

DIRECTO

El Vaticano actualiza el estado de salud del papa tras la vuelta a la ventilación mecánica



## Lurdes Calzado, tras tener un ictus con 33 años: "Cualquier persona puede sufrir uno, tenga la edad que tenga"

CAPACES MERCHE BORJA | NOTICIA 05.03.2025 - 06:31H



Lurdes Calzado participa en la campaña 'Ponle cara al ictus', para concienciar sobre una enfermedad que afecta cada año a 120.000 personas en España.

Mari Mar Freijo, neuróloga: "Los ictus son la primera causa de discapacidad adquirida".



20minutos

# Lo que un neurólogo recomienda a los mayores de 50 años para reducir el riesgo de padecer demencia

ACTUALIDAD INES GUTIERREZ | NOTICIA 05.03.2025 - 08:21H     

Cuidarnos a lo largo de nuestra vida puede ayudarnos a conservar nuestra salud durante la vejez, por ejemplo, siguiendo los consejos de los neurólogos para reducir el riesgo de demencia.

Dos signos de demencia que no tienen que ver con la memoria y pueden aparecer hasta once años antes



ideal Para Cenar Y Evitar El Aumento De Peso 

20minutos



Una mujer contemplativa mirando por la ventana. / Getty Images

Con la edad se gana experiencia, pero también surgen algunos miedos, sobre todo los **relacionados con la salud, que comienza a ser más frágil**.

Llegar a hacerse mayor es un lujo, pero lo es todavía más si se puede disfrutar porque la salud acompaña, evitando tanto las dolencias que afectan al cuerpo como aquellas **relacionadas con la memoria**. En España, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), más de 800.000 personas padecen Alzheimer, la causa más común de demencia, junto con la demencia vascular, la frontotemporal o la de cuerpos de Lewy.

Comenzar a **cuidarse cuanto antes** puede ser la mejor manera de conservar nuestra salud más tiempo, pero también de aprovechar al máximo tanto la juventud como la vejez, porque llevar una vida activa y una alimentación equilibrada nos ayudara a sentirnos mejor, más ligeros y con más energía. Más allá de estos cambios que siempre nos recomiendan hacer cuando queremos sentirnos mejor, hay otros que conviene tener en cuenta cuando lo que **queremos es reducir el riesgo de desarrollar alguna de estas demencias**. No quiere decir que seguir las recomendaciones de este neurólogo sea la clave para evitarlas, pero sí que pueden ayudarnos a que las probabilidades sean menores en algunos casos.

## DESTACADO



Amazon desata la locura: rebaja las planchas de pelo GHD más buscadas a su precio más bajo  
Ainhoa Estaregui



Un hombre herido al ser apuñalado por otro en Tarragona durante una pelea

ACN



Detenidos tres hombres y una mujer por robos en Boiro y A Pobra do Caramiñal

EUROPA PRESS



Tijeretazo en los depósitos a plazo fijo: así ha sido el recorte en los intereses que paga Renault Bank  
Iuliana Pivniceru

## MÁS INFORMACIÓN SOBRE:

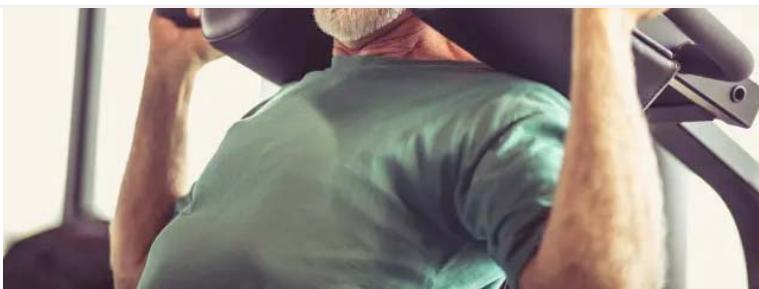
Alzhéimer

Salud

España

**Qué deberían hacer los mayores de 50 años para reducir el riesgo de padecer demencia**

ideal Para Cenar Y Evitar El Aumento De Peso



Consejos para reducir el riesgo de padecer demencia. / Getty Images

El **doctor Achillefs Ntranos**, fundador de Achillefs Neurology Clinic, ha querido compartir con *Parade* el hábito que conviene evitar pasados los 50 para, no solo no aumentar el riesgo de demencia, sino también **para reducir las probabilidades de padecerla**. Una recomendación que es doblemente útil, porque también mejora la salud cardiovascular, reduciendo el riesgo de ataques al corazón. Según este experto, lo que los mayores de 50 años **deben evitar es la soledad**.

El aislamiento social no solo hace que nos sintamos solos, también puede suponer un riesgo para el cerebro. **“Los estudios muestran que aumenta el riesgo de demencia hasta en un 50 %**, probablemente debido a una menor estimulación cognitiva, un mayor estrés y cambios de humor. Los humanos estamos programados para la conexión; sin ella, nuestros cerebros pagan un precio”, explica el doctor Ntranos. Una **mayor actividad social** se ha relacionado con menores tasas de depresión, accidentes cerebrovasculares y ataques cardíacos, así como una mejor salud inmunológica y sueño.

## NOTICIA DESTACADA



Este es el tipo de soledad que más nos afecta según la psicóloga Marian Rojas

Para evitar ese aislamiento social que va en detrimento de nuestra salud, el especialista **recomienda microconexiones**, como charlar con un vecino o con quien te atiende en el supermercado, unirse a un club de lectura, hacer voluntariado o vincularse con alguna asociación. Además, para reducir todavía más el riesgo de demencia, recomienda combinar la actividad social con el ejercicio, porque “fusiona dos estrategias que salvan el cerebro: **el ejercicio aumenta el flujo sanguíneo, mientras que la conversación agudiza las redes cognitivas**”.

## Otros consejos para reducir el riesgo de demencia



## Alimentos Ideales Para Cenar Y Evitar El Aumento De Peso

## 20minutos

Un **estilo de vida saludable** puede ayudar a reducir el riesgo de desarrollar demencia, realizar actividad física y llevar una dieta saludable, limitar el consumo de alcohol y tabaco, pero también hay que tener precaución con nuestra salud, tanto la mental como la física, **controlando la presión arterial alta**, los niveles de glucosa y manteniendo un peso saludable. Conviene evitar lesiones en la cabeza y también se recomienda dormir y descansar las horas suficientes. Además, es importante prestar **atención a las pérdidas de audición**, que pueden dificultar la relación con los demás, algo que ya hemos visto que es importante.

## Referencias

*Demencia - Síntomas y causas - Mayo Clinic.* (s. f.). <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/dementia/symptoms-causes/syc-20352013>

## Te puede interesar

Un experto en longevidad desvela el electrodoméstico que no ayuda a adelgazar: 'Puedes engordar tres kilos'

Omega 6 vs. Omega 3: en qué se diferencian y cuál puede reducir el riesgo de cáncer

El nefrólogo Borja Quiroga advierte de la enfermedad que tienen 6 millones de españoles y la mitad no lo saben

¿Quieres recibir los mejores contenidos para cuidar tu salud y sentirte bien? Apúntate gratis a nuestra nueva *newsletter*.

Conforme a los criterios de



¿Por qué confiar en nosotros?

Toyota Proace City

Cárgala a través de sus puertas laterales o abatibles.

Toyota España | Patrocinado

Contáctanos

Primavera en PortAventura

Disfruta una primavera con adrenalina y diversión en PortAventura, ahora con un 15% de dto

PortAventura World | Patrocinado

Compra ahora

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

Valor de la vivienda | Patrocinado

Disfruta de unas vacaciones únicas

Vivid unos días de desconexión y diversión para toda la familia en nuestros hoteles Todo Incluido.

RIU Hotels & Resorts | Patrocinado

Ver oferta

ideal Para Cenar Y Evitar El Aumento De Peso

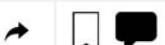


El doctor Fernando Fabiani explica qué le ocurre a nuestro cuerpo al tomar pastillas para dormir // CANAL SUR

Á. G.  
Sevilla

[SEGUIR AUTOR](#)

05/03/2025 a las 14:31h.



La **falta de sueño** es un problema cada vez más extendido, no solo en nuestro país, sino a nivel mundial. En este sentido, desde la **Sociedad Española de Neurología** se calcula que más de cuatro millones de españoles padecen algún tipo de trastorno del sueño crónico y grave, mientras que la **World Sleep Society** estima que, como mínimo, un 45% de personas en el mundo padecerá en algún momento algún trastorno de este tipo.

El estrés, la ansiedad, la depresión, el consumo de cafeína o alcohol, el uso excesivo de pantallas o los horarios irregulares son algunas de **las causas más frecuentes que provocan los trastornos del sueño**. Como remedio, muchas personas optan por **medicamentos que ayudan a dormir**; sin embargo, **el doctor Fernando Fabiani** desaconseja este tipo de solución prolongada en el tiempo por lo que le ocurre a nuestro cuerpo.

## **Esto es lo que le ocurre a nuestro cuerpo al tomar pastillas para dormir**

Fue en el programa '**Despierta Andalucía**', de Canal Sur, donde el doctor Fernando Fabiani expuso los contras de tomar medicamentos para conciliar el sueño: «Las pastillas para dormir son medicaciones que **pueden servir como parche**. Temporalmente puedo coger el sueño, pero tienen un problema que tienen algunos medicamentos», comenzó diciendo.



El doctor Fernando Fabiani, en el programa 'Despierta Andalucía' // CANAL SUR

Uno de los problemas que tienen las pastillas para dormir «**es la tolerancia, que mi cuerpo se va acostumbrando**. Y, por lo tanto, esa pastilla que a lo mejor me ayuda a dormir hoy, si yo la tomo de manera continuada, no sería raro que dentro de tres, cuatro semanas o dos meses le diga a mi médico 'mándame algo más fuerte, que esto ya no me hace nada'. **Necesitamos subir la dosis**». Asimismo, un segundo problema es »**la dependencia**. Cuando yo llevo mucho tiempo tomando una medicación para dormir, y esto empieza a ocurrir a partir de las dos o tres semanas, mi cuerpo se acostumbra a dormir bajo los efectos de ese medicamento. Por lo tanto, **el día que quito el medicamento no hay manera de dormir**, aunque la causa que en su momento produjo el problema del sueño haya desaparecido».

SALUD > Huntington: la enfermedad que condena al olvido y la esperanza puesta en la ciencia

## Huntington: la enfermedad que condena al olvido y la esperanza puesta en la ciencia

Redacción 04-03-2025



Según la Sociedad Española de Neurología (SEN), existen más de 9,000 enfermedades raras

Viven con **fecha de caducidad**. Desde que aparecen los primeros síntomas hasta que mueren, apenas pasan **quince años**. Durante ese tiempo, los pacientes con **enfermedad de Huntington** sufren una degradación física y cognitiva progresiva, acompañada de un fuerte estigma social.

El **Huntington** es una **enfermedad neurodegenerativa y hereditaria** catalogada como rara. Sin embargo, su impacto es significativo: afecta a **una de cada 10,000 personas** en el mundo y, en España, **4,000 pacientes están diagnosticados**, mientras que **20,000 viven con la incertidumbre** de si han heredado la mutación genética responsable.

Los afectados desarrollan **movimientos involuntarios**, dificultades para el equilibrio y el habla, síntomas que a menudo los hacen víctimas de discriminación, al ser confundidos con personas ebrias o drogadas.

Coincidiendo con el **Día Mundial de las Enfermedades Raras**, la **Red Española de Enfermedades Raras del CSIC** ha lanzado una **iniciativa pionera** para acercar a pacientes y familiares con investigadores que trabajan en la búsqueda de tratamientos.

## Diagnóstico tardío y falta de información: los otros enemigos

Según la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, existen más de **9,000 enfermedades raras**, la mitad de ellas de tipo neurológico, afectando a **tres millones de personas en España**. Para el **95% de estas enfermedades, aún no existe cura**.

El **desconocimiento y la falta de acceso a especialistas** hacen que muchas de estas patologías sean **diagnosticadas tarde**, lo que retrasa el acceso a intervenciones terapéuticas y agrava la evolución de la enfermedad.

## ¿Se puede silenciar el gen del Huntington?

El investigador del CSIC **José Javier Lucas**, quien lleva **30 años estudiando la enfermedad en el Centro de Biología Molecular Severo Ochoa**, se muestra optimista:

**Puedes leer: [Un nuevo hallazgo podría revolucionar el tratamiento de la leucemia](#)**

*"Estoy convencido de que acabará habiendo una cura para la enfermedad"*, afirmó en declaraciones a EFE.

En España, el **Hospital Virgen del Rocío de Sevilla** lidera el proyecto **Huntian**, un ensayo clínico basado en una terapia combinada con **tiamina y biotina** para frenar la enfermedad.

Otros ensayos en fase clínica buscan **"apagar" el gen responsable del Huntington (HTT)** mediante técnicas de "silenciamiento génico", un proceso complejo pero con resultados esperanzadores.

## La ciencia, única esperanza

Para **Ruth Blanco**, presidenta de la **Asociación Española Corea Huntington**, la única esperanza está en la ciencia:

*"Los hijos de los enfermos tienen un 50% de posibilidades de heredar la mutación. Es una condena vivir sabiendo cómo va a evolucionar tu progenitor y al mismo tiempo temer si te tocará a ti".*

La lucha de los pacientes no solo es contra la enfermedad, sino contra el **estigma, la discriminación y la falta de información**.

Por ello, investigadores y afectados han unido sus voces para exigir **más empatía, inversión en ciencia y acceso a información veraz**, con el objetivo de que el Huntington deje de ser una sentencia de muerte y se convierta en una enfermedad tratable.

WP Twitter Auto Publish Powered By : [XYZScripts.com](http://XYZScripts.com)

# Se presenta el libro "Mantén joven tu cerebro"

04/03/2025



Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad y la segunda de muerte en todo el mundo, lo que ha ido aumentando en los últimos años hasta alcanzar a más del 43% de la población mundial. Entre todas ellas, las más prevalentes son los ictus, las cefaleas (en particular la migraña), [la enfermedad de Alzheimer](#) y otras demencias y trastornos neurodegenerativos, la epilepsia y algunas neuropatías.

En España, más de 23 millones de personas padecen alguna de estas dolencias, con una prevalencia un 18% superior a la media mundial y un 1,7% superior a la de Europa occidental. Sin embargo, muchas de estas patologías neurológicas **son evitables**: el 40% de las demencias y el 90% de los accidentes cerebrovasculares se pueden prevenir con un entrenamiento adecuado del cerebro. Además de las pautas de alimentación, sueño y el ejercicio físico, el grado de complejidad en el trabajo, los idiomas que se hablan o las relaciones interpersonales directas tienen un papel relevante en la salud cerebral.

Con el objetivo de concienciar acerca de la prevención de las enfermedades neurológicas, la [Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#) ha presentado el libro 'Mantén joven tu cerebro', un documento clave para la promoción de hábitos saludables que contribuyen al cuidado del cerebro y la prevención de estas patologías.

Para el **Dr. Jesús Porta-Etessam**, jefe de Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz, presidente de la SEN y uno de los autores de la obra, "la salud cerebral no es algo de moda, sino una absoluta necesidad. Hoy la población goza de mayor longevidad, pero ello también conlleva más enfermedades neurológicas, por lo que es necesaria la concienciación para adoptar medidas de prevención y disminución del riesgo de enfermedades tan graves como la enfermedad de Alzheimer o tan devastadora como el ictus, que representa la primera causa de mortalidad en mujeres, y la segunda global o de discapacidad».





6.6 ° Santo Domingo, DO

f t o

Noticias

# El estigma e impacto de las enfermedades raras

0 2

Viven con **fecha de caducidad**, porque desde que aparecen los primeros síntomas hasta que mueren apenas pasan quince años, un periodo durante el que sufren una degradación física y cognitiva progresiva, pero lo hacen además luchando contra el **estigma** y el señalamiento social.



Son los pacientes -y sus familiares- de la **enfermedad de huntington**, una patología neurodegenerativa y hereditaria catalogada como "rara", aunque es una de las más prevalentes entre este tipo de enfermedades, ya que se estima que afecta a una de cada 10,000 personas en el mundo, y en España hay diagnosticadas unas 4,000 personas (cifra similar a la de pacientes con ELA) y 20,000 viven con la incertidumbre de saber si han heredado la fatal **mutación genética**.

Sus movimientos son cada vez más descontrolados, tienen problemas de equilibrio y hablan con dificultad y de una forma balbuceante; son los **síntomas** que sufren y proyectan los pacientes, y a menudo soportan por ello una profunda **discriminación** al ser confundidos con personas borrachas o drogadas. Y los testimonios de quienes han sido expulsados de un bar, de un autobús, de quienes no han sido atendidos en un banco o no han podido coger un taxi se amontonan.

Coincidiendo con la celebración del **Día Mundial de las Enfermedades Raras**, la Red española de **Enfermedades Raras** del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (**CSIC**) ha puesto en marcha una iniciativa pionera para conectar a pacientes y sus familiares con investigadores que han volcado su labor en el laboratorio en la búsqueda de tratamientos para combatir esas patologías.

La Sociedad Española de Neurología (**SEN**) ha puesto algunos datos sobre la mesa: se han definido más de 9,000 **enfermedades raras**, la mitad de ellas de tipo **neurológico**; afectan al 6% de la población mundial (a unos tres millones de personas en España); y no se conoce cura para el 95 por ciento de ellas.

## **Los efectos de un diagnóstico tardío**

La ausencia de **diagnóstico** -debido al desconocimiento que rodea estas patologías, a la dificultad de acceso a la información necesaria o a la localización de profesionales y de centros especializados- provoca una **demora** en la valoración que influye en el acceso a intervenciones terapéuticas y determina en

muchos casos un agravamiento de la **enfermedad** que se podría evitar o paliar.

**Ruth Blanco** conoció con 15 años el **diagnóstico** de **huntington** de su padre, que falleció cuando ella tenía 28; constató el progresivo deterioro que provoca esta **enfermedad** neurodegenerativa, que ella describe como un cóctel de parkinson, alzhéimer y ELA; comprobó y soportó el **estigma** y el señalamiento; y sobrellevó la incertidumbre del componente hereditario hasta que se hizo el test. Es negativo.

Hoy preside la Asociación Española Corea Huntington -el término corea tiene su origen en la palabra griega “choreía” (danza) y ella sonríe al comparar las manifestaciones de la **enfermedad** con “el baile de San Vito”-, desde la que trata de mejorar la vida de los pacientes y sus familias y de luchar contra el **estigma**, y habla de que la única **esperanza**, ante una **enfermedad** incurable, radica en la **ciencia** y en la investigación.

Ruth se ha vuelto a encontrar con José Javier Lucas, el **investigador** del **CSIC** que desde hace 30 años investiga el **huntington** en el Centro de Biología Molecular Severo Ochoa, y charlan de lo ilusionante y motivador que resulta para los investigadores poner cara a los pacientes que se podrían beneficiar de los **avances** que se atisban en los laboratorios.

## **¿Se puede “silenciar” el gen responsable de la enfermedad?**

Lucas no habla de certezas ni de plazos, **pero** sí de los esperanzadores ensayos que ya se están realizando y de los saltos que ya se han dado de la investigación básica a la clínica, para terminar

afirmando: "estoy convencido de que acabará habiendo una cura para la **enfermedad**".

En declaraciones a EFE, el **investigador** insiste en lanzar un mensaje optimista y positivo y en la existencia de varios **ensayos clínicos** en el mundo, entre ellos uno en España, coordinado desde el Hospital Virgen del Rocío de Sevilla (proyecto Huntian), que deriva de una investigación realizada en su laboratorio y se basa en una **terapia combinada** de dos vitaminas (tiamina y biotina) en pacientes con la **enfermedad**.

Otros ensayos, también en fase clínica, buscan el **"silenciamiento génico"** o "apagar" el gen responsable de la **enfermedad** (el gen "HTT" localizado en el cromosoma 4 y que tiene las instrucciones para producir la proteína llamada huntingtina), un objetivo muy difícil desde el punto de vista científico y técnico pero que nace de una prueba de concepto realizada en su laboratorio hace 25 años.

Probaron en un modelo animal (un ratón) la posibilidad de "encender" o de "apagar" el gen que arrastra esa **mutación** para demostrar que es posible revertir la **enfermedad** frenando la expresión de ese gen; varios ensayos en el mundo están tratando de lograrlo y los resultados son esperanzadores.

## **Toda la esperanza está en la ciencia**

"Toda nuestra **esperanza** está en la **ciencia**", ha manifestado a EFE **Ruth Blanco**, y ha valorado el compromiso y el esfuerzo de los investigadores para conocer mejor la **enfermedad**, así como los recursos que se están destinando para encontrar dianas terapéuticas o tratamientos que consigan

frenar y hasta revertir la **enfermedad**.

Los hijos de los enfermos de **huntington** tienen un 50 por ciento de posibilidades de **heredar** esa **mutación genética**, ha explicado **Ruth Blanco**, y se ha detenido a detallar la trascendencia de vivir la **enfermedad** de un progenitor sabiendo que tiene “**fecha de caducidad**” y conociendo cómo va a evolucionar, pero también de vivir la incertidumbre de esa herencia o de conocer el **diagnóstico** cuando ya tienes un proyecto vital estructurado (familia, hijos, trabajo, hipoteca, etc).

Los pacientes y sus familiares han conocido así los **avances** de la **ciencia** tras varias décadas de investigación y los científicos se han acercado a las inquietudes y las esperanzas de los enfermos.

Ellos han puesto en común conocimientos y **sentimientos**, y han lanzado un mensaje atronador reclamando la empatía de la sociedad, inversiones, una mayor información que evite la confusión y que se destierren todos los estigmas asociados a cualquier **enfermedad**.

*Fehaciente, fidedigno y fácil.  
Agencia de noticias multimedia en  
español.*

[Fuente](#)



Publicidad

## La SEN publica un nuevo manual de recomendaciones diagnósticas y terapéuticas acerca del párkinson

El objetivo del manual es analizar de manera global la enfermedad de acuerdo a los últimos avances teniendo en cuenta la nueva clasificación evolutiva del párkinson



Persona con párkinson, que afecta a un 15% de los menores de 50 años. (Foto: Hospital Universitario La Luz)

**CS** REDACCIÓN CONSALUD  
6 MARZO 2025 | 09:45 H

[X](#) [f](#) [m](#) [in](#)

Archivado en:

PÁRKINSON · NEUROLOGÍA · SEN

**La Sociedad Española de Neurología (SEN) acaba de publicar una nueva edición del "Manual SEN de Recomendaciones Diagnósticas y Terapéuticas en Enfermedad de Parkinson", un libro de referencia en la práctica clínica y que periódicamente se actualiza para incorporar los últimos avances clínicos y terapéuticos.**

Coordinado por los **Dres. Mariana Hernández González Monje, Silvia Jesús Maestre, Juan Carlos Gómez Esteban** y **Álvaro Sánchez Ferro**, para su elaboración ha contado con la participación de numeroso expertos en **trastornos del movimiento**, miembros del **Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la SEN**, con el objetivo de proporcionar la mejor información y evidencia a los profesionales involucrados en la atención sanitaria de las personas afectadas por parkinson.

En esta nueva edición se han adaptado los criterios de evaluación de la evidencia y recomendaciones. Además, se ha incorporado la información más reciente sobre la evidencia disponible en el momento actual, ampliándose algunos capítulos sobre todo los referentes a terapias no farmacológicas y cuidados paliativos, que han tenido bastante desarrollo en los últimos tiempos y que son al menos tan importantes como los abordajes diagnósticos y terapéuticos más tradicionales. Y "se ha añadido un algoritmo de tratamiento para la enfermedad de Parkinson en fases no iniciales/no avanzadas, donde también ha habido abundantes desarrollos terapéuticos", explica el **Dr. Álvaro Sánchez Ferro, Coordinador del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología**.

***El objetivo del manual es analizar de manera global la enfermedad de acuerdo a los últimos avances teniendo en cuenta la nueva clasificación evolutiva del parkinson***

Desde su primera edición en los años 90, el objetivo del "Manual SEN de Recomendaciones Diagnósticas y Terapéuticas en Enfermedad de Parkinson" ha sido analizar de una manera global esta enfermedad de acuerdo a los avances que se han vivido en los últimos años. Por ello, en este manual se tiene en cuenta la **nueva clasificación evolutiva de la enfermedad**, que integra aspectos motores, no motores, cognitivos y la dependencia del paciente, y ayuda a entender los subtipos evolutivos, valorando la presencia de la α-sinucleína, la **neuroimagen** y los genes, siguiendo la corriente más actual de intentar entender la enfermedad como un síndrome clínico relacionado con distintas alteraciones.

"Otro aspecto fundamental del Manual es haber recogido todos los avances terapéuticos que estamos viviendo, especialmente para las fases avanzadas de la enfermedad. Esta complejidad de recursos nos obliga a tener un conocimiento global y actualizado de la enfermedad y de todas las opciones que podemos aportar a nuestros pacientes, tanto farmacológicas como no farmacológicas", señala el **Dr. Jesús Porta-Etessam, Presidente de la Sociedad Española de Neurología**.

Sin embargo, el Dr. Porta-Etessam recuerda que, a pesar de los grandes avances, la enfermedad de Parkinson es **una enfermedad degenerativa**. Por ello, "deberemos acompañar al paciente a lo largo de su vida, tener conocimientos sobre los cuidados al final de la vida y ser conscientes de la importancia de saber reconocer las

**“Tener en cuenta las necesidades de la enfermedad y valorar la planificación de los cuidados necesarios.”**

Los contenidos de ConSalud están elaborados por periodistas especializados en salud y avalados por un comité de expertos de primer nivel. No obstante, recomendamos al lector que cualquier duda relacionada con la salud sea consultada con un profesional del ámbito sanitario.

Publicidad

**Te puede gustar**

Enlaces Promovidos por Taboola

**PortAventura al mejor precio**

PortAventura World

[Compra ahora](#)

**Los gobiernos te instalan placas solares casi gratis si eres propietario en estas provincias**

[solar-eco.es](http://solar-eco.es)

**Los ancianos en San Sebastián De Los Reyes tienen derecho a audífonos invisibles este mes**

hearclear

**Nuevo Honda Jazz e:HEV. El híbrido urbano más versátil.**

Honda

[Más información](#)

**Tu seguro de salud ahora con hasta 6 meses GRATIS .**

Aegon

[Haz clic aquí](#)

**Consigue audífonos de alta calidad sin gastar ni un solo centavo**

Top Audífonos

PUBLICIDAD

SALUD Y BIENESTAR

## La especia que puedes incluir en tu cena antes de irte a la cama para dormir mejor: "Es muy importante para el sueño"

Los remedios naturales para dormir han ganado mucha popularidad en nuestro país y se están convirtiendo, cada día más, en las opciones más socorridas por muchos españoles



 'Herrera en COPE'

Javier Albares, neurofisiólogo clínico y experto en sueño



Patricia Blázquez Serna

Publicado el 04 mar 2025, 13:54

3 min lectura

Más directos



COPE emisión nacional

**HERRERA EN COPE**

Con Carlos Herrera



ación

# **Jesús Porta Etessam, neurólogo: "En la salud cerebral no todo es dopamina, hay cosas mucho más complejas"**

**Bienestar**

🕒 Fact Checked

Se estima que más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18% superior respecto a la media mundial y también un 1,7% superior a la media de los países occidentales europeos. Decir que el deporte cura la depresión o que la dopamina es la clave de todo es un mensaje simplista. El neurólogo ha escrito un libro para aclarar muchas dudas al respecto desde la ciencia.

Actualizado a: Miércoles, 5 Marzo, 2025 11:28:10 CET



*Jesús Porta-Etessam, presidente de la Sociedad Española de Neurología y jefe de Servicio de Neurología del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz de Madrid (Foto: SEN)*



Joanna Guillén Valera

La salud cerebral está de moda. Cada vez hay más divulgadores que hablan de qué hacer para mejorar la salud del cerebro y para prevenir enfermedades neurológicas y, aunque muchos de estos consejos son buenos para la salud cerebral hay otros que no tienen evidencia científica o **son demasiado simplistas**, sobre todo, cuando se habla de enfermedades neurológicas. Así lo apunta **Jesús Porta-Etessam**, presidente de la Sociedad Española de Neurología y jefe de Servicio de Neurología del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz de Madrid y autor del libro *Salud cerebral: mantén joven tu cerebro*, un documento **"dirigido a promocionar la salud cerebral desde la evidencia científica"**.

Y es que, **"no solo es importante saber qué hacer para cuidar la salud del cerebro sino también qué consejos tienen evidencia científica y funcionan"**. Ahora mismo, señala, "en neurociencias, hay mucha divulgación recreativa con ideas superficiales sobre aspectos complejos y esto no es bueno". Ya que, **"en el caso de las enfermedades neurodegenerativas la realidad es más dura y difícil"**. Al igual que ocurre con la obesidad y que "para adelgazar no solo hay que hacer ejercicio sino que hay otros factores más complejos y que impiden perder peso, en el caso de las enfermedades cerebrales, **no todo es dopamina**, también hay cosas más complejas".

De hecho, **"se estima que más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica"**, con una prevalencia un 18% superior respecto a la media mundial y también un 1,7% superior a la media de los países occidentales europeos".

Esto, recuerda, "conlleva una considerable carga en discapacidad, con 1,5 millones de años de vida ajustados por discapacidad perdidos por enfermedades neurológicas, siendo las responsables del 44% de la discapacidad por enfermedad crónica".

Por ello, el neurólogo cree indispensable **"transmitir la realidad científica que hay y transmitirlo a todos"**.

## El ejercicio ayuda pero no cura la depresión

Algunos de los mensajes más habituales entre los divulgadores son los que se relacionan con el estilo de vida, en concreto, con la alimentación y el ejercicio físico. Es cierto que el ejercicio tiene muchos beneficios para el cerebro pero es importante señalar también que **"el ejercicio, por sí solo, no cura la depresión"**, aunque sí ayuda a que estemos más felices y es clave para el neurodesarrollo. Además, como se recoge en el libro, "también es capaz de prevenir y mejorar los

síntomas de múltiples problemas neurológicos que pueden aparecer en edades medias y avanzadas de la vida".

Entre otras cosas, el ejercicio físico:

- Se relaciona con un menor riesgo de ictus.
- Previene la demencia de cualquier causa y, en particular la enfermedad de Alzheimer.
- Se considera el factor protector más potente de la enfermedad de Parkinson.

¿Por qué mejora la función cerebral el ejercicio? Según los autores del libro, "uno de los procesos mejor conocidos por los que el ejercicio mejora la función cerebral es que induce la producción de sustancias neurotróficas o neurotrofinas". Las neurotrofinas "son moléculas que regulan la proliferación y el desarrollo de las células del sistema nervioso, manteniendo una adecuada regeneración del tejido cerebral".

Lo más destacable de esta molécula, informan, **"es el factor de crecimiento derivado del cerebro**. Numerosos estudios han visto que el ejercicio de intensidad al menos moderada aumenta los niveles en sangre de estos factores de crecimiento y se asocia con una mejor función cognitiva".

En conjunto, "los efectos neurotróficos o potenciadores del desarrollo cerebral asociados al ejercicio físico contribuyen al desarrollo de la reserva cerebral". ¿Qué es la reserva cerebral? "Es un mecanismo de resiliencia que se define por el capital neurobiológico que vamos acumulando a lo largo de la vida, es decir, número de neuronas, número de conexiones cerebrales, volumen cerebral y reserva vascular, entre otros".

Pero el ejercicio no sólo es bueno para el desarrollo neuronal, sino que también, **"presenta un efecto antioxidante cerebral"**.

## Te recomendamos

Enlaces promovidos por Taboola

Así es la tiroiditis de Hashimoto, la enfermedad que padece Susana Saborido

Cuídate Plus

¿Cuánto sabes sobre la obesidad? Descúbrelo con este quiz de la SEEDO

Cuídate Plus

El origen de la tensa relación entre Joaquín y su cuñado, José Manuel Saborido, estaría en un préstamo que el futbolista le hizo

El Mundo

[Portada](#) > [Actualidad](#) > [Salud](#)[ENFERMEDADES RARAS](#) | [SEGUIR TEMA +](#)

# Vivir con fecha de caducidad y combatir (además) el estigma

- Se han definido más de 9,000 enfermedades raras, la mitad de ellas de tipo neurológico que afectan al 6% de la población mundial

**EFE**

Madrid - mar. 04, 2025 | 10:56 a. m. | 7 min de lectura



La CSIC ha puesto en marcha una iniciativa pionera para conectar investigadores que han volcado su labor en el laboratorio en la enfermedades raras. (**FREEPIK**)

Utilizamos cookies propias y de terceros para obtener datos estadísticos de la navegación de nuestros usuarios y mejorar nuestros servicios. Esto nos permite personalizar el contenido que ofrecemos y mostrar publicidad relacionada a sus intereses. Si continúa navegando, consideraremos que acepta su uso.

[Acepto el uso de cookies](#)[Más información](#)

cognitiva progresiva, pero lo hacen además luchando contra el **estigma** y el señalamiento social.

Son los pacientes -y sus familiares- de la **enfermedad de huntington**, una patología neurodegenerativa y hereditaria catalogada como "rara", aunque es una de las más prevalentes entre este tipo de enfermedades, ya que se estima que afecta a una de cada 10,000 personas en el mundo, y en España hay diagnosticadas unas 4,000 personas (cifra similar a la de pacientes con ELA) y 20,000 viven con la incertidumbre de saber si han heredado la fatal **mutación genética**.

Sus movimientos son cada vez más descontrolados, tienen problemas de equilibrio y hablan con dificultad y de una forma balbuceante; son los **síntomas** que sufren y proyectan los pacientes, y a menudo soportan por ello una profunda **discriminación** al ser confundidos con personas borrachas o drogadas. Y los testimonios de quienes han sido expulsados de un bar, de un autobús, de quienes no han sido atendidos en un banco o no han podido coger un taxi se amontonan.

Coincidiendo con la celebración del **Día Mundial de las Enfermedades Raras**, la Red española de **Enfermedades Raras** del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (**CSIC**) ha puesto en marcha una iniciativa pionera para conectar a pacientes y sus familiares con investigadores que han volcado su labor en el laboratorio en la búsqueda de tratamientos para combatir esas patologías.

La Sociedad Española de Neurología (**SEN**) ha puesto algunos datos sobre la mesa: se han definido más de 9,000 **enfermedades raras**, la mitad de ellas de tipo **neurológico**; afectan al 6% de la población mundial (a unos tres millones de personas en | 

Utilizamos cookies propias y de terceros para obtener datos estadísticos de la navegación que permite personalizar el contenido que ofrecemos y mostrar publicidad relacionada a su uso.

Watch More 

00:02

02:00

Acepto el uso de cookies 

## Los efectos de un diagnóstico tardío

La ausencia de **diagnóstico** -debido al desconocimiento que rodea estas patologías, a la dificultad de acceso a la información necesaria o a la localización de profesionales y de centros especializados- provoca una **demora** en la valoración que influye en el acceso a intervenciones terapéuticas y determina en muchos casos un agravamiento de la **enfermedad** que se podría evitar o paliar.

**Ruth Blanco** conoció con 15 años el **diagnóstico de huntington** de su padre, que falleció cuando ella tenía 28; constató el progresivo deterioro que provoca esta **enfermedad** neurodegenerativa, que ella describe como un cóctel de parkinson, alzhéimer y ELA; comprobó y soportó el **estigma** y el señalamiento; y sobrellevó la incertidumbre del componente hereditario hasta que se hizo el test. Es negativo.

Hoy preside la Asociación Española Corea Huntington -el término corea tiene su origen en la palabra griega "choreía" (danza) y ella sonríe al comparar las manifestaciones de la **enfermedad** con "el baile de San Vito"-, desde la que trata de mejorar la vida de los pacientes y sus familias y de luchar contra el **estigma**, y habla de que la única **esperanza**, ante una **enfermedad** incurable, radica en la **ciencia** y en la investigación.

Ruth se ha vuelto a encontrar con José Javier Lucas, el **investigador** del **CSIC** que desde hace 30 años investiga el **huntington** en el Centro de Biología Molecular Severo Ochoa, y charlan de lo ilusionante y motivador que resulta para los investigadores poner cara a los pacientes que se podrían beneficiar de los **avances** que se atisban en los laboratorios.

## ¿Se puede "silenciar" el gen responsable de la enfermedad?

Lucas no habla de certezas ni de plazos, **pero** sí de los esperanzadores ensayos que ya se están realizando y de los saltos que ya se han dado de la investigación básica a la clínica, para terminar afirmando: "estoy convencido de que acabará habiendo una cura para la **enfermedad**".

En declaraciones a EFE, el **investigador** insiste en lanzar un mensaje optimista y positivo y en la existencia de varios **ensayos clínicos** en el mundo, entre  Hospital Virgen del Rocío de Sevilla (proyecto Huntian), que su laboratorio y se basa en una **terapia combinada** de pacientes con la **enfermedad**.

Otros ensayos, también en fase clínica, buscan el "silencio" responsable de la **enfermedad** (el gen Huntington localizado en instrucciones para producir la proteína llamada huntingtina) de vista científico y técnico pero que nace de una prueba de concepto realizada en su laboratorio hace 25 años.

Watch More 

02:00



Probaron en un modelo animal (un ratón) la posibilidad de "encender" o de "apagar" el gen que arrastra esa **mutación** para demostrar que es posible revertir la **enfermedad** frenando la expresión de ese gen; varios ensayos en el mundo están tratando de lograrlo y los resultados son esperanzadores.

## Toda la esperanza está en la ciencia

"Toda nuestra **esperanza** está en la **ciencia**", ha manifestado a EFE **Ruth Blanco**, y ha valorado el compromiso y el esfuerzo de los investigadores para conocer mejor la **enfermedad**, así como los recursos que se están destinando para encontrar dianas terapéuticas o tratamientos que consigan frenar y hasta revertir la **enfermedad**.

Los hijos de los enfermos de **huntington** tienen un 50 por ciento de posibilidades de **heredar** esa **mutación genética**, ha explicado **Ruth Blanco**, y se ha detenido a detallar la trascendencia de vivir la **enfermedad** de un progenitor sabiendo que tiene "**fecha de caducidad**" y conociendo cómo va a evolucionar, pero también de vivir la incertidumbre de esa herencia o de conocer el **diagnóstico** cuando ya tienes un proyecto vital estructurado (familia, hijos, trabajo, hipoteca, etc).

Los pacientes y sus familiares han conocido así los **avances** de la **ciencia** tras varias décadas de investigación y los científicos se han acercado a las inquietudes y las esperanzas de los enfermos.

Ellos han puesto en común conocimientos y **sentimientos**, y han lanzado un mensaje atronador reclamando la empatía de la sociedad, inversiones, una mayor información que evite la confusión y que se destierren todos los estigmas asociados a cualquier **enfermedad**.

## RELACIONADAS

Un estudio sobre la resistencia a fármacos del cáncer abre la puerta a nuevas terapias

### TEMAS -

[ENFERMEDADES RARAS](#)

### CIENCIA

[Un estudio sobre la resistencia a fármacos del cáncer abre la puerta a nuevas terapias](#)[SEGUIR TEMA +](#)[ESTIGMA](#)[SEGUIR TEMA +](#)[SEN](#)[SEGUIR TEMA +](#)[CSIC](#)[SEGUIR TEMA +](#)[DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS](#)[SEGUIR TEMA +](#)**EFE****EFE***Fehaciente, fidedigno y fácil. Agencia de noticias multimedia en español.*

## TE PUEDE INTERESAR



Utilizamos cookies propias y de terceros para obtener datos estadísticos de la navegación que permite personalizar el contenido que ofrecemos y mostrar publicidad relacionada a su uso.

Watch More s su

00:02

02:00

Acepto el uso de cookies





## ¿Sufres insomnio? Estos nuevos auriculares se presentan como tu solución perfecta para combatirlo

La tecnología vuelve a ser la salvadora

MARTA DEL AMO

06/03/2025, a las 06:18

Comparte:

Tener una **buen horario de sueño** parece algo más que complicado para algunos. **Dormir 8 horas diarias** se ha establecido como uno de los requisitos fundamentales para tener una buena salud, sobre el cual coinciden numerosos expertos. Aun así, son muchos los que lidian con esta lucha nocturna que les complica conciliar el sueño, conocida como **insomnio**.



• Cadena Dial  
Cadena Dial Con Rafa Cano



► DIRECTO

tecnología, como siempre, ha hecho de las suyas ofreciendo una alternativa que promete ser perfecta.



Getty

## Los auriculares perfectos para acabar con tu insomnio

Se trata de los **For me buds**, los cuales han sido diseñados para ayudar a conciliar el sueño. No obstante, también cumplen con la función habitual de unos auriculares. Este aparato emite un sonido que se **sincroniza con las ondas cerebrales** a través de ritmos personalizados. De hecho, en su aplicación contiene un catálogo con más de **100 ritmos binaurales dinámicos** para ayudarte a encontrar el que mejor se adapte a ti y a tus necesidades.

Estos **tonos binaurales** corresponden a una tecnología que sincroniza las ondas anteriormente mencionadas, ofreciendo diversas frecuencias por cada auricular. Un estudio publicado en la revista **Oxford Sleep** respalda el uso de esta misma tecnología, de lo que se han hecho eco los responsables del producto.



• Cadena Dial  
Cadena Dial Con Rafa Cano



► DIRECTO



Además, con su función de cancelación activa de ruido, consigue bloquear el ruido externo hasta 40 dB. De hecho, incluso cambia el volumen de los sonidos, según sea la intensidad de tu sonido ambiente. Con un diseño que permite dormir con ellos, incluso hasta cuando se duerme de lado. La **comodidad es un elemento fundamental** a la hora de dormir, es por ello, que incluyen hasta 6 diferentes almohadillas para que encuentres la que mejor se adapte a tu fisionomía.

MÁS SOBRE:

**Auriculares • Insomnio****Contenido Patrocinado**

La nueva plataforma de segunda mano de IKEA. Nos encantan los precios bajos, aunque no sean nuestros.

IKEA | Patrocinado

[Haz clic aquí](#)

Adiós a los audífonos caros (si tiene más de 60 años)

Hear Clear | Patrocinado

[Haz clic aquí](#)

Disfruta de una escapada de Semana Santa en la ciudad.

Únete al programa MeliáRewards y disfruta de ofertas exclusivas. ¡Te esperamos! Escapadas perfectas para Semana Santa. Hasta un 25% en dto.

Meliá Hotels | Patrocinado

[Reservar Ahora](#)

Difícil de creer: Este es el precio real de los audífonos en San Sebastián De Los Reyes

Hear Clear

El aluvión de críticas a Marta López tras presumir de anillo de bodas: todos coinciden en lo mismo - Cadena Dial

Cadena Dial

¿Ordenador lento? Hay una forma de acelerarlo entre un 30 y un 40%

Outbyte Driver Updater

[Haz clic aquí](#)

Oficial : El gobierno te instala paneles solares si eres propietario en estas provincias

Descubre si tu vivienda unifamiliar es elegible

solar-eco.es | Patrocinado

[Más información](#)

DACIA BIGSTER

CON BIGSTER, AHORRA HASTA UN 40% DE COMBUSTIBLE, CONFIGÚRALO A TU GUSTO

Dacia | Patrocinado

Preparado para todo con hasta 10 años de garantía

Estrena el Nissan X-Trail con una oferta exclusiva

Nissan X-Trail | Patrocinado

[Obtén ofertas](#)

Relájate en un resort frente al mar

RIU Hotels &amp; Resorts

[Haz clic aquí](#)

"Como me metas la lengua te reviento": Blanca Romero para los pies a Xavier Deltell por esta broma de mal gusto en 'MasterChef'

Cadena SER

Los gobiernos te instalan placas solares casi gratis si eres propietario en estas provincias

solar-eco.es

[Más información](#)

"Falleció estando yo en el programa": Álvaro Muñoz Escassi rompe a llorar en la final de 'MasterChef Celebrity 8'

Cadena SER

Ábrete paso con hasta 10 años de garantía

Nissan X-Trail

[Ver más](#)

Almudena Cid se sincera sobre su nueva relación: "Estoy redescubriendo lo que es el amor"

Cadena SER

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

Valor de la vivienda | Patrocinado



• Cadena Dial

Cadena Dial Con Rafa Cano





¿SABÍAS QUE LA **MIGRAÑA** TIENE UN **ALTO IMPACTO**  
EN LA CALIDAD DE VIDA **TAMBIÉN**  
**ENTRE CRISIS?**

 ORGANON**Saber más**

//banner1.gruposaned.com/www/delivery/ck.php?oaparams=2\_\_bannerid=406\_\_zoneid=346\_\_cb=34c5ae96df\_oadest=https%3A%2F%2Forganonpro.com%2Fes-3%3Futm\_source%3Dmedico\_interactivo%26utm\_medium%3Ddisplay%26utm\_campaign%3Dgeneral\_neurologia%26utm\_content%3Dbanner\_migrana%26imtoke

## ESPECIAL ELECCIÓN MIR '25. Por qué elegir Neurología

Jesús Porta Etessam, presidente de la SEN



Clara Simón

6 de marzo 2025, 9:31 am

El presidente de la **Sociedad Española de Neurología** (SEN (<https://www.sen.es/>)), **Jesús Porta Etessam**, comenta algunas razones por las que decantarse por la especialidad de Neurología de cara a la elección de los futuros médicos internos residentes.

- Especialidad muy extensa: no sólo se ocupa del cerebro, sino también de las enfermedades de la médula, las meninges, los nervios, etc.
- De las pocas especialidades donde el método clínico sigue siendo fundamental.

- Requiere disponer de grandes conocimientos de genética, de proteómica, de imagen, entre otras disciplinas y técnicas.
- Especialidad en la que el paciente tiene una vertiente de sufrimiento importante y como especialistas se les puede ayudar y cambiar la vida de las personas.
- Actualmente, la especialidad se encuentra en un momento único en cuanto avances tecnológicos y terapéuticos

"El siglo XXI es considerado el siglo de la Neurología por todos los avances tanto diagnósticos como terapéuticos que estamos viviendo", señala el presidente.

X f in ⊞

**Los pacientes consideran que ha faltado información útil sobre biosimilares (<https://elmedicointeractivo.com/los-pacientes-informacion-util-sobre-biosimilares/>)**

**Expertos proponen realizar cambios estructurales en políticas de salud para combatir la obesidad (<https://elmedicointeractivo.com/proponen-expertos-realizar-cambios-estructurales-politicas-salud-combatir-obesidad/>)**

## ÁREAS CLÍNICAS



Vitílico (<https://elmedicointeractivo.com/blog/section/el-medico-interactivo/noticias/vitiligo/>)



Patología respiratoria crónica (<https://elmedicointeractivo.com/blog/section/patologia-respiratoria-cronica/>)



Depresión (<https://elmedicointeractivo.com/blog/section/el-medico-interactivo/noticias/depresion/>)



Prevención de suicidio (<https://elmedicointeractivo.com/blog/section/el-medico-interactivo/noticias/prevencion-suicidio/>)

# LA VENTANA DE EMI

## SALUD

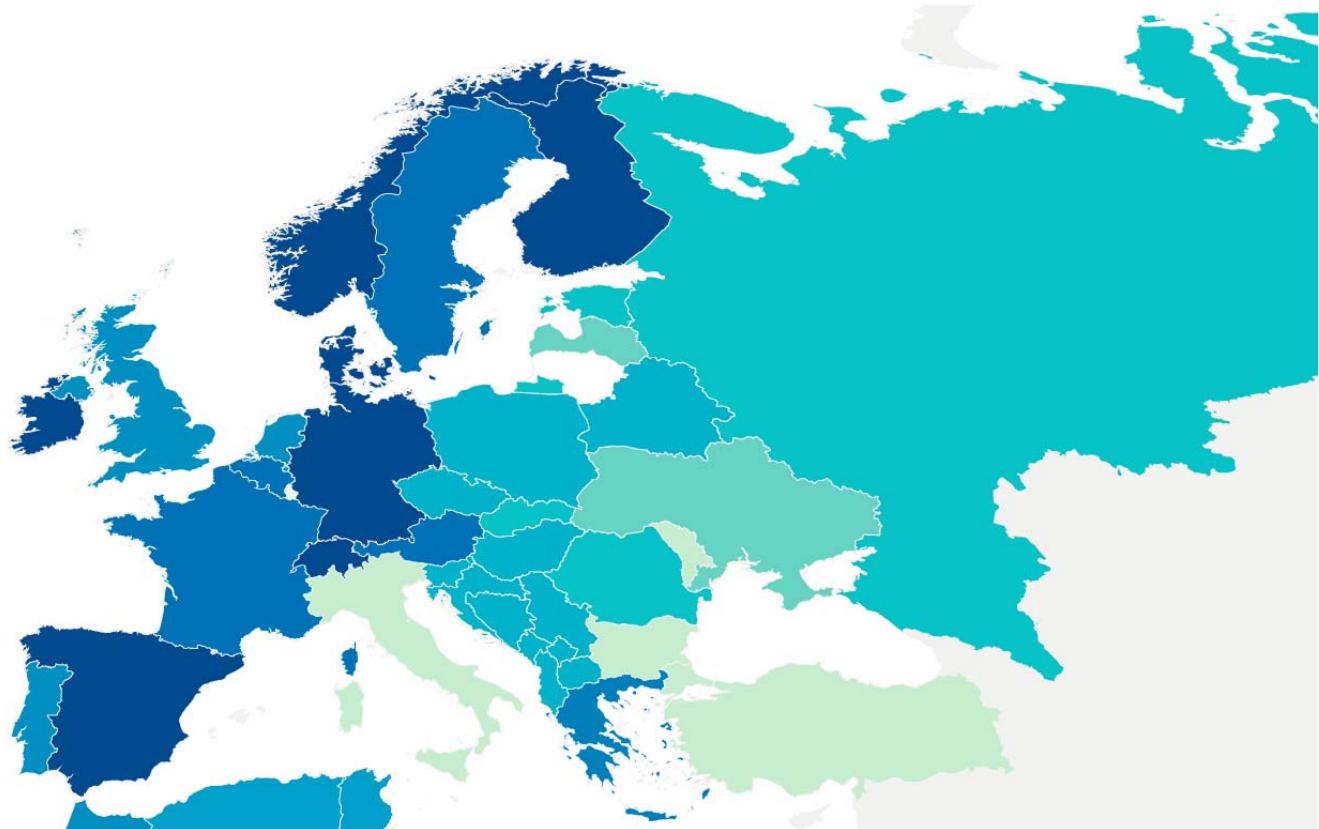
**Los casos de párkinson alcanzarán la cifra de 25 millones en 2050 impulsados por el envejecimiento: "Supone un gran desafío de salud pública"**

La enfermedad neurodegenerativa crecerá a escala global un 112% en 2050 con respecto a 2021, según las últimas estimaciones publicadas en 'The BMJ'

  1 comentario

## PREVALENCIA DE PARKINSON PARA 2050 EN EUROPA POR CIEN MIL HABITANTES

● >200 ● 180-200 ● 160-180 ● 140-160 ● 120-140 ● 100-200 ● 90-100 ● 80-90 ● 70-80 ● 60-70 ● <60



**C. G. Lucio, Emilio Amade**

Texto, Gráficos

Actualizado Jueves, 6 marzo 2025 - 00:30

En el año 2050 vivirán en el mundo 25,2 millones de personas con la **enfermedad de párkinson**, más del doble de las que lo hacían en 2021. Así lo estima una investigación que prevé un incremento global en la prevalencia de la enfermedad debido, fundamentalmente, al envejecimiento de la población.

El párkinson es una enfermedad neurodegenerativa que provoca la muerte de neuronas en una parte del cerebro, lo que limita la disponibilidad cerebral de la **dopamina**, un neurotransmisor clave para el control del movimiento. Se trata de la segunda enfermedad neurodegenerativa más frecuente, solo por detrás del alzhéimer, y a día de hoy no tiene cura.

Un equipo de investigadores dirigidos por **Tao Feng**, del Hospital Tiantan de Pekín (China), ha llevado a cabo, mediante diferentes modelos de estimaciones, una proyección de lo que ocurrirá en las próximas décadas con la enfermedad, teniendo en cuenta los **datos de 195 países**. Según sus previsiones, en 2050 la carga de la enfermedad crecerá significativamente en todas las regiones estudiadas, alcanzando una cifra global de 267 casos por 100.000 habitantes en 2050, si bien hay importantes diferencias geográficas a tener en cuenta.

Los detalles publicados en el último número de la revista **British Medical Journal** muestran que el envejecimiento será la principal causa (89%) del aumento de la prevalencia de la enfermedad, seguido del crecimiento de la población (20%) y que los mayores incrementos en el número de casos se producirán en los países de Asia Oriental, en varones y en naciones de medianos ingresos.

De cualquier forma, se prevé que el top 10 de países con más casos en 2050 lo conformen China, La India, EEUU, Alemania, Brasil, Indonesia, Francia, España, México y Reino Unido, un elenco en el que figuran varios países -como España- del llamado primer mundo. Según los datos del trabajo, en España en 2050 habrá 351.000 casos de la

## ADVERTENCIA

La información que figura en esta edición digital está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que se requiere una formación especializada para su correcta interpretación.

## YOUTUBE



### SUSCRÍBETE A NUESTRO CANAL

YouTube 999+

## WEBINARS



Consulta los últimos webinars en nuestra página, dónde podrás visualizar los contenidos anteriores

## CURSOS



### CAMPUS FARMACOSALUD

Portal de formación online. Ponte en contacto con nosotros para cualquier duda en nuestro mail [cursos@campusfarmacosalud.com](mailto:cursos@campusfarmacosalud.com)



para

AS

libro  
idado  
Jesús  
nénez  
ía del  
rvous  
erente  
de la

<https://www.farmacosalud.com> está inscrita como soporte válido en el Registro de la Generalitat de Catalunya, Departamento de Salud.

Actualizado a fecha 17/07/2022 con el código **farmacosalud-2VHB9XVC3**.

**FARMACOSALUD.COM** es un medio de comunicación que difunde información médico-sanitaria dirigida a profesionales sanitarios, por lo que **NO RESPONDEMOS** a consultas concretas sobre casos médicos o asistenciales particulares. Las noticias que publicamos no sustituyen a la información, el diagnóstico y/o tratamiento o a las recomendaciones **QUE DEBE FACILITAR UN PROFESIONAL SANITARIO** ante una situación asistencial determinada.

**FARMACOSALUD.COM** no se hace responsable ni considera como propias, las opiniones vertidas por los profesionales en la citada web, desde declaraciones, podcasts, videos a publicaciones científicas que vienen firmadas por autor.

[Política de privacidad](#)

[Política de cookies](#)

[Contacto](#)

© 2025 FARMACOSALUD



aumentando en los últimos años. Se estima que afectan a 3.400 millones de personas, lo que supone más del 43% de la población mundial. Entre todas ellas, las que son más prevalentes son las responsables de millones de años perdidos con discapacidad: los ictus, las cefaleas y en particular la migraña, la enfermedad de Alzheimer y otras demencias y trastornos neurodegenerativos, la epilepsia o algunas neuropatías”.

**En Europa, el coste de la discapacidad neurológica asciende a más de un billón de euros**

“Se estima que el 15% de la población mundial, es más 1.000 millones de personas, sufren algún tipo de discapacidad, y casi el 50% de estas discapacidades

[Privacidad - Términos](#)

Fuente: SEN / Adamed Pharma / BERBÉS

causadas por enfermedades neurológicas. En Europa, se calcula que el coste es superior al billón de euros, una cifra que equivale al coste total de lo que supusieron todas las enfermedades cardíacas, cáncer y diabetes en su conjunto", agrega.

Por su parte, el Dr. Porta-Etessam subraya: "en España, la situación no es diferente. Se estima que más de 23 millones de personas padecen algún tipo de afección neurológica, con una prevalencia un 18% superior respecto a la media mundial y también un 1,7% superior a la media de los países occidentales europeos. Ello conlleva una considerable carga por discapacidad, con 1,5 millones de años de vida ajustados por discapacidad perdidos por enfermedades neurológicas, siendo éstas las responsables del 44% de discapacidades por patología crónica".

"Durante años -prosigue-, la SEN y sus miembros nos hemos centrado en mejorar la asistencia neurológica de todas las patologías neurológicas, pero somos conscientes de que muchas de estas enfermedades son prevenibles (por ejemplo, hasta el 40% de las demencias y el 90% de los accidentes cerebrovasculares) y que un cerebro más sano es menos vulnerable para desarrollar afecciones. Por ello creímos fundamental publicar esta monografía, para promocionar la salud cerebral, porque entendemos que la salud del cerebro no es sólo la ausencia de enfermedad, sino que implica también centrarse en cada persona y en la promoción, prevención, tratamiento, atención y rehabilitación de las enfermedades neurológicas".

#### Alimentación, ejercicio físico...

Francisco Javier Domingo, Corporate Affairs Head de Adamed Laboratorios, resalta el compromiso de la compañía con la promoción de la salud y la educación sanitaria: "nuestra colaboración con la Sociedad Española de Neurología refuerza nuestro compromiso con la promoción de la salud y la educación sanitaria. Creemos que este libro será un referente en la prevención neurológica".



(de izq. a dcha): Dr. José Miguel Láinez, Mercedes Navío Acosta, Dr. Jesús Porta-Etessam y Francisco Javier Domingo

Autor/a de la imagen: Salvador Soria Rubio

Fuente: SEN / Adamed Pharma / BERBÉS

'Mantén joven tu cerebro' aborda temas esenciales como:

- ✓ Alimentación equilibrada para la salud cerebral.
- ✓ Ejercicio físico y su impacto en la neuroprotección.
- ✓ Descanso adecuado y su influencia en la memoria.

- ✓ Estimulación cognitiva y técnicas para fortalecer la mente.
- ✓ La interacción social como factor clave en la prevención del deterioro cognitivo.

Además, el libro ofrece estrategias específicas para la prevención del Alzheimer y otras patologías neurológicas relacionadas con el envejecimiento. El manual será distribuido por [Adamed Laboratorios](#) a los neurólogos en España, y estará disponible para el resto de los profesionales sanitarios y pacientes a través de la [Sociedad Española de Neurología](#).

## Compartir

## NEWSLETTER

Suscríbase a nuestra Newsletter y reciba el contenido más relevante de farmacosalud

Correo
Nombre
Apellidos
Especialidad
Nº de Colegiado
España
Provincia
Ciudad
Centro de Trabajo

He leído y acepto las [condiciones legales](#)

Enviar

**FARMACOSALUD TV**

HOME / ESTAR BIEN

DIETA

## La fruta que deberías comer por la noche para dormir bien, según una nutricionista

Hay una fruta que es perfecta para tomar por la noche y que no solo cuida de tu salud, también te ayuda a dormir bien. Eso sí, siempre que lleves una dieta global saludable



© Getty Images

The image is a screenshot of a medical website. At the top, there is a banner for 'HIDROFERO' (264 mg) and a 'IM Médico' acceptance dialog box. The main content area features a banner for 'MSD' with a molecular structure graphic. Below this, a news article is displayed with the title 'La SEN publica un manual con recomendaciones diagnósticas y terapéuticas sobre la enfermedad de Parkinson'. The article text discusses the publication of a new edition of the clinical practice manual for Parkinson's disease, highlighting the inclusion of a new evolutionary classification. The main image of the manual cover is shown, which is orange with the title 'Manual de práctica clínica en la enfermedad de Parkinson' and '4 RECOMENDACIONES diagnóstico-terapéuticas de la SEN 2024'. Below the cover, there is a 3D rendering of a human brain. Logos for 'ediciones SEN', 'GEIM', and 'SEN' are visible at the bottom. The website navigation bar includes links for 'Entrar', 'Sanitario', 'Investigación', 'Instituciones', 'Publicaciones', 'Ingresos', 'Cursos', 'Revistas', and 'Noticias'.

La Sociedad Española de Neurología (SEN) acaba de publicar una nueva edición del 'Manual SEN de Recomendaciones Diagnósticas y Terapéuticas en Enfermedad de Parkinson', un libro de referencia en la

práctica clínica y que periódicamente se actualiza para incorporar los últimos avances clínicos y terapéuticos.

Coordinado por los Dres. **Mariana Hernández González**, **Silvia Jesús Maestre**, **Juan Carlos Gómez Esteban** y **Álvaro Sánchez Ferro**, para su elaboración ha contado con la participación de numeroso expertos en trastornos del movimiento, miembros del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la SEN, con el objetivo de proporcionar la mejor información y evidencia a los profesionales involucrados en la

"Esta nueva edición tiene algunas diferencias notables respecto al anterior volumen de 2016 y su revisión de 2019. Por ejemplo, se han adaptado los criterios de evaluación de la evidencia y recomendaciones. Y también se ha incorporado la información más reciente sobre la evidencia disponible en el momento actual. Además, se han ampliado algunos capítulos, sobre todo los referentes a terapias no farmacológicas y cuidados paliativos, que han tenido bastante desarrollo en los últimos tiempos y que son al menos tan importantes como los abordajes diagnósticos y terapéuticos más tradicionales. Asimismo se ha añadido un algoritmo de tratamiento para la enfermedad de Parkinson en fases no iniciales/no avanzadas, donde también ha habido abundantes desarrollos terapéuticos", explica el Dr. Alvaro Sánchez Ferro, Coordinador del Grupo de Estudio de

Desde su primera edición en los años 90, el objetivo del 'Manual SEN de Recomendaciones Diagnósticas y Terapéuticas en Enfermedad de Parkinson' ha sido analizar de una manera global esta enfermedad de acuerdo a los avances que se han vivido en los últimos años. Por ello, en este manual se tiene en cuenta la nueva clasificación evolutiva de la enfermedad, que integra aspectos motores, no motores, cognitivos y la dependencia del paciente, y ayuda a entender los subtipos evolutivos, valorando la presencia de la α-

*“Pero sin duda, otro aspecto fundamental del Manual es haber recogido todos los avances terapéuticos que estamos viviendo, especialmente para las fases avanzadas de la enfermedad. Esta complejidad de recursos nos obliga a tener un conocimiento global y actualizado de la enfermedad y de todas las opciones que podemos aportar a nuestros pacientes, tanto farmacológicas como no farmacológicas”, señala el Dr. Jesús Porta-Etessam, Presidente de la Sociedad Española de Neurología. “Pero tampoco hay que olvidar que, a pesar de los grandes avances, la enfermedad de Parkinson es una enfermedad neurodegenerativa. Por lo tanto, deberemos acompañar al paciente a lo largo de su vida, tener conocimientos sobre los cuidados al final de la vida y ser conscientes de la importancia de saber reconocer las fases de la enfermedad y sobre la clasificación de los cuidados necesarios. Confiamos en que este nuevo Manual sirva de ayuda a todos los profesionales involucrados en la atención sanitaria de las personas con enfermedad de Parkinson”.*

El Manual SENI de Recomendaciones Diagnósticas y Terapéuticas en Enfermedad de Parkinson, está patrocinado por Bial, Esteve, Zambón y Study y cuenta con la colaboración de AbbVie en la difusión y distribución de ejemplares.



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

# Por qué cenar y meterete en la cama no es una buena idea, según una nutricionista: “Tampoco te vayas a la cama con hambre”

*Lydia Hernández Téllez*

4-5 minutos



La nutricionista Estíbaliz García da sus consejos para dormir mejor.  
(Montaje Infobae)

La costumbre española marca unos horarios de comida tardíos [en comparación con el resto del mundo](#). Aunque el desayuno caiga más o menos a la misma hora que nuestros vecinos, la comida se retrasa al menos una hora en comparación a otros países europeos y no llega hasta las 14:00 horas, mientras que la cena se toma, como pronto, a las 21:00 horas.

Esto hace que a muchos se les junte la hora de acostarse con la cena y se metan en la cama todavía con la digestión por hacer. Pero esta práctica puede dificultar el sueño y lo cierto es que a los españoles no nos sobra. Un reciente estudio financiado por la compañía de venta de muebles Conforama muestra que el **45% de los españoles duerme menos de siete horas al día**. La falta de sueño de los ciudadanos la certifica también la Sociedad Española de Neurología (SEN), que asegura que más del 60% de los españoles dormimos una media de seis horas al día entre semana, cuando lo recomendable es dormir entre siete y nueve horas.

La falta de sueño está intrínsecamente ligada con la **alimentación**, pues tanto los nutrientes como el momento y la forma en que comemos pueden favorecer un descanso profundo y continuo. Por eso, pequeños cambios en nuestros hábitos alimenticios pueden marcar la diferencia en nuestro descanso. Para ayudar a llevarlos a cabo, la nutricionista Estíbaliz García ha dado una serie de consejos sobre cómo adaptar nuestra dieta para tener un mejor sueño.

“Durante el sueño, el cuerpo lleva a cabo procesos esenciales como la reparación y regeneración de tejidos, consolidación de la memoria, equilibrio hormonal y fortalecimiento del sistema inmunológico. Por ello, incorporar pequeños cambios en la rutina puede marcar una gran diferencia en la calidad del descanso”, explica Estíbaliz García.



Un hombre toma sopa para cenar (AdobeStock)

Para García, es importante **evitar las cenas copiosas** y cenar **al menos 2-3 horas antes de acostarse**. “Pero tampoco te vayas a la cama con hambre”, pide la experta. Incluir proteínas ligeras como el pescado, los huevos o el tofu; grasas saludables como el aguacate o el aceite de oliva y una pequeña cantidad de hidratos de carbono complejos, como la patata o el boniato, favorecen un mejor descanso, según García, pues contribuyen a la síntesis de serotonina y melatonina, dos hormonas clave en la regulación del sueño.

Para aquellas personas a las que la digestión se les haga pesada, recomienda priorizar “los **vegetales cocidos** en lugar de crudos para evitar inflamación”. Este tipo de alimentos aportan **fibra, vitaminas y minerales esenciales para el descanso**. “Purés y cremas son opciones ideales para la cena”, señala. Asimismo, señala la importancia de incorporar **fuentes de omega-3**, como puede ser el pescado azul. Entre ellos, destaca las sardinas, la caballa o las anchoas, tres pescados ricos en omega-3. “Estos tienen propiedades antiinflamatorias que favorecen el descanso. Se recomienda consumirlo al menos **2-3 veces por semana**”, cuenta la nutricionista.

Para evitar pasar noches en vela, también es clave limitar el consumo de café y té a partir de la media tarde, pues “la cafeína puede interferir en la conciliación del sueño”, recuerda. En cambio, las infusiones de manzanilla o valeriana tendrán un efecto relajante y favorecerán el descanso.

Por último, respecto al **postre**, García recomienda “productos como el kéfir o el yogur natural (preferiblemente de cabra u oveja)”, ya que estos alimentos “aportan probióticos beneficiosos para la salud intestinal”. Si estos productos se te hacen amargos al paladar, puedes endulzarlos con frutas de bajo índice glucémico, como los arándanos o frutos rojos.

0 seconds of 1 minute, 17 secondsVolume 90%

Crema de champiñones, una cena sana, fácil y barata por menos de 2 euros por persona.

Pinche aquí

**Suscríbase a nuestro canal de WhatsApp**

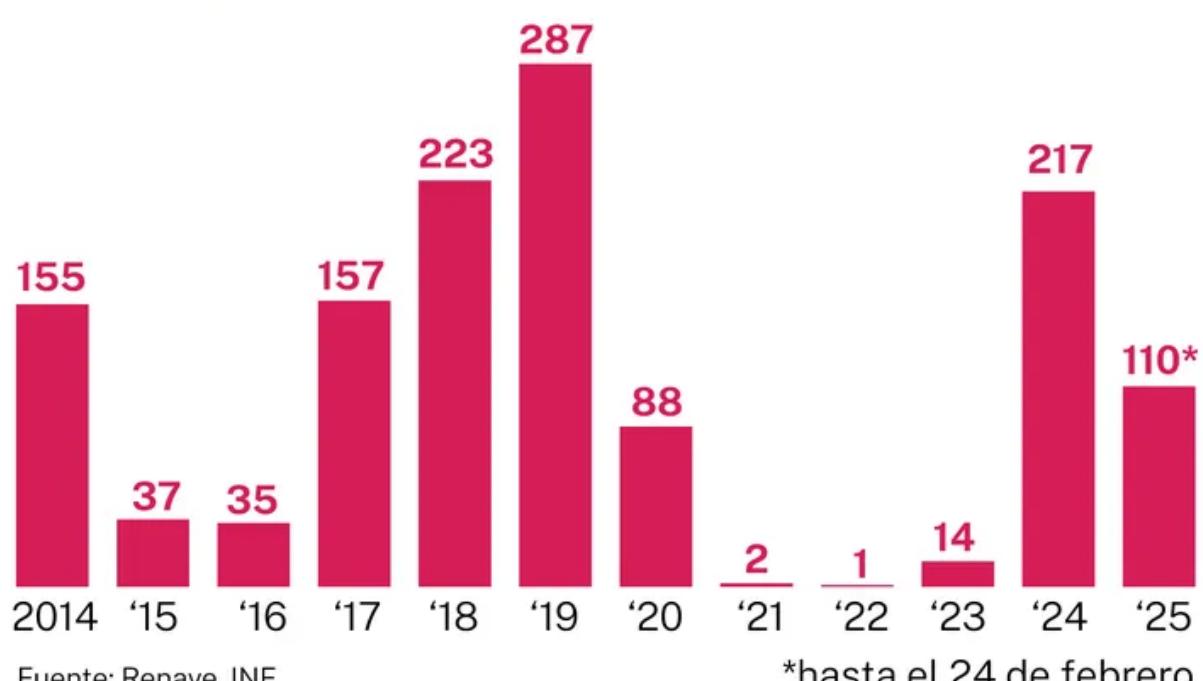
Directo

**Guerra en Ucrania: Trump endurece su postura y suspende la ayuda militar a Ucrania**

## Esta es la amenaza invisible de las infecciones olvidadas que planea sobre España

En España algunas enfermedades infecciosas tradicionalmente controladas están hoy en día desbocadas

### INCIDENCIA DEL SARAMPIÓN EN ESPAÑA



▲Incidencia sarampión en España Tania Nieto / LA RAZÓN



RAQUEL BONILLA ▾

Creada: 03.03.2025 02:30

Última actualización: 03.03.2025 02:30



No se trata de alarmar, pero sí de advertir. **En España algunas enfermedades infecciosas tradicionalmente controladas están hoy en día desbocadas** y ponen en riesgo la salud de las personas más **vulnerables**, como los **menores de cinco años** y los **ancianos** con patologías de base. **Sarampión, tosferina, enfermedad meningocócica, tuberculosis, rubeola, hepatitis B...** Algunas de estas patologías que pasan desapercibidas para gran parte de la población están copando estos días la actualidad sanitaria al convertirse en una amenaza real si no se atajan a tiempo.

## MÁS NOTICIAS



### Paciente

**Lo que hay que hacer para evitar una segunda hernia discal**



### Salud

**¿Cerveza o vino? Esta es la bebida que más aumenta los niveles de azúcar en sangre**

«En España no estamos libres de sufrir brotes de este tipo de enfermedades porque los virus siguen circulando. La única que está erradicada gracias a la vacunación es la viruela, de la que podemos decir que ya no existe, pero del resto el riesgo es real, aunque sea bajo», avisa **Ángela Domínguez**, coordinadora del Grupo de Trabajo de Vacunas de la Sociedad Española de Epidemiología (SEE).

## Te recomendamos



**Soy nutricionista y este es el alimento con más proteína de Mercadona: ideal para cualquier comida**



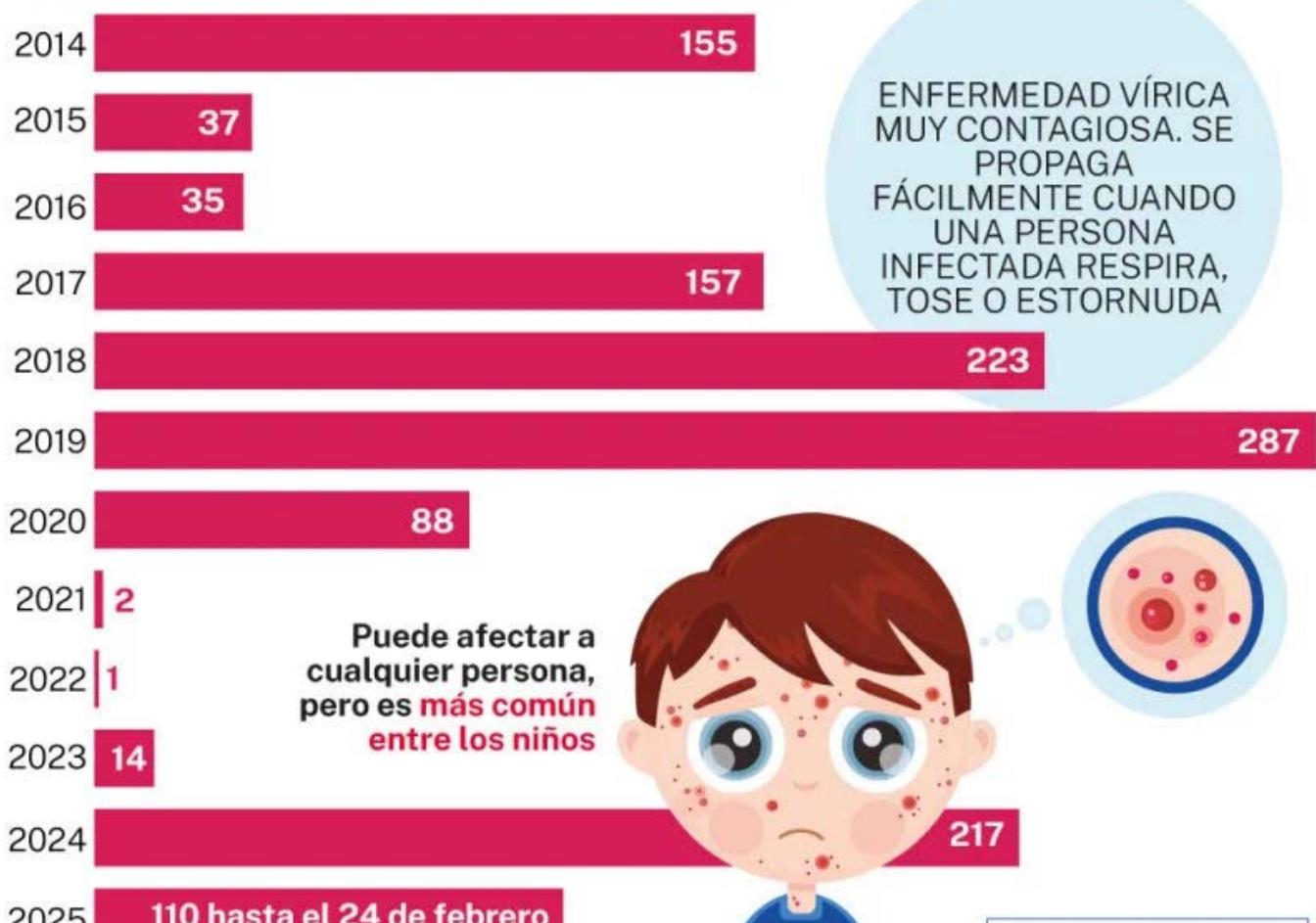
**El riesgo de sufrir un ictus se incrementa al acostarse a partir de esta hora, especialmente en el caso de muj**

## En expansión

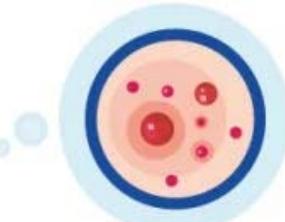
Buena prueba de ello es el **sarampión**, uno de los virus más contagiosos con los que convivimos y que **actualmente se ha disparado en nuestro país**, a pesar de que en 2017 la Organización Mundial de la Salud (OMS) acreditó que España estaba libre de la circulación endémica del virus desde 2014. Los datos resultan inquietantes, pues **en lo que va de año se han registrado ocho brotes y se han notificado 110 casos**, lo que significa **prácticamente la mitad de los detectados durante todo 2024**, cuando la cifra global ascendió a 217 notificaciones. «Este es el mejor reflejo de que resulta un grave error bajar la guardia con este tipo de enfermedades infecciosas y pensar que la vacunación no es necesaria. Todo lo contrario, pues **debemos mantenernos siempre alerta, ya que en el mundo el sarampión está en plena expansión**, con cifras disparadas en países tan próximos al nuestro como **Rumanía**, donde ya se han registrado una veintena de fallecidos, o **Marruecos**, donde se ha cobrado la vida de un centenar de personas», recuerda Domínguez.



## INCIDENCIA DEL SARAMPIÓN EN ESPAÑA



Puede afectar a cualquier persona, pero es más común entre los niños



**Los primeros síntomas suelen durar entre 4 y 7 días, e incluyen:**

●

Secrección nasal



●

Tos



●

Ojos llorosos y enrojecidos



●

Pequeñas manchas blancas en la cara interna de las mejillas



La erupción cutánea comienza entre 7 y 18 días después de la exposición. Se propaga durante unos 3 días, hasta llegar a las manos y los pies. **Por lo general, dura entre 5 y 6 días hasta que se desvanece**

Fuente: OMS/ Renave. INE

La vacunación a nivel de toda la comunidad es la forma más eficaz de prevenir el sarampión. **Todos los niños deben vacunarse**



▲**Sarampión en España** Tania Nieto / LA RAZÓN

---

Aunque lejos de esa situación, **España no es ajena al impacto del sarampión**, tal y como refleja el mayor **brote que está actualmente activo en el País Vasco**, con casi medio centenar de pacientes y sanitarios implicados. Y no es el único, pues en **Castilla-La Mancha** esta semana se han confirmado al menos seis casos de sarampión, dos de ellos profesionales sanitarios del hospital de Toledo, mientras que en la provincia de **Málaga** también se ha detectado un brote en un instituto con una decena de afectados. «En estos brotes el origen procede de casos importados, por eso resulta fundamental que se haga un **buen seguimiento epidemiológico**. Nuestra red funciona bien y podemos estar tranquilos, pero **sería deseable que todos los profesionales tengan en el radar estas infecciones cuando ven a pacientes con síntomas compatibles** para poder actuar cuanto antes, pues no hay que olvidar que un caso puede originar entre 15 y 18 nuevos contagios si no están vacunados», recomienda Domínguez. De hecho, tal y como aconseja **María del Mar Tomás**, portavoz de la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica (Seimc), «es esencial que los profesionales sean conscientes de la importancia de **detectar rápidamente los posibles casos mediante técnicas de biología molecular para evitar la propagación del virus**. Así, secuenciar las variantes nos permite conocer la procedencia del virus y anticiparnos a su posible impacto en la población más vulnerable».

## La importancia de vacunar

Los expertos consultados por A TU SALUD coinciden en lanzar un mensaje de **tranquilidad** por una razón, y es que **España cuenta a su favor con una buena cobertura vacunal ante la mayoría de enfermedades infecciosas**. «Podemos presumir de tener uno de los calendarios vacunales más completos del mundo, con acceso gratuito, pero precisamente por eso no hay que olvidar que la única vacuna que funciona es la que se pone, incluidas las dosis de refuerzo. **Sin coberturas que superen el 90%, quedan nichos que los patógenos pueden aprovechar, por eso es importante hacer una revisión de los grupos que no tienen el calendario vacunal completo** o aquellas zonas concretas en las que las coberturas son más bajas de la media», insiste **Valentí Pineda**, miembro del Comité Asesor de Vacunas de la Asociación Española de Pediatría (AEP).

### Te recomendamos



Así funciona la medicina de precisión para reducir la obesidad

En este sentido, **Rosa Pérez**, enfermera y responsable de divulgación al ciudadano de la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias (Semes), hace hincapié en que **«hay que detectar los colectivos que están sin vacunar**, que suelen ser personas migrantes o con bajos recursos, y en vez de culpabilizar, poner el foco en el acceso al sistema sanitario. **Las urgencias hospitalarias son universales y podemos servir de filtro para detectar a estos grupos**, diagnosticar estas infecciones y generalizar la protección a través de las vacunas, ya que eso servirá de protección para el resto».

Aunque el sarampión copa la atención estos días, lo cierto es que solo es la punta del iceberg de una realidad que va más allá y en la que también se incluyen otras enfermedades prácticamente olvidadas, como la **tosferina, la tuberculosis, la meningitis o la rubeola**.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la incidencia de **la meningitis en España aumentó un 13% entre marzo de 2023 y marzo de 2024**. De hecho, se trata de la primera causa de infección grave en niños y adolescentes en Europa, aunque puede prevenirse gracias a la vacunación. «Esta enfermedad no es tan contagiosa, pero sí es mucho más peligrosa, por eso en este caso el calendario vacunal es muy estricto y cubre los serotipos más importantes desde los cuatro meses hasta los 12 años con tres pinchazos», detalla la portavoz de la Seimc.

## Más en La Razón



¿Cerveza o vino? Esta es la bebida que más aumenta los niveles de azúcar en sangre

## Una nueva epidemia

La **tosferina** es una **enfermedad respiratoria aguda y muy contagiosa** que también está bajo la lupa de los profesionales, ya que ha repuntado peligrosamente en los últimos años. De hecho, **entre los años 2023 y 2024 en nuestro país se detectaron más de 23.000 casos**, cientos de hospitalizaciones (casi todos bebés) y la **muerte de tres lactantes sin vacunar**, así como dos personas mayores con otras patologías, según los datos recopilados por el Instituto de Salud Carlos III. «Este aumento supuso el comienzo de una nueva epidemia en España que vuelve a estar controlada, pero que refleja la circulación del virus, lo que es especialmente preocupante en bebés menores

de seis meses no inmunizados, para los que la infección puede resultar mortal», recuerda Pineda.

En un mundo globalizado, «hay que asumir que **cualquier patógeno de cualquier lugar del mundo puede impactar en nuestra salud. No debemos estar en una alarma constante, pero sí en alerta para evitar que cualquier riesgo infeccioso provoque una crisis sanitaria.** Tenemos que acostumbrarnos a que este tipo de brotes sean frecuentes y por ello resulta determinante hacer una vigilancia activa molecular de tal forma que se activen todas las medidas de prevención disponibles para evitar la expansión de cualquier patógeno», afirma Tomás. En ese escenario, **la vacunación es nuestra arma más poderosa y no hay que desaprovecharla.**

# Cristina Bajo: "Participar en un ensayo clínico me ha cambiado la vida"



28

Feb.

España autorizó en 2022 más de 900 ensayos clínicos con medicamento, según el Registro Español de Estudios Clínicos (REEC). Unos datos que superan a los registrados en los años anteriores a la pandemia

## La Nueva España

comunes de la enfermedad se incluyen la perdida de visión, perdida de fuerza en brazos y piernas, y la sensación de entumecimiento en las piernas. Pero la enfermedad puede variar mucho de una persona a otra, por eso **se la conoce como la "enfermedad de las mil caras"**.

Otro de los síntomas que puede presentar la esclerosis múltiple es la disfagia, la dificultad para tragar alimentos. Es uno de los menos conocidos y fue el primero que le apareció a Cristina Bajo cuando tenía 30 años. Un diagnóstico erróneo la acompañó hasta los 40 años, cuando comenzaron los primeros síntomas y la paralizó el brazo y la pierna derecha.

Tras nuevas pruebas y estudios, **le diagnosticaron esclerosis múltiple**. El retraso en el diagnóstico es porque su enfermedad se encontrase en la fase primaria progresiva, es decir, una fase que está marcada por un empeoramiento constante de los síntomas sin recurrencias definidas ni períodos de remisión. La esclerosis múltiple estaba considerada como una enfermedad rara tanto porque afectaba a 1 de cada 1000 ciudadanos como por el desconocimiento por parte de la sociedad. Actualmente, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), **se diagnostican 2.000 casos al año y la padecen 55.000 personas en España**.

### La historia de Cristina

*"La enfermedad avanzaba deprisa y yo vivía en pánico absoluto porque me levantaba por la mañana y me sentía peor. Mi neurólogo me propuso entrar en un ensayo clínico porque, en ese momento, para la esclerosis primaria progresiva no había ningún tratamiento"*, explica Cristina Bajo. Entró en la fase II del ensayo como doble ciego, esto significa que los pacientes no saben si están tomando placebo o medicación. Al final, descubrió que ella estuvo con medicación todo el tiempo. Los resultados positivos hicieron que pasara a la fase III y la siguiente fase y todos los que participaban en el ensayo pasaron a tomar medicación.

A día de hoy, tras 10 años de investigación, el medicamento se ha comercializado y el ensayo se ha llevado a cabo en más de 30 países. El objetivo es probar la eficacia a largo plazo y la seguridad del medicamento. "Participar en un ensayo clínico me ha cambiado la vida. Si no hubiera participado, seguramente al final estaría en una silla de ruedas", dice Cristina Bajo. Al año de entrar en el ensayo, la enfermedad echó el freno.

Gracias a la investigación clínica se consigue avanzar en conocimiento médico mediante el estudio de miles de personas. Con los ensayos clínicos se determina el funcionamiento de nuevos tratamientos a través de diferentes fases. El pasado año, en España, más de un tercio de los ensayos (328) se centraron en el cáncer, el área con más estudios, seguida de las enfermedades del sistema nervioso, con 114 ensayos, la esclerosis múltiple, 57 y las patologías del sistema inmunitario. Las enfermedades respiratorias, 42.

## La Nueva España



Cristina Bajo.

230.

### La importancia de participar en un ensayo clínico

Cristina sabe que cualquiera en su situación hubiera hecho lo mismo. "Cuando hay medicación medicación y ensayo, pero en mi caso era ensayo o no tengo nada que darte". Aunque Cristina por parte de su entorno, admite que **la decisión la tuvo que tomar ella**. *"Son decisiones absolutas tú el que sabes a qué te enfrentas, cómo estás, cómo te sientes y lo que quieras de la vida"*.

España autorizó el año pasado más de 900 ensayos clínicos con medicamentos. La cifra es superior en 2018 y 2019, años anteriores a la pandemia en los que se autorizaron 800 y 833 estudios clínicos respectivamente. **El 86% de los ensayos fueron impulsados por compañías farmacéuticas**, esta partida ha venido aumentando en los últimos años hasta los 789 millones de euros, el 60% de la inversión en I+D del sector en España, según refleja la última **Encuesta sobre Actividades de la Farma** industria.

## *La Nueva España*

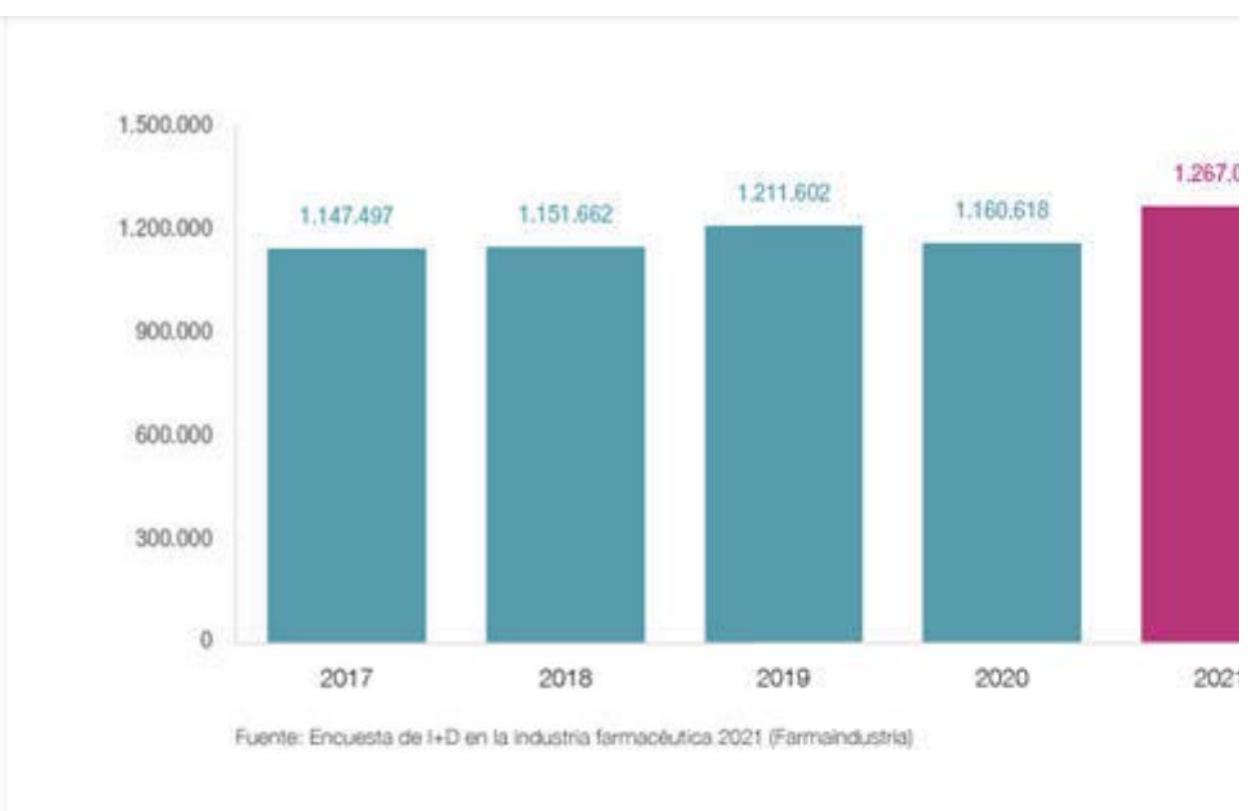
ensayos clínicos ayudan a que algún un día acabemos con enfermedades"

Cuando decides entrar en un ensayo clínico, los médicos te informan de los pros y contras y, a cierto miedo, Cristina admite que *"la medicina es una ciencia empírica, se aprende probando, por remedio que hacer ensayos clínicos y participar en ellos, es la única manera de que evolucione"*.

### **Inversión en investigación**

La investigación clínica genera un gran círculo virtuoso, ya que implica inversión en los hospital empresas promotoras de los ensayos; contribuye a la cualificación de los profesionales sanitarios incrementa la calidad de la prestación de nuestro sistema sanitario, y abre nuevas posibilidades españolas, para muchos de los cuales la participación en un ensayo clínico puede suponer una oportunidad para curar su enfermedad.

## La Nueva España



De los 906 ensayos publicados por el REEC en 2022, más de la mitad (525) están encuadrados en las fases tempranas de investigación, las consideradas más complejas dentro de la clínica y cuyo impulsor principal es el desafío en nuestro país, una vez consolidado su liderazgo en las fases posteriores. **Javier Urzainqui, presidente general de Farmaindustria**, apunta que *"España se ha convertido en los últimos años en un referente mundial en la realización de ensayos clínicos, gracias al compromiso de la industria farmacéutica que financia y promueve más ensayos, pero también gracias a la solidez del sistema sanitario, la alta cualificación de sus profesionales y la legislación pionera y unos pacientes cada vez más implicados"*.

Gracias a pacientes como Cristina Bajo, que decidió participar en un ensayo clínico, a día de hoy el ensayo está aprobado. *"Me alegra muchísimo que otros se puedan beneficiar. Para mí es una obligación ética colaborar con la ciencia"*, concluye.

jueves, marzo 6, 2025

f        



[Inicio](#) / [2025](#) / [marzo](#) / [1](#) / Revelan vínculos ocultos entre genes y enfermedades, algunas de ellas ultra raras



[CIENCIAS Y TECNOLOGÍA](#) [SALUD Y BELLEZA](#)

## Revelan vínculos ocultos entre genes y enfermedades, algunas de ellas ultra raras

1 de marzo de 2025 / Redacción Central

Comparta nuestras noticias



RADIO MERCOSUR - 24 HORAS EN VIVO



A pesar de los avances en la secuenciación genómica de las últimas décadas, a día de hoy hasta el 80 % de los pacientes con enfermedades raras siguen sin tener un diagnóstico. A menudo, esto se debe a la falta de información existente sobre los vínculos que relacionan a una enfermedad con las anomalías genéticas que la provocan.

Para abordar esta brecha, investigadores de las universidades londinenses Queen Mary y University College han desarrollado un marco analítico, basado en big data, para identificar asociaciones de genes con variantes raras en trastornos genéticos hereditarios. El artículo, publicado esta semana en *Nature*, demuestra el potencial transformador de estos análisis genómicos a gran escala para abrir nuevas posibilidades diagnósticas para los pacientes con enfermedades raras.

#### Lograron descubrir 141 nuevas asociaciones entre genes y enfermedades

Como parte del proyecto 100 000 Genomes, una iniciativa auspiciada por el gobierno británico, el grupo de científicos liderados por Letizia Vestito y Valentina Cipriani, analizaron las variantes que codifican proteínas empleando los genomas completos de 34 851 casos y sus familias. Así lograron descubrir 141 nuevas asociaciones entre enfermedades y genes. Varias de estas fueron respaldadas por la evidencia experimental existente, que ya han revisado los vínculos entre genes específicos y patologías como la diabetes monogénica, la esquizofrenia y la epilepsia.

Menos de la mitad de las 10 000 enfermedades hereditarias conocidas tienen una base genética establecida, y en muchos casos probablemente estén vinculadas a genes aún no descubiertos. Iniciativas a gran escala como este Proyecto 100 000 Genomas están logrando transformar este campo de estudio al permitir análisis más potentes para revelar estos vínculos que hasta ahora resultaban esquivos a la ciencia. A partir de estos avances, se espera lograr nuevos diagnósticos o tratamientos para muchas enfermedades raras.

"En la actualidad, no se conoce la cura para el 95 % de las enfermedades raras", señala Ana María Domínguez Mayoral, coordinadora del Grupo de Estudio de Neurogenética y Enfermedades Raras de la Sociedad Española de Neurología. Además de que la gran mayoría no llegan a obtener una respuesta a lo que les sucede, para quienes la tienen también supone una agonía. "El tiempo de espera para obtener un diagnóstico puede superar los 4 años y, en el 20 % de los casos, puede tardar más de 10", añade la doctora.

#### Más de 200 asociaciones

La herramienta empleada en este trabajo ha sido bautizada como geneBurdenRD, y permite realizar un modelado estadístico y el filtrado de variantes raras para enfermedades hereditarias (mendelianas) mucho más refinado, permitiendo la identificación de nuevas asociaciones entre enfermedades y genes.

En concreto, geneBurdenRD se aplicó a 72 690 genomas en la cohorte de enfermedades raras del proyecto y logró identificar asociaciones significativas entre genes y variantes en 165 casos conocidos y 141 totalmente nuevos. Para estas últimas asociaciones, un filtrado adicional señaló un grado de certidumbre alto en, al menos, 69 de ellas.

En su artículo de *Nature*, los genetistas Cipriani y Vestito aportan varios hallazgos clave sobre las relación entre cinco genes—UNC13A, RBFOX3, ARPC3, GPR17 y POMK— y diversas enfermedades. Había variantes raras de pérdida de función en UNC13A vinculadas a la diabetes, variantes en RBFOX3 que se asociaron con epilepsia generalizada familiar, variantes en ARPC3 que se correlacionaron con la neuropatía periférica o con el síndrome de Charcot-Marie-Tooth, una enfermedad rara que suele producir la deformación del pie o atrofia en las piernas. Por último, las variantes en POMK se asociaron con trastornos del desarrollo ocular.

#### Desafíos en la genética de estas enfermedades

Sin embargo, el estudio también destaca algunas limitaciones técnicas que en el futuro podrían solventarse para realizar futuras exploraciones. Por ejemplo, sería necesario amplificar el análisis más allá de las variantes en un solo nucleótido para investigar también cambios genéticos que se produzcan a un nivel más profundo.

En la actualidad, no se conoce la cura para el 95 % de las enfermedades raras

El paper subraya también el desafío de estudiar las enfermedades ultra raras: aquí, 29 de las 226 enfermedades mencionadas tenían menos de cinco casos conocidos, y 36 de ellas no alcanzaron el tamaño de muestra necesario para realizar pruebas estadísticas robustas.

En resumen, son necesarios esfuerzos de secuenciación aún más grandes para aumentar el poder estadístico de los resultados. Para ello, las investigadoras abogan por emprender esfuerzos colaborativos a través de proyectos globales de enfermedades raras.

#### Referencia:

Cipriani, V., Vestito, L., Magavern, E.F. et al. Rare disease gene association discovery in the 100,000 Genomes Project. *Nature* (2025).

Fuente de esta noticia: <https://www.agenciasinc.es/esl/Noticias/Revelan-vinculos-ocultos-entre-genes-y-enfermedades-algunas-de-ellas-ultra-raras>

[En que te puedo ayudar?](#)

También estamos en Telegram como @prensamerkosur, únete aquí: [Telegram Prensa Mercosur](#)

Recibe información al instante en tu celular. Únete al Canal del Diario Prensa Mercosur en WhatsApp a través del siguiente link: <https://whatsapp.com/channel/002RADIO MERCOSUR - 24 HORAS EN VIVO> [https://t.me/prensamerkosur\\_Mercosur](https://t.me/prensamerkosur_Mercosur)

¿Neuropatía del pie (dolor de nervio)? Los médicos dicen que deberías probar...

Publicidad Barestep



Todos los hornos están sucios, pocos conocen este truco (sin frotar)

Publicidad Dr. Clean

20  
minutos

20minutos

Seguir

89.6K Seguidores



2



# Lurdes Calzado, tras tener un ictus con 33 años: "Cualquier persona puede sufrir uno, tenga la edad que tenga"

Historia de Merche Borja • 4 h • 5 minutos de lectura



Lurdes Calzado, tras tener un ictus con 33 años: "Cualquier persona puede sufrir uno, tenga la edad que tenga"

Apenas la mitad de la población, según datos de la [Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#), sabría reconocer los síntomas c

Comentarios

¿Neuropatía del pie (dolor de nervio)? Los médicos dicen que deberías probar...

Publicidad Barestep



Todos los hornos están sucios, pocos conocen este truco (sin frotar)

Publicidad Dr. Clean



Marca

Seguir

60.7K Seguidores



## Jesús Porta Etessam, neurólogo: "En la salud cerebral no todo es dopamina, hay cosas mucho más complejas"

Historia de Joanna Guillén Valera • 23 h •

3 minutos de lectura

Se estima que más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18% superior respecto a la media mundial y también un 1,7% superior a la media de los países occidentales europeos. Decir que el deporte cura la depresión o que la dopamina es la clave de todo es un mensaje simplista. El neurólogo ha escrito un libro para aclarar muchas dudas al respecto desde la ciencia. .

La salud cerebral está de moda. Cada vez hay más divulgadores que hablan de qué hacer para mejorar la salud del cerebro y para prevenir enfermedades neurológicas y, aunque muchos de estos consejos son buenos para la salud cerebral hay otros que no tienen evidencia científica o son demasiado simplistas, sobre todo, cuando se habla de enfermedades neurológicas. Así lo apunta Jesús Porta-Etessam, presidente de la Sociedad Española de Neurología y jefe de Servicio de Neurología del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz de Madrid y autor del libro Salud cerebral: mantén joven tu cerebro, un documento "dirigido a promocionar la salud cerebral desde la evidencia científica". Y es que, "no solo es importante

Comentarios

qué hacer para cuidar la salud del cerebro sino también qué

que hacer para cuidar la salud del cerebro sino también que consejos tienen evidencia científica y funcionan". Ahora mismo, señala, "en neurociencias, hay mucha divulgación recreativa con ideas superficiales sobre aspectos complejos y esto no es bueno". Ya que, "en el caso de las enfermedades neurodegenerativas la realidad es más dura y difícil". Al igual que ocurre con la obesidad y que "para adelgazar no solo hay que hacer ejercicio sino que hay otros factores más complejos y que impiden perder peso, en el caso de las enfermedades cerebrales, no todo es dopamina, también hay cosas más complejas". De hecho, "se estima que más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18% superior respecto a la media mundial y también un 1,7% superior a la media de los países occidentales europeos". Esto, recuerda, "conlleva una considerable carga en discapacidad, con 1,5 millones de años de vida ajustados por discapacidad perdidos por enfermedades neurológicas, siendo las responsables del 44% de la discapacidad por enfermedad crónica". Por ello, el neurólogo cree indispensable "transmitir la realidad científica que hay y transmitirlo a todos". El ejercicio ayuda pero no cura la depresión Algunos de los mensajes más habituales entre los divulgadores son los que se relacionan con el estilo de vida, en concreto, con la alimentación y el ejercicio físico. Es cierto que el ejercicio tiene muchos beneficios para el cerebro pero es importante señalar también que "el ejercicio, por sí solo, no cura la depresión", aunque sí ayuda a que estemos más felices y es clave para el neurodesarrollo. Además, como se recoge en el libro, "también es capaz de prevenir y mejorar los síntomas de múltiples problemas neurológicos que pueden aparecer en edades medias y avanzadas de la vida". Entre otras cosas, el ejercicio físico: Se relaciona con un menor riesgo de ictus. Previene la demencia de cualquier causa y, en particular la enfermedad de Alzheimer. Se considera el factor protector más potente de la enfermedad de Parkinson. ¿Por qué mejora la función cerebral el ejercicio? Según los autores del libro, "uno de los procesos mejor conocidos por los que el ejercicio mejora la función cerebral es que induce la producción de sustancias neurotróficas o neurotrofinas". Las neurotrofinas "son moléculas que regulan la proliferación y el desarrollo de las células del sistema nervioso, manteniendo una adecuada regeneración del tejido cerebral". Lo más destacable de esta molécula, informan, "es el factor de crecimiento derivado del cerebro. Numerosos estudi

• Comentarios

SOCIEDAD

## El BOE lo confirma: el cambio de horario de verano se hará en esta fecha

El país entrará en el horario de verano adelantando los relojes una hora

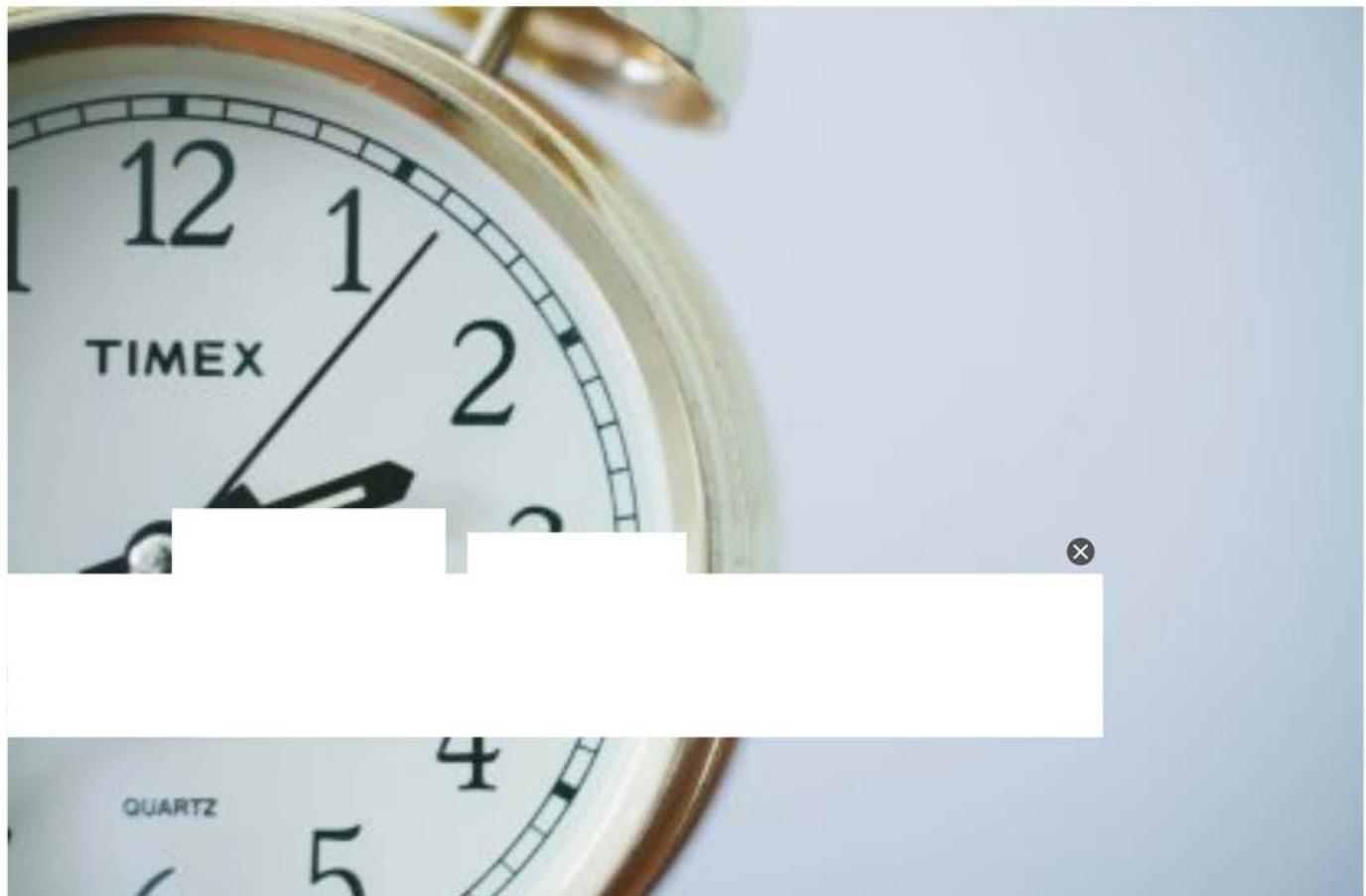
- + [Dejen de buscar: en Lleida tenemos el disfraz más viral del Carnaval 2025](#)
- + [Sant Jordi 2025 cambia de ubicación en Lleida por las obras de la Rambla de Ferran](#)



COMARCAS

Vivir en el Valle de Aran por 450 euros: un municipio ofrece su primer piso de alquiler asequible

[Més informació](#)



El cambio de hora se lleva a cabo para aprovechar al máximo la luz solar y reducir el consumo energético. - Unsplash

## SEGRE

Creado: 05.03.2025 | 13:20

Actualizado: 05.03.2025 | 13:20

España se prepara para el primer ajuste horario de 2025. Tal y como recoge el Boletín Oficial del Estado (BOE), durante la madrugada del sábado 29 al domingo 30 de marzo los españoles deberán adelantar sus relojes una hora, pasando de las 2:00 a las 3:00, lo que supondrá que ese día contará con solo 23 horas. Este cambio marca oficialmente el paso del horario de invierno al de verano, una práctica bianual que afecta al día a día de todos los ciudadanos y que sigue rigiéndose por la normativa europea vigente.

La modificación horaria se produce, como es habitual, en plena primavera, coincidiendo con el incremento gradual de las horas de luz solar. Este ajuste está perfectamente alineado con los criterios establecidos por la Unión Europea, que determina los cambios en todos los países miembros para evitar desajustes en los transportes y operaciones comerciales transfronterizas. El año que viene, todo el territorio español, incluidas las Islas Canarias, que no adelantará una hora respecto a la península.



### COMARCAS

**Vivir en el Valle de Aran por 450 euros: un municipio ofrece su primer piso de alquiler asequible**

Més informació

Cabe recordar que este cambio no será el único del año, ya que el regreso al horario de invierno se producirá el último domingo de octubre, cuando los relojes deberán retrasarse una hora. En ese momento, las 3:00 de la madrugada pasarán a ser las 2:00, haciendo que ese día cuente con 25 horas.

## La historia detrás del cambio horario bianual

La práctica de modificar los horarios tiene sus raíces en la Primera Guerra Mundial, periodo en el que numerosos países europeos implementaron esta medida como estrategia para optimizar el aprovechamiento de la luz natural y reducir el consumo energético en un contexto de escasez de recursos. En España, esta tradición comenzó a aplicarse de manera regular a partir de 1974, coincidiendo con la crisis del petróleo, aunque previamente ya se había implementado durante períodos específicos.

Según explica el **Instituto Geográfico Nacional**, el horario de verano introduce un adelanto de 60 minutos respecto al resto del año con el objetivo fundamental de sincronizar las horas de luz solar con la jornada laboral generalizada. De esta forma, se busca maximizar el aprovechamiento de la luz natural, lo que teóricamente conlleva un ahorro energético y beneficios para determinados sectores económicos como el turismo y el comercio.

En las últimas décadas, sin embargo, la justificación de esta práctica ha ido evolucionando. Si bien el ahorro energético fue inicialmente el principal argumento, en la actualidad muchos países europeos mantienen esta sincronización horaria principalmente por motivos de coordinación económica y comercial con naciones vecinas, más que por consideraciones energéticas estrictas.

## Impacto del cambio horario en la salud y el bienestar

El debate sobre los efectos del cambio de hora en la salud de la población sigue vigente. Numerosos estudios científicos han señalado que estas alteraciones pueden provocar desajustes en el ritmo circadiano, ese reloj biológico interno que regula nuestros ciclos de sueño y vigilia. Según la **Sociedad Española de Neurología**, cambio horario se produce un incremento de hasta un 30% de trastornos del sueño.



COMARCAS

Vivir en el Valle de Aran por 450 euros: un municipio ofrece su primer piso de alquiler asequible

"Los cambios horarios afectan particularmente a personas con trastornos preexistentes, niños pequeños y ancianos", explican los expertos. Los expertos sugieren adelantar gradualmente la hora de acostarse para adaptarse al cambio horario.

Més informació

Entre los efectos más comunes destacan la somnolencia diurna, la irritabilidad, la disminución de la concentración y, en algunos casos, una mayor propensión a sufrir accidentes de tráfico o laborales durante los primeros días tras el cambio.

## Perspectivas futuras: ¿Hacia la eliminación del cambio horario?

La Comisión Europea propuso en 2018 la eliminación de los cambios horarios bianuales tras realizar una consulta pública en la que el 84% de los participantes se mostró favorable a esta medida. Sin embargo, la pandemia de COVID-19 y las diferentes posturas entre los Estados miembros han ralentizado el proceso de toma de decisiones.

El debate principal gira en torno a qué horario debería adoptarse de forma permanente: ¿el de invierno o el de verano? En el caso de España, la situación es particularmente compleja debido a su posición geográfica. Nuestro país se encuentra en la franja horaria GMT+1, la misma que Alemania o Francia, pese a ubicarse más al oeste, lo que provoca que nuestros horarios solares estén desfasados respecto a los horarios oficiales.

Según un informe elaborado por la **Real Academia de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales**, lo más adecuado para España sería mantener permanentemente el horario de invierno y, además, regresar a la zona horaria que le corresponde geográficamente (GMT), algo que también implicaría un profundo cambio en los hábitos sociales y laborales de los españoles.

## ¿Cómo afecta el cambio horario a diferentes sectores?

El sector del transporte es uno de los más afectados por estas modificaciones horarias. Las compañías ferroviarias, aerolíneas y empresas de autobuses deben realizar ajustes en sus sistemas y horarios para adaptarse a la nueva hora. Renfe, por ejemplo, implementa cada año un protocolo especial para los trenes que circulan durante la madrugada del cambio.

El comercio y la hostelería suelen beneficiarse del horario de verano, ya que las horas adicionales de luz por la tarde favorecen el consumo y las actividades al aire libre. Por otro lado, sectores como la agricultura, que dependen más de los ciclos naturales de luz, pueden experimentar ciertas complicaciones al tener que adaptar sus rutinas a horarios que no coinciden exactamente con los ciclos solares.

En cuanto al consumo energético, los estudios más recientes muestran resultados contradictorios. Si bien en el pasado se asumía que el horario de verano generaba ahorros significativos, las mejoras en eficiencia energética y los cambios en los patrones de consumo han reducido este impacto. Según el **Instituto para la Diversidad Energética (IDAE)**, el ahorro estimado oscila actualmente entre el 0,5% anual, cifras considerablemente menores a las que se manejan.

## Recomendaciones para adaptarse al cambio horario

Para minimizar el impacto del cambio horario en el organismo, es recomendable seguir algunas pautas sencillas durante los días previos y posteriores:



COMARCAS

**Vivir en el Valle de Aran por 450 euros: un municipio ofrece su primer piso de alquiler asequible**

Més informació

Exponerse a la luz natural durante las mañanas para ayudar al reajuste del reloj biológico.

Evitar el consumo de estimulantes como cafeína o alcohol al menos 4-6 horas antes de acostarse.

Crear un ambiente propicio para el descanso, con habitaciones oscuras, silenciosas y a una temperatura adecuada.

Estas medidas resultan especialmente importantes para niños pequeños, personas mayores y aquellos con trastornos del sueño preexistentes, quienes suelen experimentar con mayor intensidad los efectos del cambio horario.

#### **Hoy también te recomendamos**



**Un pueblo de Lleida 'busca' al agraciado con 628.000 euros de la Primitiva**



**Monedas de 2 euros que podrían valer hasta 5.000 euros: descubre cuál es la "moneda árbol de la vida"**



**El electrodoméstico que debes desenchufar siempre tras su uso**

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



##### **COMARCAS**

**Vivir en el Valle de Aran por 450 euros: un municipio ofrece su primer piso de alquiler asequible**

[Més informació](#)



NUEVA ÉPOCA DE  
TRANSICIÓN AL  
SOCIALISMO

Salud

## Revelan vínculos ocultos entre genes y enfermedades raras

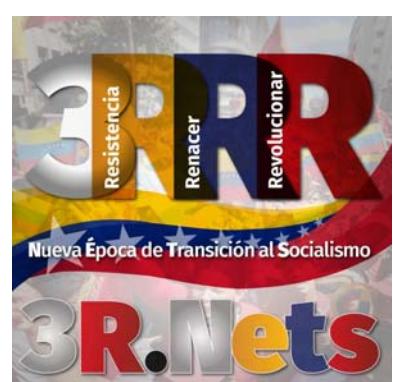
Caracas, 5 de marzo de 2025 VTV



A pesar de los avances en la secuenciación genómica de las últimas décadas, hasta hoy el 80 % de los pacientes con enfermedades raras siguen sin tener un diagnóstico. A menudo, esto se debe a la falta de información existente sobre los vínculos que relacionan a una enfermedad con las anomalías genéticas que la provocan.

Para abordar este tema, investigadores de las universidades londinenses Queen Mary y University College han desarrollado un marco analítico, basado en big data, para identificar asociaciones de genes con variantes raras en trastornos genéticos hereditarios. Un artículo, publicado esta semana en *Nature*, demostró el potencial transformador de estos análisis genómicos a gran escala para abrir nuevas posibilidades diagnósticas para los pacientes con enfermedades raras.

Como parte del proyecto 100.000 Genomes, una iniciativa auspiciada por el gobierno británico, el grupo de científicos liderados por Letizia Vestito y Valentina Cipriani analizó las variantes que codifican proteínas al emplear los genomas completos de 34.851 casos y sus familias. Así lograron



### LO ÚLTIMO

Venezuela conmemora 50 años de Primera Cumbre de Jefes Estado y Gobierno de la OPEP

Desfile de carrozas y comparsas en Petare cierra Carnavales Felices 2025 en Miranda

Nahum Fernández en cierre Carnavales 2025: Seguiremos libres, independientes y felices

Instalado Sistema de Gobierno Popular y Comunal en la parroquia Caricuao



INICIO ▾

NACIONALES

INTERNACIONALES

ECONOMÍA

REGIONALES

ya han revisado los vínculos entre genes específicos y patologías como la diabetes monogénica, la esquizofrenia y la epilepsia.

Menos de la mitad de las 10.000 enfermedades hereditarias conocidas tienen una base genética establecida, y en muchos casos probablemente estén vinculadas a genes aún no descubiertos. Iniciativas a gran escala como este Proyecto 100 000 Genomas logra transformar este campo de estudio al permitir análisis más potentes para revelar estos vínculos que hasta ahora resultaban esquivos a la ciencia. A partir de estos avances, se espera lograr nuevos diagnósticos o tratamientos para muchas enfermedades raras.

“En la actualidad, no se conoce la cura para el 95 % de las enfermedades raras”, señaló la coordinadora del Grupo de Estudio de Neurogenética y Enfermedades Raras de la Sociedad Española de Neurología, Ana María Domínguez Mayoral. Además de que la gran mayoría no llega a obtener una respuesta a lo que les sucede, para quienes la tienen, también supone una agonía. “El tiempo de espera para obtener un diagnóstico puede superar los 4 años y, en el 20 % de los casos, puede tardar más de 10”, añadió.

Más de 200 asociaciones

La herramienta empleada en este trabajo ha sido bautizada como geneBurdenRD, y permite realizar un modelado estadístico y el filtrado de variantes raras para enfermedades hereditarias (mendelianas) mucho más refinado, permitiendo la identificación de nuevas asociaciones entre enfermedades y genes. En el que se aplicó a 72.690 genomas en la cohorte de enfermedades raras del proyecto y logró identificar asociaciones significativas entre genes y variantes en 165 casos conocidos y 141 totalmente nuevos. Para estas últimas asociaciones, un filtrado adicional señaló un grado de certidumbre alto en, al menos, 69 de ellas.

Los genetistas Cipriani y Vestito aportan varios hallazgos clave sobre la relación entre cinco genes—UNC13A, RBFOX3, ARPC3, GPR17 y POMK— y diversas enfermedades. Había variantes raras de pérdida de función en UNC13A vinculadas a la diabetes, variantes en RBFOX3 que se asociaron con epilepsia generalizada familiar, variantes en ARPC3 que se correlacionaron con la neuropatía periférica o con el síndrome de Charcot-Marie-Tooth, una enfermedad rara que suele producir la deformación del pie o atrofia en las piernas. Por último, las variantes en POMK se asociaron con trastornos del desarrollo ocular.

Fuente: SINC

VT/DR/SB

## LO MÁS LEÍDO

Venezuela activa Plan de Independencia Productiva Absoluta ante sanciones a Chevron

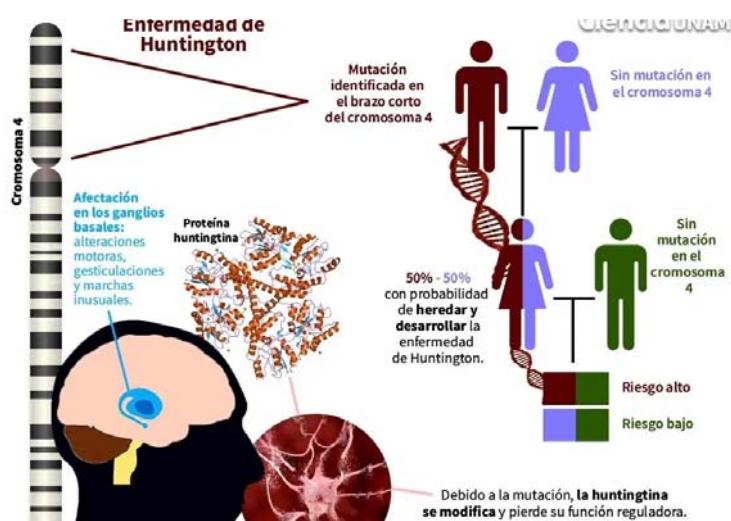
PSUV convoca marcha para conmemorar 12 años de la siembra del Comandante Chávez

Internacional Antifascista uruguaya rechaza opiniones de Lubetkin contra Venezuela

Jefe de Estado: Carnavales 2025 han sido un éxito total

[Portada](#) / [Noticias](#) / [Tecnociencia](#)

# Enfermedad de Huntington: Vivir con fecha de caducidad y combatir el estigma

[Compartir](#)[Twittear](#)[Compartir](#)[Compartir](#)[Compartir](#)[Correo electrónico](#)

Viernes 28 Febrero 2025 7:49 AM

x

Viven con fecha de caducidad, porque desde que aparecen los primeros síntomas hasta que mueren apenas pasan quince años, un periodo durante el que sufren una degradación física y cognitiva progresiva, pero lo hacen además luchando contra el estigma y el señalamiento social.

Son los pacientes -y sus familiares- de la enfermedad de, una patología neurodegenerativa y hereditaria catalogada como "rara", aunque es una de las más prevalentes entre este tipo de enfermedades, ya que se estima que afecta a una de cada 10.000 personas en el mundo, y en España hay diagnosticadas unas 4.000 personas (cifra similar a la de pacientes con ELA) y 20.000 viven con la incertidumbre de saber si han heredado la fatal mutación genética.

PUBLICIDAD



**Nuevo California por 300€/mes\***... [Ver oferta](#)

 Volkswagen - Patrocinado

Sus movimientos son cada vez más

x

proyectan los pacientes, y a menudo soportan por ello una profunda discriminación al ser confundidos con personas borrachas o drogadas. Y los testimonios de quienes han sido expulsados de un bar, de un autobús, de quienes no han sido atendidos en un banco o no han podido coger un taxi se amontonan.

Coincidiendo con la celebración -hoy- del Día Mundial de las Enfermedades Raras, la Red española de Enfermedades Raras del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) ha puesto en marcha una iniciativa pionera para conectar a pacientes y sus familiares con investigadores que han volcado su labor en el laboratorio en la búsqueda de tratamientos para combatir esas patologías.

La Sociedad Española de Neurología (SEN) ha puesto algunos datos sobre la mesa: se han definido más de 9.000 enfermedades raras, la mitad de ellas de tipo neurológico; afectan al 6 por ciento de la población mundial (a unos tres millones de personas en España); y no se conoce cura para el 95 por ciento de ellas.

## **Los efectos de un diagnóstico tardío**

La ausencia de diagnóstico -debido al desconocimiento que rodea estas patologías, a la dificultad de acceso a la información necesaria o a la localización de profesionales y de centros especializados- provoca una demora en la valoración que influye en el acceso a intervenciones terapéuticas y determina en muchos casos un agravamiento de la enfermedad que se podría evitar o paliar.

Ruth Blanco conoció con 15 años el diagnóstico de huntington de su padre, que falleció cuando ella tenía 28; constató el progresivo deterioro que provoca esta enfermedad neurodegenerativa, que ella describe como un cóctel de párkinson, alzhéimer y ELA; comprobó y soportó el estigma y el señalamiento; y sobrellevó la incertidumbre del componente hereditario hasta que se hizo el **test. Es negativo**

x

la palabra griega "choreía" (danza) y ella sonríe al comparar las manifestaciones de la enfermedad con "el baile de San Vito"-, desde la que trata de mejorar la vida de los pacientes y sus familias y de luchar contra el estigma, y habla de que la única esperanza, ante una enfermedad incurable, radica en la ciencia y en la investigación.

Ruth se ha vuelto a encontrar con José Javier Lucas, el investigador del CSIC que desde hace 30 años investiga el huntington en el Centro de Biología Molecular Severo Ochoa, y charlan de lo ilusionante y motivador que resulta para los investigadores poner cara a los pacientes que se podrían beneficiar de los avances que se atisban en los laboratorios.

## **¿Se puede "silenciar" el gen responsable de la enfermedad?**

Lucas no habla de certezas ni de plazos, pero sí de los esperanzadores ensayos que ya se están realizando y de los saltos que ya se han dado de la investigación básica a la clínica, para terminar afirmando: "estoy convencido de que acabará habiendo una cura para la enfermedad".

En declaraciones a EFE, el investigador insiste en lanzar un mensaje optimista y positivo y en la existencia de varios ensayos clínicos en el mundo, entre ellos uno en España, coordinado desde el Hospital Virgen del Rocío de Sevilla (proyecto Huntian), que deriva de una investigación realizada en su laboratorio y se basa en una terapia combinada de dos vitaminas (tiamina y biotina) en pacientes con la enfermedad.

Otros ensayos, también en fase clínica, buscan el "silenciamiento génico" o "apagar" el gen responsable de la enfermedad (el gen "HTT" localizado en el cromosoma 4 y que tiene las instrucciones para producir la proteína llamada huntingtina), un objetivo muy difícil desde el punto de vista científico y técnico pero que nace de una prueba de concepto realizada en su laboratorio hace 25 años.

x

que arrastra esa mutación para demostrar que es posible revertir la enfermedad frenando la expresión de ese gen; varios ensayos en el mundo están tratando de lograrlo y los resultados son esperanzadores.

## **Toda la esperanza está en la ciencia**

"Toda nuestra esperanza está en la ciencia", ha manifestado a EFE Ruth Blanco, y ha valorado el compromiso y el esfuerzo de los investigadores para conocer mejor la enfermedad, así como los recursos que se están destinando para encontrar dianas terapéuticas o tratamientos que consigan frenar y hasta revertir la enfermedad.

Los hijos de los enfermos de huntington tienen un 50 por ciento de posibilidades de heredar esa mutación genética, ha explicado Ruth Blanco, y se ha detenido a detallar la trascendencia de vivir la enfermedad de un progenitor sabiendo que tiene "fecha de caducidad" y conociendo cómo va a evolucionar, pero también de vivir la incertidumbre de esa herencia o de conocer el diagnóstico cuando ya tienes un proyecto vital estructurado (familia, hijos, trabajo, hipoteca, etc).

Los pacientes y sus familiares han conocido así los avances de la ciencia tras varias décadas de investigación y los científicos se han acercado a las inquietudes y las esperanzas de los enfermos; han puesto en común conocimientos y sentimientos, y han lanzado un mensaje atronador reclamando la empatía de la sociedad, inversiones, una mayor información que evite la confusión y que se destierren todos los estigmas asociados a cualquier enfermedad.

---

Editor: Alexandra Burch

---

x