases críticas de la enfermedad. Este protocolo garantiza una atención homogénea y basada en evidencia científica, involucrando a múltiples profesionales de la salud, como neurólogos, radiólogos y técnicos en radiodiagnóstico, quienes desempeñan un papel clave en la obtención de imágenes de alta calidad para un diagnóstico preciso. La implementación del Código Ictus en España ha mostrado resultados positivos, aunque el desarrollo ha sido desigual entre comunidades autónomas³.

El Código Ictus se activa en pacientes que presentan síntomas con menos de 24 horas de evolución, sin límite de edad, y con una calidad de vida y pronóstico vital aceptable, evaluados mediante la escala de Rankin modificada (mRS ≤ 3) (Anexo 1). La rapidez en la activación del

protocolo es crucial, ya que el tiempo es un factor determinante en la evolución del ictus³.

Este protocolo se divide en dos fases principales. La fase extrahospitalaria comienza con la identificación de los síntomas por parte de los servicios de emergencia, quienes activan el Código Ictus y priorizan el traslado urgente del paciente al hospital más cercano con capacidad para atender ictus agudos. Una vez en el hospital, se inicia la fase intrahospitalaria, que incluye una valoración clínica inicial, la coordinación con los servicios de Neurología y Neurorradiología, y la realización de pruebas de neuroimagen como tomografía computarizada, angio-TC o resonancia magnética. Estas pruebas permiten determinar el tipo de ictus y su extensión, lo que facilita la toma de decisiones terapéuticas, como la administración de trombólisis intravenosa o la realización de trombectomía mecánica en casos de ictus isquémico.

La ventana terapéutica para tratamientos como la trombólisis intravenosa es limitada, generalmente a las primeras 4-5 horas desde el inicio de los síntomas. Cada minuto sin tratamiento aumenta el riesgo de daño cerebral irreversible, lo que subraya la importancia de una coordinación eficiente entre los equipos extrahospitalarios e intrahospitalarios. Este enfoque integral y multidisciplinario ha demostrado ser esencial para maximizar las posibilidades de recuperación funcional de los pacientes y reducir las secuelas asociadas al ictus.

ASPECTOS TÉCNICOS DE LAS PRUEBAS DE NEUROIMAGEN EN EL CÓDIGO ICTUS:

Las técnicas de neuroimagen desempeñan un papel fundamental en el diagnóstico y manejo del ictus dentro del protocolo del Código Ictus.

En 2023, la SENR, SERAU, GEECV-SEN y la SERAM⁴ publicaron un documento de consenso sobre recomendaciones del uso de TC en el código ictus. A continuación, se detallan los puntos clave:

Preparación del paciente:

1. Eliminación de objetos metálicos: Antes de iniciar el estudio, es imprescindible retirar cualquier elemento metálico presente en la cabeza o el cuello del paciente. Esto incluye prótesis dentales, gafas, horquillas, pendientes u otros accesorios que puedan generar artefactos en las imágenes y comprometer su calidad diagnóstica.

2. Acceso venoso adecuado:

- Es necesario disponer de una vía periférica de calibre 18-20 gauge o mayor, preferiblemente localizada en el miembro superior derecho.
- Esta vía debe permitir una velocidad de inyección de contraste intravenoso de al menos 4 mL/s, aunque la mayoría de los estudios sugieren una tasa óptima de 5 mL/s para obtener imágenes de alta calidad y mejorar la detección de lesiones isquémicas o hemorrágicas.

3. Manejo de pacientes agitados: En casos de pacientes con agitación o incapacidad para colaborar, se debe valorar la administración de sedación. Esta decisión debe tomarse en conjunto con el equipo de neurología y anestesia, garantizando la seguridad del paciente durante el procedimiento.

4. Posicionamiento del paciente:

- El paciente debe colocarse en decúbito supino, asegurándose de que la cabeza esté inmovilizada y en una posición simétrica.
- Una correcta alineación es crucial para evitar distorsiones en las imágenes y facilitar la interpretación por parte del equipo médico.

A continuación, se describen las principales técnicas utilizadas⁴:

Tomografía Computarizada (TC) craneal simple:

La TC craneal simple es la técnica inicial de elección debido a su alta disponibilidad, rapidez y eficacia. Permite diferenciar entre ictus isquémico y hemorrágico, así como descartar otras patologías intracraneales. Además, es útil para identificar signos precoces de isquemia y cuantificarlos según la escala ASPECTS (Alberta Stroke Program Early CT Score). Esta evalúa los cambios isquémicos en el territorio de la arteria cerebral media, asignando puntuaciones de 0 a 10 según la extensión de la hipodensidad. (Anexo 2). Un ASPECTS ≥ 7 indica que el paciente es candidato a tratamiento endovascular⁵.

Inicialmente se realizará sin contraste, reservándose la aplicación de este, cuando los hallazgos en la TC craneal simple requieran una mayor precisión para el diagnóstico final.

Se recomienda que, al iniciar el estudio del código ictus, se realice un localizador amplio que abarque desde el cayado aórtico hasta el vértice de la calota craneal. Esto permite planificar de manera adecuada la angio-TC de los troncos supraaórticos (TSA). En el caso de la calota craneal, el área de adquisición debe incluir desde la base del cráneo hasta el vértice de la calota craneal, pudiendo realizarse mediante técnicas de adquisición secuencial o helicoidal⁴.

El grosor de corte debe ser de 2 mm o menos, y es imprescindible incluir reconstrucciones con un grosor de 5 mm como mínimo, ya que este

es el estándar utilizado por algunos programas homologados, como RAPID, para la selección de pacientes candidatos a tratamiento endovascular en ictus isquémico agudo. Además, la adquisición dual puede optimizar el contraste, facilitando la identificación de hipodensidades sutiles y mejorando la diferenciación de transformaciones hemorrágicas.

Angio-TC:

La Angio-TC permite la evaluación no invasiva de la circulación arterial y venosa cerebral mediante el uso de contraste intravenoso. Es esencial para identificar oclusiones en grandes vasos, estenosis y otras anomalías vasculares. En el contexto del ictus isquémico, se utiliza para determinar la viabilidad de tratamientos como la trombectomía mecánica. La Angio-TC multifase, que evalúa la repleción vascular en diferentes fases (arterial, venosa precoz y tardía), ofrece ventajas adicionales al caracterizar la circulación colateral, un factor clave en la toma de decisiones terapéuticas⁴.

La angio-TC se realiza con detección automática del bolo de contraste, desde el arco aórtico hasta el vértice, mediante adquisición helicoidal y sin angulación del gantry. Se recomienda un grosor de corte fino ($\leq 1,5$ mm, idealmente $0,625$ mm) y reconstrucciones de al menos $1,25$ mm. El protocolo estándar utiliza un kV de 100-120, aunque puede emplearse 70 kV en equipos avanzados para reducir la dosis de contraste.

La región de interés (ROI) debe situarse en la aorta ascendente, pero si la inyección es por el brazo izquierdo, puede colocarse en la aorta descendente para evitar artefactos. El umbral de detección recomendado es de 80 UH, ajustado según el equipo. La concentración de yodo debe ser de 300-370 mg/mL, con un volumen de 60-80 cc de contraste seguido de 20 cc de suero salino a 2 mL/s. Si se realiza una TC multifase tras la angio-TC, se recomienda usar al menos 80 cc de contraste.

TC de perfusión:

La TC de perfusión proporciona mapas funcionales que evalúan parámetros como el Flujo Sanguíneo Cerebral (FSC), el Volumen Sanguíneo Cerebral (VSC) y el Tiempo de Tránsito Medio (TTM). Estos mapas permiten diferenciar entre tejido infartado, que no es recuperable, y penumbra isquémica, que es tejido con flujo comprometido, pero potencialmente salvable mediante recanalización. Esta técnica es crucial para decidir la administración de terapias de reperfusión y para excluir imitadores del ictus⁶.

Los aspectos técnicos fundamentales para la adquisición de la TC de perfusión incluyen varios parámetros clave. El grosor de corte recomendado es de 5 mm, con incrementos de 5 mm, para garantizar una adecuada resolución de las imágenes. La duración de la adquisición dinámica del bolo de contraste debe ser de 60 a 70 segundos, ya que exploraciones más cortas pueden generar mapas de perfusión inexactos al no capturar completamente el paso del contraste, mientras que exploraciones más largas aumentan innecesariamente la dosis de radiación sin aportar información útil. En la mayoría de los pacientes (>90%), una duración de 60 segundos es suficiente para obtener imágenes de calidad. El muestreo de datos debe ser rápido durante la curva ascendente, con una imagen por segundo durante 37 segundos, mientras que en la curva descendente puede ser más lento, con una imagen cada tres segundos durante 33 segundos, lo que permite reducir la radiación en las partes de la curva que no aportan información relevante.

En cuanto al contraste, se administra un bolo de 50 mL a un flujo de 4-6 mL/s, seguido de 40 mL de suero salino a 2 mL/s. Es fundamental sincronizar el inicio de la inyección con la adquisición, comenzando esta última cuatro segundos después del inicio de la inyección de contraste. La cobertura anatómica mínima debe ser de 4 cm, centrada en los ganglios de la base, donde coinciden las arterias cerebrales anterior, media y posterior. Sin embargo, para capturar toda la extensión de la lesión isquémica, se recomienda una cobertura de al menos 8 cm del eje Z, desde la parte superior de las órbitas. Esto puede lograrse mediante exploraciones individuales en niveles adyacentes, cada una con su propia inyección de contraste, o moviendo la mesa durante una sola adquisición.

Por último, la radiación es una limitación importante en la TC, por lo que debe seguirse el principio ALARA (tan bajo como sea razonablemente posible). Los equipos modernos cuentan con sistemas de reducción de dosis que deben adaptarse a los protocolos de perfusión para minimizar la exposición del paciente sin comprometer la calidad de las imágenes. Estos parámetros son esenciales para garantizar la precisión diagnóstica y la seguridad en la realización de la TCP⁴.

Resonancia Magnética:

La RM es especialmente útil en casos de ictus de etiología incierta o en localizaciones complejas, como el territorio vertebrobasilar. Las secuencias avanzadas, como la RM de difusión (DWI) y la RM de perfusión (PWI), permiten detectar de forma precoz el tejido infartado y cuantificar la extensión del tejido hipoperfundido. Aunque la RM es más sensible y específica que la TC en la identificación de infartos pequeños o lacunares, presenta limitaciones en la fase hiperaguda debido a su menor disponibilidad y mayor tiempo de adquisición⁷.



El protocolo de RM para ictus debe incluir secuencias específicas que permitan identificar las áreas afectadas y diferenciar entre un ictus isquémico y hemorrágico. Las secuencias más importantes son:

- **Difusión (DWI - Diffusion Weighted Imaging):** Es la secuencia más sensible para detectar un ictus isquémico agudo, ya que permite identificar áreas de restricción de la difusión en minutos tras el inicio del evento^{8,9}.
- **Perfusión (PWI - Perfusion Weighted Imaging):** Evalúa el flujo sanguíneo cerebral y ayuda a identificar el área de penumbra isquémica (tejido en riesgo de infarto)¹⁰.

- **FLAIR (Fluid Attenuated Inversion Recovery):** Útil para detectar lesiones isquémicas subagudas y crónicas. En ictus agudo, puede mostrar hiperseñal en los vasos afectados (signo de arteria hiperdensa)¹⁰.
- **T2 o SWI (Susceptibility Weighted Imaging):** Detecta hemorragias intracraneales o microhemorragias¹¹.
- **TOF (Time of Flight) o Angio-RM:** Evalúa la permeabilidad de los vasos cerebrales y detecta oclusiones arteriales¹¹.
- **T1 con contraste (opcional):** Puede ser útil para evaluar la permeabilidad de la barrera hematoencefálica en casos específicos¹².

En cuanto a los parámetros técnicos, se recomienda utilizar un equipo de al menos 1.5 Tesla para obtener imágenes de alta resolución, aunque los equipos de 3 Tesla ofrecen mayor sensibilidad, especialmente en secuencias de difusión y perfusión¹². Es importante ajustar el grosor de los cortes entre 3 y 5 mm para lograr imágenes detalladas sin comprometer el tiempo de adquisición. Además, se debe minimizar el tiempo total del estudio para evitar movimientos del paciente, lo cual es especialmente relevante en situaciones de urgencia⁸. Por último, es fundamental reducir los artefactos por movimiento o flujo mediante técnicas como la sincronización con el pulso o el uso de secuencias rápidas, como las de Echo Planar Imaging (EPI)¹⁰.

El Técnico en Radiodiagnóstico desempeña un papel esencial en la implementación del Código Ictus, siendo una figura clave para garantizar la calidad, rapidez y precisión en el diagnóstico y tratamiento de los pacientes con ictus. Su labor abarca desde la preparación del paciente hasta la configuración de los equipos de imagen y la colaboración con el equipo médico, lo que lo convierte en un pilar fundamental dentro del equipo multidisciplinar.

En la **preparación del paciente**, el TER es responsable de retirar cualquier elemento metálico que pueda interferir con la calidad de las imágenes, como prótesis dentales, gafas o accesorios metálicos. Además, debe posicionar al paciente correctamente en la mesa de exploración, asegurando la inmovilización de la cabeza en decúbito supino para evitar artefactos en las imágenes. En casos de pacientes agitados, el TER colabora estrechamente con el equipo médico y de anestesia para valorar la necesidad de sedación, garantizando tanto la seguridad como la comodidad del paciente durante el procedimiento (Sociedad Española de Neurología, 2006).

En cuanto a la **realización de las pruebas de neuroimagen**, el TER configura los equipos ajustando los parámetros técnicos según los protocolos establecidos para el Código Ictus. Esto incluye la TC craneal simple, la Angio-TC y la TC de perfusión, optimizando los tiempos de adquisición para que las pruebas se realicen dentro de los plazos recomendados, como la realización de la TC craneal simple en menos de 20 minutos desde la llegada del paciente a urgencias. Además, el TER asegura la calidad de las imágenes obtenidas, un aspecto crítico para un diagnóstico preciso y para la planificación del tratamiento (Artal et al., 2024). La capacidad del TER para ajustar los parámetros técnicos y garantizar imágenes de alta calidad es especialmente relevante en técnicas avanzadas como la Angio-TC multifase o la RM de difusión (DWI), que requieren un conocimiento técnico especializado.

La **coordinación con el equipo médico** es otro aspecto fundamental del trabajo del TER. Una comunicación efectiva con neurólogos y radiólogos permite que las imágenes estén disponibles para su interpretación en el menor tiempo posible, lo que es crucial en un contexto donde cada minuto cuenta. Además, el TER debe estar preparado para adaptarse rápidamente a situaciones de alta complejidad, como cambios en el estado clínico del paciente o la necesidad de realizar estudios adicionales.

La **formación continua** es indispensable para el TER, quien debe mantenerse actualizado en técnicas avanzadas de neuroimagen y en los protocolos del Código Ictus. Esto incluye el manejo de tecnologías emergentes, como la inteligencia artificial aplicada a la detección precoz de ictus, que promete optimizar aún más los tiempos de diagnóstico y tratamiento. La capacitación constante permite al TER adaptarse a los avances tecnológicos y contribuir de manera eficiente al éxito del tratamiento de los pacientes con ictus³.

CONCLUSIÓN

En conclusión, el TER es un pilar esencial en el manejo del Código Ictus, contribuyendo de manera decisiva a la mejora de los resultados clínicos y a la eficiencia del sistema sanitario. Su compromiso con la excelencia técnica y su capacidad para adaptarse a los avances tecnológicos consolidan su papel como un profesional clave en la atención integral del ictus.

BIBLIOGRAFÍA

1. Sociedad española de neurología.2023. Nota de prensa: 29 de octubre, día mundial del ictus. <https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link223.pdf> (<https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link223.pdf>)
2. Alfonso, C. G., Reyes, A. E. M., García, V., Fajardo, A. R., Torres, I., & Casas, J. C. (2019). Actualización en diagnóstico y tratamiento del ataque cerebrovascular isquémico agudo. *Universitas Médica*, 60(3), 1-17. <https://doi.org/10.11144/javeriana.umed60-3.ac>
3. Artal, J., Barrena, R., Bestué, M., Campello, I., García. C., Garcés, E., Gimeno, MJ., Gómez, A., Gros, B., Jariod, & Pardiñas, B. (2024, abril). Plan de atención al ictus en Aragón: actualización 2024. <https://www.aragon.es/documents/d/guest/plan-ictus-2024-modificado-julio-2024>
4. López-Rueda et al. (2023). Recomendaciones sobre el uso de la tomografía computarizada en el código ictus: Documento de consenso

- SENR, SERAU, GEECV-SEN, SERAM. Radiología, 65(2), 180-191. <https://doi.org/10.1016/j.rx.2022.11.007>
5. Salazar Gómez, A.P. et al. (2018). Análisis de la valoración de la escala del ASPECTS en pacientes con ictus isquémico agudo. Seram. <https://piper.espacioseram.com/index.php/seram/article/view/1040>
6. Jiménez Sánchez AF et al. (2018) Pitfalls en el Código Ictus. Cómo protegerse de las falsas penumbras. (s. f.). <https://piper.espacioseram.com/index.php/seram/article/view/8106/6572>
7. Fernández B. (2022). Diagnóstico y tratamiento del ictus. NPunto. <https://www.npunto.es/revista/51/diagnostico-y-tratamiento-del-ictus>
8. Kasner SE. Essentials of Neuroimaging for Stroke Diagnosis and Treatment. Stroke. American Heart Association. DOI: 10.1161/STROKEAHA.120.030000.
9. Albers GW. Magnetic Resonance Imaging in Acute Stroke. N Engl J Med. 2018; DOI: 10.1056/NEJMra1716063.
10. Bammer R. Clinical Applications of Diffusion-Weighted Imaging in Stroke. J Magn Reson Imaging. 2003; DOI: 10.1002/jmri.10376.
11. Wintermark M. Imaging of Acute Stroke: Current Status and Future Directions. Stroke. 2015; DOI: 10.1161/STROKEAHA.114.004590.
12. Westbrook C. Manual de Resonancia Magnética. Elsevier; 2020. ISBN: 978-8491136893.

ANEXOS

Anexo 1: Escala de Rankin Modificada³:

Anexo 2: Escala Aspects²:

Esta escala va desde 0 a 10 puntos. El puntaje se calcula restando 1 punto de 10 si se evidencia hipodensidad del parénquima en cada una de las regiones definidas. En caso de que la TC craneal sea normal se aplicará una puntuación de 10 puntos y si se evidencia afectación difusa en todo el territorio de la ACM se da una puntuación de 0 puntos. El puntaje del ASPECTS tiene importancia para valorar y decidir el manejo del paciente, y si es candidato o no a tratamiento endovascular, el cual es posible si presenta un ASPECTS ≥ 7 ⁵.

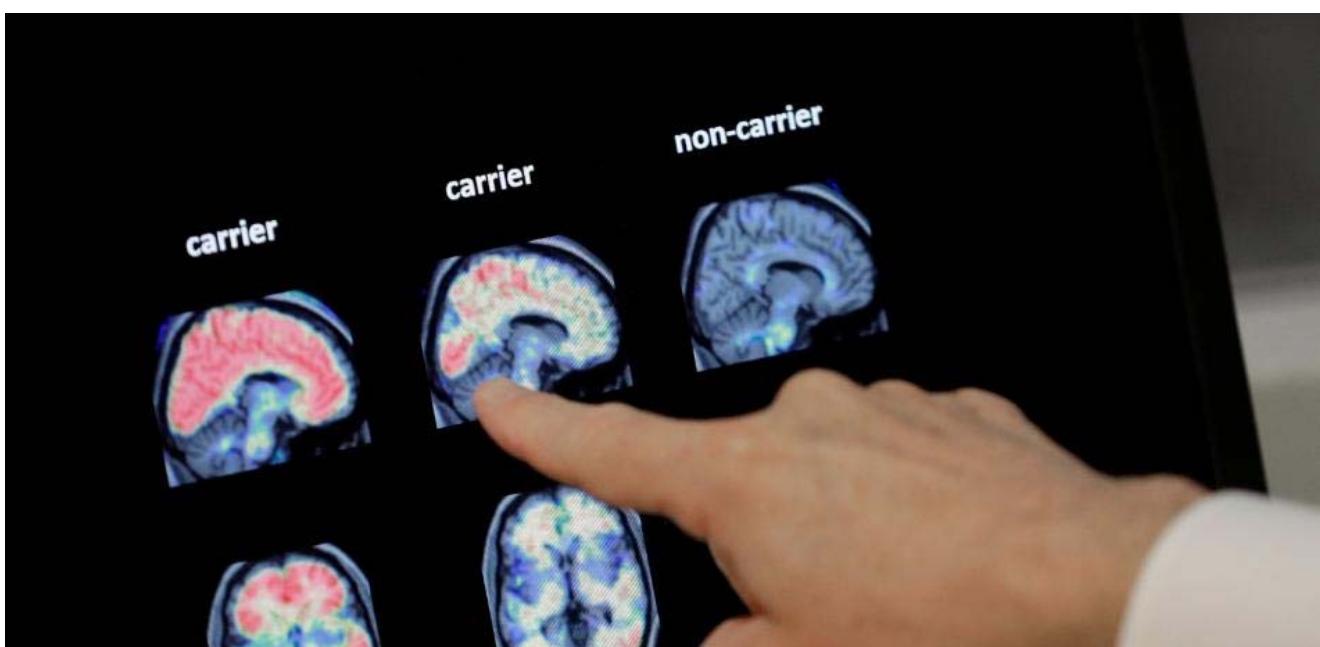
Para calcularlo se utilizan dos cortes axiales: el primero en los ganglios basales y el segundo en los ventrículos laterales y se divide el territorio de la arteria cerebral media (ACM) en diez regiones².



PRIMERA PLANA • SALUD

Instan a priorizar la salud del cerebro en todas las etapas de la vida para prevenir enfermedades neurológicas

🕒 3 horas atras 🏸 64 Vistas 📖 4 Mins Lectura



Debemos apostar por sistemas sanitarios más inclusivos, equitativos y preventivos, donde el cuidado del cerebro sea una prioridad desde la infancia hasta la vejez", ha finalizado Porta-Etessam.

f X ✉

Este contenido fue hecho con la asistencia de una inteligencia artificial y contó con la revisión del editor/periodista.

El impacto que generan las enfermedades neurológicas, causantes de una de cada seis defunciones y principal causa de años vividos con discapacidad a nivel mundial.

La Sociedad Española de Neurología (SEN) ha instado a priorizar el cuidado de la salud cerebral en todas las etapas, desde la preconcepción hasta la vejez, para prevenir enfermedades neurológicas, dado que se sabe que muchas de estas afecciones podrían evitarse si se adoptan buenos hábitos.

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, la Federación Mundial de Neurología ha lanzado una campaña de sensibilización bajo el lema 'Salud cerebral para todas las edades', que secunda la

SEN, con el objetivo de que la población conozca la importancia del cuidado del cerebro.

"Por ejemplo, hoy sabemos que hasta el 90 por ciento de los casos de ictus y el 40 por ciento de los casos de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro", ha destacado el presidente de la SEN, Jesús Porta-Etessam.

Desde la sociedad científica han recordado el impacto que generan las enfermedades neurológicas, responsables de una de cada seis muertes y principal causa de años vividos con discapacidad a nivel mundial. Unas cifras que "van en aumento" debido al envejecimiento de la población. En los últimos 35 años, el volumen total de discapacidad y muertes prematuras causadas por las enfermedades neurológicas ha aumentado más de un 18 por ciento.

En este contexto, Porta-Etessam ha explicado que la salud cerebral "empieza incluso antes del nacimiento", ya que cada etapa es una "oportunidad" para fortalecer el cerebro. Para ello, ha calificado de "imprescindible" la implantación de políticas de prevención y educación en salud cerebral para toda la población, y especialmente en contextos con menos recursos, donde ha aseverado que la brecha en atención neurológica es "alarmante".

"Debemos apostar tanto por la prevención primaria, adoptando estilos de vida saludables, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas; como por la prevención secundaria, fomentando la detección temprana y el tratamiento oportuno de las enfermedades neurológicas mediante revisiones y el acceso adecuado a los servicios sanitarios", ha añadido.

La SEN ha detallado recomendaciones para cuidar la salud cerebral en cada etapa de la vida. Por ejemplo, han insistido en que los futuros padres deben llevar una buena nutrición y someterse a controles médicos, lo que puede influir directamente en el desarrollo cerebral del bebé.

Durante el embarazo, han explicado que el bienestar físico y emocional de la madre es vital para el crecimiento cerebral saludable del bebé. Por ello, han aconsejado cuidado prenatal, mediante una nutrición adecuada y el manejo del estrés, que ayudarán tanto al bebé como a la madre.

Respecto a los primeros años, los neurólogos han explicado que la infancia es clave para el aprendizaje, el crecimiento emocional y el desarrollo social, por lo que se deben fomentar entornos seguros, la correcta vacunación y una crianza positiva.

Por último, han recomendado a los adultos que lleven un estilo de vida saludable para mantener el cerebro sano y reducir el riesgo de muchas enfermedades neurológicas; y a las personas de edad avanzada, que se sometan a chequeos regulares para la detección temprana de las enfermedades neurológicas y se mantengan social y mentalmente activos.

En el marco de esta efeméride, la SEN también ha señalado otras acciones fundamentales, como reducir el estigma de los trastornos neurológicos, garantizar un acceso equitativo a la atención neurológica y a la rehabilitación, y promover políticas que fortalezcan los sistemas de salud.

"Invertir en salud cerebral es invertir en bienestar y productividad a lo largo de toda la vida.

Debemos apostar por sistemas sanitarios más inclusivos, equitativos y preventivos, donde el cuidado del cerebro sea una prioridad desde la infancia hasta la vejez", ha finalizado Porta-Etessam.



Sobre el Autor



TRA Noticias

Este sitio usa Akismet para reducir el spam. [Aprende cómo se procesan los datos de tus comentarios.](#)

YouTube ES Buscar

Todos Relacionados Para ti

Cómo Prevenir Enfermedades Neurológicas en Todas las Etapas de la Vida

Timeless Content Suscribirme 0 Compartir ...

0 visualizaciones hace 22 horas

00:00 - Cómo Prevenir Enfermedades Neurológicas en Todas las Etapas de la Vida
 03:03 - Cuida tu Cerebro desde Joven: Hábitos Saludables para un Futuro Sano
 07:00 - Día Mundial del Cerebro - Las enfermedades neurológicas que causan discapacidad ...más

0 comentarios Ordenar por

Añade un comentario...

ONDAS ALFA para estudio ...
 Brain Waves 782 usuarios

¿Olor Desagradable e...
 Dr. Veller 3,3 M de visualizaciones

La importancia de cuidar el ...
 Aprendemos Juntos 2... 1,3 M de visualizaciones

Qué es la MEDITACIÓN y ...
 Mario Alonso Puig - Ofi... 2 M de visualizaciones

Tu intestino influye en tu ...
 Mario Alonso Puig - Ofi... 105 K visualizaciones

Lo de la infanta Sofía, un ...
 Al aire de Pilar Eyre 13 K visualizaciones - ha Nuevo

Así funciona la ANESTESIA en ...
 La Hiperactina 623 K visualizaciones

¿Por qué todos están ...
 Montse Cespedosa 163 K visualizaciones

Los primeros síntomas de la ...
 The Wild Project 1,6 M de visualizaciones

El PÁRKINSON si ...
 JAVIER FURMAN 616 K visualizaciones

ACTIVE EL 100% DE SU CEREBR...
 Brain Waves 191 usuarios

El PEOR VENENO que ...
 Dr. Veller 807 K visualizaciones

¿Qué es el Alzheimer? ...
 Dra Alicia Vargas 120 K visualizaciones