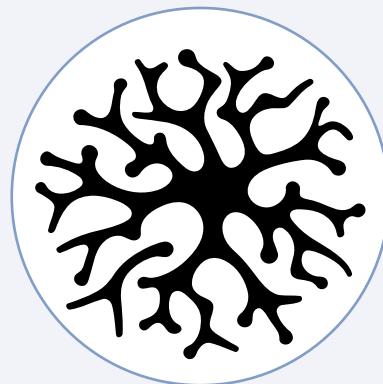


# ELA

Unas 4.000 personas tienen en España esclerosis lateral amiotrófica (ELA). Cada día hay tres nuevos diagnósticos (900 al año) y tres pacientes que mueren por esta causa en el país.

## ¿En qué consiste?

"Es una enfermedad neurodegenerativa que afecta a las neuronas motoras en el cerebro y la médula espinal, lo que causa la pérdida progresiva de la capacidad para controlar los movimientos musculares", explica el doctor Rodríguez de Rivera, del Grupo de Estudio de Enfermedades Neuromusculares de la Sociedad Española de Neurología (SEN).



## Cómo se origina

Tiene un origen multifactorial: hay factores genéticos, ambientales y de estilo de vida. Solo el 10 % de los casos son hereditarios y el origen se desconoce en el 90 % restante. Es una enfermedad cruel, pues la supervivencia media de los pacientes está entre 2 y 4 años desde el diagnóstico.



## Comentario médico

Todos los pacientes de ELA experimentarán una pérdida gradual de su independencia, lo que generará una significativa discapacidad y la necesidad de asistencia tanto para caminar como para realizar cualquier tipo de actividad de la vida diaria. Además, esta discapacidad no solo afecta al paciente, sino

también a sus cuidadores y familias. Genera una carga sociosanitaria muy importante.

**Dr. Francisco J. Rodríguez de Rivera, coordinador Grupo Estudio Enfer. Neuromusculares SEN.**



## Así se trata

Actualmente no hay ningún tratamiento que permita curar la enfermedad ni alargar la vida de forma significativa.

■ **Una esperanza.** En la actualidad hay ensayos clínicos y se ha dado un fuerte empujón a la investigación.

■ **Nuevo tratamiento.** Además, en España se ha aprobado, tras más de 30 años sin ningún nuevo fármaco para la ELA, un tratamiento que ayuda a preservar la función neuronal y a ralentizar la progresión de pacientes con la mutación genética SOD1.





# Solo tenemos un cerebro: cuidémoslo

**FEDERICO CASTILLO ÁLVAREZ**

Neurólogo y miembro de la Sociedad Española de Neurología

El ictus mejor tratado es el que no se presenta o la demencia que menos impacto tiene en nuestros pacientes y su entorno es la que se presenta cuanto más tarde

**C**elebramos la ‘Semana del Cerebro’, ese órgano maravilloso, considerado por muchos como la estructura más compleja del universo, donde reside lo que somos como seres humanos. Nos permite pensar, recordar, decidir, movernos, adaptarnos, predecir y reaccionar. Nos define como personas, somos lo que recordamos ser, y asienta la base fisiológica de los sentimientos. Hipócrates afirmaba, hace casi 2.500 años en la Antigua Grecia, que «del cerebro y solo del cerebro, surgen nuestros placeres, alegrías, risas y bromas, así como nuestras tristezas».

Más cercano geográfica y temporalmente, el admirado cardiólogo Valentín Fuster afirmaba que «el corazón sirve para dar cantidad de vida; el cerebro, calidad de vida». Cuando hablamos de invertir en nuestra salud cerebral no lo hacemos solo en términos de tiempo vivido, que también, sino en cómo van a ser los últimos diez años de nuestra vida en términos calidad e independencia. No hay salud sin salud cerebral.

Las neurólogas y neurólogos somos muy conscientes, y presumimos cada vez que se presenta la ocasión, de que el cuidado de nuestro cerebro ha sufrido en los últimos años una auténtica revolución de la mano del desarrollo de muchos avances en el conocimiento, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades neurológicas. Desde que Santiago Ramón y Cajal describiera a las neuronas como las «mariposas del alma» hasta nuestros días, podemos afirmar sin miedo a ser pretenciosos, que la neurología es la especialidad que ha presentado un mayor desarrollo terapéutico dentro de la medicina. Y esto no se ha acabado aquí, nos esperan tiempos emocionantes.

Pero aún tenemos una asignatura pendiente en el mundo de la neurología, de la medicina en general, que es comenzar a pensar

pensar la salud en positivo. El siglo XXI debe ser el de la verdadera revolución que vendrá de aunar los esfuerzos para consolidar los avances en el tratamiento de afecciones neurológicas con los esfuerzos centrados en la prevención y promoción de la salud, de la cerebral. ¿Qué resultados vamos a conseguir con los nuevos tratamientos contra la demencia? No lo sabemos, pero su impacto sobre la enfermedad va a quedar muy lejos de la reducción en un 45% de su incidencia que conseguíramos eliminando los 14 factores de riesgo que proponen en la versión de 2024 la Lancet Commision. ¿Dónde quedan los grandes avances que se están consiguiendo en ictus, con su tratamiento precoz y su manejo en las unidades de ictus si lo comparamos con el dato aportado por el estudio Interstroke que cifra en un 90% los casos prevenibles de ictus si se controlan diez factores de riesgo? Porque el ictus mejor tratado es el que no se presenta o la demencia que menos impacto tiene en nuestros pacientes y su entorno es la que se presenta cuanto más tarde, a ser posible la que se presentaría una vez terminado nuestro ciclo vital.

De la mano de esta idea han surgido numerosos trabajos de revisión de diferentes sociedades científicas que ponen el acento en los determinantes de salud sobre los que podemos incidir para prevenir enfermedades neurológicas, en los hábitos de vida y los determinantes socioe-

conómicos. En nuestro propio ámbito, la Sociedad Española de Neurología ha propuesto su propio decálogo para mantener un cerebro saludable.

¿Qué nos proponen todas estas sociedades? Invertir en formas saludables de comer, movernos o dormir y con ello prevenir el sedentarismo y el exceso de peso; evitar hábitos tóxicos, como el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas; cuidar nuestra audición y visión; optimizar el uso de pantallas; favorecer el acceso a educación y formación (también en adultos, por ejemplo con nuestra maravillosa Universidad de la Experiencia); cuidar los factores de riesgo vascular, la presión arterial, azúcar y colesterol; mimar nuestro medio ambiente, promoviendo una buena calidad del aire y previniendo el calentamiento global, o adaptándonos al mismo, que favorece infecciones y perjudica a nuestros mayores frágiles; trabajando como sociedad para evitar la soledad no deseada, cuidar de la salud mental, la situación social y económica y la accesibilidad al sistema sanitario de los más vulnerables. Invirtiendo en esto, a nivel individual y como sociedad, ganaríamos en salud cerebral y global, ganaríamos en calidad de vida.

Y participando aún más de esta revolución que está por venir, los neurólogos y neurólogas, así como el resto de sanitarios, por nuestro conocimiento y motivación, estamos en una posición de privilegio para promocionar la salud cerebral, incidiendo en la prevención, primaria, secundaria y terciaria, de las enfermedades neurológicas, pero mucho más allá, para promover el máximo potencial y optimizar la función cerebral a lo largo de la vida, no solo de nuestros pacientes, sino de la ciudadanía en general.

Solo tenemos un cerebro, cuidémoslo, enseñemos a los demás a cuidarlo. Salud, ¡cabeza!

---

Aún tenemos una asignatura pendiente en el mundo de la neurología, de la medicina en general, que es comenzar a pensar la salud en positivo

1 Octubre, 2025



## SALUD

# EL AUTOBÚS DEL CEREBRO INCIDE EN LA PREVENCIÓN TALAVERA18





SALUD | SEMANA DEL CEREBRO

# Importancia vital de la prevención en las enfermedades neurológicas

El Autobús del Cerebro de la Sociedad Española de Neurología hizo parada ayer en Talavera para determinar la salud cerebrovascular y agilidad mental y detectar factores de riesgo

LETICIA G. COLAO / TALAVERA

Conocer los síntomas de un posible accidente cerebrovascular es fundamental para atajarlo a tiempo y minimizar las secuelas. Este es uno de los objetivos del Autobús del Cerebro que ayer hizo parada en Talavera con el fin de inculcar a la población la importancia de prevenir las enfermedades neurológicas.

Durante su estancia junto al Hospital General Universitario Nuestra Señora del Prado fueron numerosos los ciudadanos que quisieron conocer el estado de su salud cerebral realizándose distintas pruebas para determinar su salud cerebrovascular y su agilidad mental.

Así lo indicaron el doctor Octavio Sánchez del Valle, jefe de Sección de Neurología del centro hospitalario talaverano; Jaime David Corredor, delegado provincial de Sanidad, y la concejala del área en el Ayuntamiento talaverano, Julia González. Junto a ellos, el gerente del Área Integrada de Talavera, José María Ruiz de Oña.

El autobús del cerebro es una iniciativa que la Sociedad Española de Neurología (SEN) realiza todos los años con motivo de la Semana del Cerebro 2025, recorriendo diferentes ciudades de España, entre las que se encuentra Talavera. Su función fundamental es informar sobre la importancia de las enfermedades neurológicas, «sobre todas las más prevalentes, y ayudar a la población, en la medida de lo posible, a intentar prevenir o detectar aquellos factores importantes que puedan ayudar al manejo de estas enfermedades, y llegar a una edad lo más avanzada posible con una calidad de vida también lo mejor posible». Cabe destacar que existen más de 500 enfermedades neurológicas, aunque el ictus, la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, la enfermedad de Parkinson, las enfermedades neuromusculares (como, por ejemplo, la ELA), la esclerosis múltiple, la epilepsia y las cefaleas (como la migraña) son las que tienen un mayor impacto epidemiológico.

En el interior del autobús, tres espacios destinados al diagnóstico, a la formación y al entrenamiento y ejercicio del cerebro. Dispone de una zona equipada con camillas y equipos doppler para medir el funcionamiento cerebrovascular y el estado de las arterias de cada persona, así como con utensilios de medición para determinar el riesgo cerebrovascular.



En el interior del autobús, hay tres espacios destinados al diagnóstico, la formación y al entrenamiento del cerebro. / L.G.C.



Los responsables sanitarios junto al Autobús del Cerebro, ayer. / L.G.C.

Los asistentes han sido informados sobre las distintas enfermedades neurológicas y han realizado juegos de percepción y de lógica, pruebas cognitivas y de habilidad visuoespacial para comprobar su destreza mental. Al finalizar la actividad, se les ha entregado una tarjeta cerebro-saludable con los resultados obtenidos y con recomendaciones para tener un cerebro sano.

El doctor Sánchez del Valle informó de algunos de los síntomas que pueden avisar ante un posible ictus, que es la patología más aguda, más emergente, indicó. Así, es

motivo de alerta una asimetría en la cara; un problema para emitir el lenguaje o para comprender el lenguaje o una parálisis de alguna parte del cuerpo.

En cualquier caso, es fundamental llamar al 112, sus profesionales valorarán al paciente, contactarán con el Hospital más cercano y allí se realizarán todas las pruebas oportunas y el tratamiento médico que necesite en el caso, añadió.

**EVITAR SECUELAS.** El delegado provincial de Sanidad puso en valor el Plan de Salud Horizonte 2025

que finaliza este año y que ha trabajado para la promoción de salud y la prevención de las enfermedades como herramienta fundamental para mejorar la calidad de vida y poner en valor los hábitos saludables como el ejercicio físico, una dieta equilibrada y evitar hábitos como el tabaquismo o el consumo de alcohol, «muy importante también para prevenir las enfermedades cardiovasculares y otro tipo de enfermedades».

Corredor ha subrayado el trabajo de la unidad de Ictus del Hospital de Talavera que, desde su puesta en marcha en enero de 2020, ha tratado más de un millar de pacientes, más de 200 pacientes al año, «una labor importantísima».

En este sentido, dijo que es una unidad fundamental para Talavera y toda su comarca, «porque hay que destacar que cada vez que se produce un accidente cardiovascular, los primeros momentos son esenciales, sobre todo para ese control de la enfermedad y para evitar posibles secuelas».

En la misma línea se pronunció la concejala de Sanidad, Julia González, quien recordó que este tipo de enfermedades neurológicas es la principal causa de discapacidad en mediana y avanzada edad, además de la segunda causa de muerte.



# panorama social

LA ACTUALIDAD  
DE LOS  
COLECTIVOS  
SOCIALES

SALUD



## Más de 23 millones de españoles tienen una enfermedad neurológica

En España, más de 23 millones de personas tienen algún tipo de enfermedad neurológica, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). Algunas de ellas, como el ictus, el alzhéimer, el parkinson, la epilepsia o la esclerosis múltiple representan un desafío creciente para el sistema sanitario y la sociedad, al ser responsables del 44 % de la discapacidad por enfermedad crónica y del 14 % de los fallecimientos. "El pilar clave para reducir el impacto de las enfermedades neurológicas es la prevención", destacó el doctor Jesús Porta-Etessam, de la SEN.

"Hasta el 90% de los casos de ictus y el 40% de los casos de alzhéimer podrían evitarse cuidando adecuada-

mente nuestro cerebro. Por lo tanto, debemos apostar tanto por la prevención primaria, adoptando estilos de vida saludables, evitando factores de riesgo como el tabaquismo o la inactividad física, y promoviendo la educación sanitaria desde edades tempranas", afirmó.

A escala mundial, más de 3.000 millones de personas padecen enfermedades neurológicas, que ya causan una de cada seis muertes y lideran los años vividos con discapacidad. Además, según la OMS, el envejecimiento de la población ha disparado un 18 % el volumen de discapacidad y muertes prematuras en los últimos 35 años.



MAYORES

## España tiene 5,3 cuidadores por cada cien personas mayores de 65 años

España tiene una ratio de 5,3 trabajadoras de cuidados por cada cien habitantes mayores de 65 años, lo que la sitúa por debajo del promedio de la OCDE, cuya tasa se encuentra en 5,9, según un estudio de la Secretaría de Estado de Derechos Sociales. Además, desde el año 2011, dicha ratio ha mejorado "bastante poco", lo que se traduce en que España todavía se encuentra "muy lejos de alcanzar" las coberturas de otros países europeos referentes en modelo de cuidados, informa Servimedia.

EMPLEO

## Aspaym pide que la lesión medular pueda ser causa de jubilación anticipada

La Federación Aspaym pide al Gobierno que todas las personas con lesión medular, sin importar el origen de esta, puedan acceder a la jubilación anticipada por discapacidad. Actualmente, el Real Decreto 370/2023 solo contempla los casos traumáticos, excluyendo a quienes sufren las mismas limitaciones por otras causas. La Federación pide una reforma que garantice equidad y protección para todas las personas con lesión medular.

**INCLUSIÓN**

## Exigen declarar de interés general los servicios bancarios esenciales

La Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP) insta al Gobierno a declarar de interés general los servicios bancarios esenciales, con el objetivo de avanzar hacia la plena inclusión financiera de toda la ciudadanía. Además, trasladó al ministro de Economía, Comercio y Empresa, Carlos Cuerpo, que la accesibilidad financiera no es un privilegio, sino un "derecho fundamental", y solicitó garantizar la prestación de servicios bancarios en zonas rurales.

**MEDIOAMBIENTE**

## El Antártico, cada vez más salado por el deshielo marino

El océano Antártico se está volviendo más salado en su superficie a medida que se reduce el hielo marino, según muestra un estudio publicado en la revista 'Proceedings of the National Academy of Sciences'. Desde 2015, la Antártida ha perdido una cantidad de hielo marino equivalente al tamaño de Groenlandia. Durante décadas, la superficie del Antártico se enfrió y se volvió menos salada, lo que favoreció el crecimiento del hielo marino, informa Servimedia. Los científicos afirman que esa tendencia se ha revertido drásticamente. Esto ha coincidido con una dramática pérdida de hielo alrededor de la Antártida y el resurgimiento de la 'polinia Maud Rise', un enorme agujero en el hielo marino de casi cuatro veces el tamaño de Extremadura. "El agua superficial más salada facilita el ascenso del calor en las profundidades oceánicas, derritiendo el hielo marino desde abajo. Es un peligroso círculo vicioso: menos hielo genera más calor, lo que a su vez genera aún menos hielo", explica Alessandro Silvano, de la Universidad de Southampton.

**SOSTENIBILIDAD**

## La contaminación eleva la ansiedad y el hambre en los carpines dorados

La contaminación en los ríos por un componente que se añade a los envases de plástico para que adquieran más durabilidad y flexibilidad (DEHP, siglas de di2-ethylhexilo ftalato) reduce la ingestión de alimento en los carpines o peces dorados (*Carassius auratus*) al producir un desequilibrio en las señales que regulan su necesidad de alimentarse, según un estudio de la Universidad Complutense de Madrid (UCM). A pesar de comer menos, los peces no pierden peso ni dejan de crecer, ya que compensan esa falta de energía, al reducir el gasto energético, moviéndose menos y con una menor tasa metabólica. Además, los peces tratados con DEHP mostraron signos de mayor ansiedad, lo que sugiere un impacto negativo en su bienestar.





# UN VIAJE EN BUS PARA CUIDAR EL CEREBRO

Con hábitos saludables se pueden evitar en España hasta 100.000 dolencias neurológicas

TERESA ROLDÁN / ALBACETE

**C**on el objetivo de tratar de concienciar sobre la importancia de cuidar la salud del nuestro cerebro, la Sociedad Española de Neurología (SEN) ha vuelto a poner en marcha en 2025 su autobús del cerebro que ayer hizo parada en la capital, concretamente a las puertas de la Facultad de Medicina. Previamente, el 29 de septiembre estuvo en Segovia, el 30 de septiembre en Talavera de la Reina, hoy irá a Murcia y el 3 de octubre a Valencia.

A través de esta iniciativa varios neurólogos y otros profesionales del Complejo Hospitalario Universitario de Albacete estuvieron atendiendo a todos los ciudadanos que se acercaron hasta el autobús, y de esta forma, pudieron informarse sobre el estado de su salud cerebral y también realizar distintas pruebas para determinar su salud cerebrovascular, así como su agilidad

mental, de cara a prevenir posibles dolencias.

Uno de los neurólogos del Complejo Hospitalario Universitario de Albacete que se sumó a esta iniciativa fue Óscar Ayo, que acompañado de la delegada provincial de Sanidad, Juani García, del director gerente de la GAI de Albacete, Alberto Sansón, y de la decana de Medicina, Silvia Llorens, entre otros responsables sanitarios. Ayo destacó que «desde hace algunos años la Sociedad Española de Neurología (SEN) considera que es muy importante llevar a la población el conocimiento del funcionamiento normal del cerebro, porque las enfermedades neurológicas son terriblemente frecuentes y muy graves, y como tal tienen un gran impacto en las personas que lo sufren y sus familias». La buena noticia, en su opinión es que «tenemos herramientas para poder prevenir las enfermedades neurológicas, como por ejemplo el ictus, pero tam-

ción sufra ictus son prevenibles», apuntó el neurólogo. Siguiendo a rajatabla el cumplimiento de los hábitos saludables que proponen los profesionales sanitarios «podríamos evitar en España hasta 100.000 enfermedades neurológicas cada año», indicó el doctor Ayo, que no obstante reconoció que el principal factor de riesgo de las enfermedades neurológicas es la edad, de ahí el aumento de casos.

**CAMBIOS.** La delegada provincial de Sanidad, Juani García, aseguró que casi un millón de personas padecen en la comunidad autónoma alguna enfermedad neurológica, «con la cronicidad y los problemas que ello conlleva».

Neurologos del CHUA, y otros profesionales sanitarios del Servicio, así como residentes de la especialidad y estudiantes de Medicina, realizaron en el autobús ecografías para estimar el grado de riesgo vascular mediante la presencia de placas de ateroma en las carótidas, así como test de función cognitiva y agilidad mental para la detección de enfermedades neurodegenerativas como alzhéimer y otras demencias», agregó.

Hacer ejercicio, comer sano, hacer una actividad cognitiva de forma frecuente (como leer novelas, aprender un idioma o viajar), dormir correctamente, tener relaciones sociales y evitar el consumo de alcohol y tabaco, entre otros factores consiguen prevenir no sólo los ictus sino también las demencias.

«Se estima que el 80% de los factores que derivan en que la pobla-

ción sufra ictus son prevenibles», apuntó el neurólogo. Siguiendo a rajatabla el cumplimiento de los hábitos saludables que proponen los profesionales sanitarios «podríamos evitar en España hasta 100.000 enfermedades neurológicas cada año», indicó el doctor Ayo, que no obstante reconoció que el principal factor de riesgo de las enfermedades neurológicas es la edad, de ahí el aumento de casos.

**CAMBIO.** La delegada provincial de Sanidad, Juani García, aseguró que casi un millón de personas padecen en la comunidad autónoma alguna enfermedad neurológica, «con la cronicidad y los problemas que ello conlleva».

García se refirió al cambio de parádigma en el que se viene trabajando desde la Consejería de Sanidad para ofrecer más salud a la población, con iniciativas de promoción y educación de la salud y prevención de la enfermedad. «Merece la pena que todos nos concienciamos y tomemos medidas para no enfermar, pero también para hacer más sostenible nuestro sistema sanitario».

La titular provincial de Sanidad abogó por conseguir tener «menos años de discapacidad, es decir, que la gente llegue a ser mayor pero con pocos problemas».

También la concejal de Empleo, Lucrecia Rodríguez de Vera, se sumó y aplaudió en nombre del Ayuntamiento esta iniciativa.



Cerro



1 · El neurólogo Óscar Ayo realiza una ecografía a un varón, bajo la mirada de la neuróloga María Payá y estudiantes de Medicina. 2 · Éxito de asistentes al autobús. 3. La edil Rodríguez de Vera se sometió a los test. / J.M. ESPARCIA / AYTO



# Tecnología, atención multidisciplinar y soporte emocional en la Unidad del Dolor de Sanitas CIMA



lizado como parte esencial del abordaje integral del paciente. Contar con este apoyo es clave para mejorar la respuesta al tratamiento, especialmente cuando el dolor impacta en la calidad del sueño, el estado de ánimo o las relaciones personales", explican desde el equipo médico de Sanitas CIMA.

Con un modelo asistencial innovador que combina tecnología médica avanzada, atención multidisciplinaria y acompañamiento emocional, la nueva Unidad del Dolor está formada por un equipo de especialistas de alto nivel. Desde anestesistas expertos en técnicas intervencionistas hasta psicólogos clínicos, reumatólo-

## Las unidades del dolor estudian y tratan a pacientes con dolor severo y crónico que no responden a tratamientos convencionales

El innovador modelo asistencial de la nueva Unidad del Dolor de Sanitas CIMA, pensada para tratar el dolor crónico no solo desde un abordaje físico, sino también psicológico, dispone, además, de un espacio diseñado para ofrecer mayor privacidad y confort

**S**e estima que, en nuestro país, hasta un 32% de la población adulta padece algún tipo de dolor, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). La Sociedad Española del Dolor (SED) arroja otro dato: una de cada cuatro personas en España lo sufre. El dolor crónico no solo es físico, sino que se acompaña de otros síntomas, como la depresión, la ansiedad, la reducción de la movilidad física o el aislamiento social, hasta el punto de que el 16% de quienes lo padecen toma antidepresivos, según datos del Eurobarómetro sobre Salud Mental 2010.

Este dolor de moderado a severo afecta a las esferas personal y profesional de las personas, a veces muy limitadas para vivir de forma independiente y autónoma por culpa del dolor. A todas ellas se dirigen las unidades del dolor, especializadas en el manejo y el tratamiento de todo tipo de cuadros dolorosos complejos. Son unidades que se ocupan del estudio y el tratamiento de los pacientes con dolor severo y casi siempre crónico, que no responden a tratamientos convencionales.



**“El trabajo conjunto entre especialidades permite abordar el dolor desde su causa, no solo desde el síntoma”**

Los pacientes acuden, generalmente, remitidos desde otros especialistas una vez que consideran agotado su arsenal terapéutico habitual, o cuando no está claro cuál es el origen del dolor. Las causas más comunes de consulta suelen ser patología de columna (en pacientes operados y no operados), dolores osteoarticulares severos, neuralgias y neuropatías, dolor perineal, dolor oncológico, algunos tipos de cefaleas, etc.

Ahora, la nueva Unidad del

La nueva Unidad del Dolor está formada por un equipo de especialistas de alto nivel

gos y neurocirujanos que trabajan de forma coordinada para ofrecer planes de tratamiento personalizados según el origen, intensidad y duración del dolor. “El trabajo conjunto entre especialidades nos permite abordar el dolor desde su causa, no solo desde el síntoma, mejorando así los resultados clínicos y el bienestar del paciente”, destacan los médicos expertos.

Este nuevo servicio dispone, además, de un espacio exclusivo dentro de Sanitas Cima, pensado para ofrecer mayor privacidad, confort y seguimiento cercano, mejorando, de esta manera, la experiencia del paciente desde el primer contacto. La Unidad del Dolor de Sanitas CIMA representa, así, un paso más en el compromiso del hospital con una medicina de alta calidad centrada en la persona, con rigor científico y visión humana.

## MÁS INFORMACIÓN

### Hospital Sanitas CIMA



[www.hospitalcima.es](http://www.hospitalcima.es)

Dolor de Sanitas CIMA viene a aportar su grano de arena con un equipo multidisciplinar y un entorno diseñado para mejorar la experiencia y el bienestar de los pacientes que conviven con dolor crónico, en la apuesta del hospital por reforzar la medicina personalizada.

#### Apoyo psicológico

“El tratamiento del dolor no puede centrarse únicamente en lo físico. Nuestra unidad incorpora apoyo psicológico especia-



**La estimación de pacientes neurológicos asciende a más de 70.000 en Segovia P.4Y5**

3 Octubre, 2025



# Prevención sobre ruedas frente a los 70.000 casos neurológicos

**Segovia acoge al 'Autobús del Cerebro'**, una potente herramienta para informar, formar, concienciar e incluso detectar anomalías cerebrovasculares que alerten al paciente para que acuda al médico

MARCO A. RODRÍGUEZ  
SEGOVIA

Segovia fue escenario este lunes de la primera escala del denominado 'Autobús del Cerebro', una eficaz y atractiva herramienta -sus transparencias ayudan mucho para atraer tanto al ciudadano curioso como al preocupado- para la formación, información, prevención y hasta la alerta médica en caso de detección de anomalías que conducen a una patología cerebrovascular o a indicios de una enfermedad neurológica. Un asunto capital, pues en Castilla y León son más de 1,1 millones los pacientes neurológicos (se estima que más de 70.000 en la provincia de Segovia) y en España 23 millones los afectados, según los últimos datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Una actividad desarrollada en la Avenida del Acueducto, en el número 21 frente a la Iglesia de San Clemente, que emana de la 'Semana del Cerebro' organizada por la SEN y que recorrerá varios puntos de la geografía española. Así, si el lunes estuvo en Segovia, el martes hizo lo propio en Talavera de la Reina, siguiendo Albacete, Murcia y Valencia. En los 50 metros cuadrados del interior del bus, divididos en tres espacios, neurólogos de la zona atienden gratuitamente a los pacientes, les aconsejan, practican pruebas y exámenes y al final se les entrega una tarjeta con los resultados.

Estuvieron presentes en la inauguración del autobús a su paso por Segovia la directora de Asistencia Sanitaria y Humanización de la Junta de Castilla y León, Silvia Fernández Calderón; el concejal de Juventud y Educación en el Ayuntamiento segoviano, Sergio Calleja; y el doctor Luis López Mesonero, responsable del

Autobús del Cerebro en Segovia. Pero no fueron los políticos quienes acapararon las palabras sino las especialistas. Como Lorena Caballero, neuróloga en Segovia, quien expuso el porqué de la iniciativa de la SEN y su firme propósito de concienciar a la población de la importancia de las medidas preventivas en el día a día para cuidar el cerebro. "Hay muchos medicamentos que ayudan al cerebro, pero lo que queremos hacer es concienciar sobre que su estado depende de cómo vivimos, la importancia de la comida saludable o el sueño, entre otros". La facultativa local se refirió a algunas de las pruebas que se realizan en el interior del bus, como los test cognitivos o los ecógrafos para las carótidas para la detección de hallazgos patológicos que supongan un riesgo para las arterias y para la salud cerebrovascular. Describió al cerebro como el "ordenador" de nuestro cuerpo, "así que hay que cuidarlo", dijo.

Inició en la prevención como medida global de seguridad ya que los órganos básicos del cuerpo están interconectados, desde el corazón al propio cerebro. Una prevención que quiso extender a la aparición de enfermedades neurológicas, asociadas a las insuficiencias vasculares.

No hizo falta que innovara en los consejos o recomendaciones, pues el manual es conocido por todos: ejercicio mental y físico, socializar y mantener una vida activa, alimentación saludable con nuestra dieta mediterránea. "Mens sana in corpore sano", adijo tirando de clásico. En definitiva, sentido común. O el sueño, que debe estar, como señaló, muy arriba en esa pirámide. "Le damos muy poca importancia al sueño, parece que se deja como en



Imagen del exterior del 'Autobús del Cerebro' en Segovia, con la cola de ciudadanos que querían hacerse las pruebas.



Interior del autobús con los especialistas atendiendo a los pacientes.

HÉCTOR CRIADO

segundo plano cuando nos ayuda a limpiar esos deshechos que se generan en nuestro sistema nervioso. Hay que hacer hincapié ahí, sí. Dependerá de cada ciudadano, pero como norma general, unas siete u ocho horas, aunque más que el número de horas es la rutina y la constancia. Tomar medidas de higiene del sueño que además ayuden a eliminar medicaciones innecesarias".

La también neuróloga Inés Bermejo cifró en alrededor de 250 personas las que esperaban atender este lunes entre las diez de la mañana y las seis de la tarde. "La gente muestra bastante interés y

nosotros queremos extender este aprendizaje a cuantas más personas podamos. Aquí somos médicos al acceso de todos y estamos divulgando y enseñándoles cosas de su cuerpo que, yo creo, son importantes e interesantes", comentó respecto a la acogida y el despliegue al que se quiere llegar.

La doctora Bermejo desgrana los entresijos del material que más llama la atención dentro del autobús, ya que precisa de la camilla para el paciente justo al lado. Se trata de una 'ecografía de troncos supraaórticos', los que fluyen por encima de la arteria más crucial del cuerpo

humano pues llevan la sangre al cerebro. "Lo que hacemos es ver la salud de esas arterias, que las carótidas, por ejemplo, no presenten rigidez o placas de ateromas que pongan en riesgo la salud cerebrovascular. Es una parte muy básica de lo que sería un estudio completo, pero hay cosas que nos pueden llamar la atención y enseguida remitimos al médico de cabecera. Es difícil que veamos el ictus, pero sí esa suciedad que debe llevar a las consultas de neurología". Es una prueba que los neurólogos usan a diario, indica la doctora, que resalta el temor que se refleja en los pacientes.



HÉCTOR CRIADO

## Preocupante pandemia

Cuando los profesionales hablan de las enfermedades neurológicas no lo hacen sobre una cuestión menor. Desde la Sociedad Española de Neurología alertan de que, además de ser la principal causa de discapacidad en el mundo, también son la segunda mayor causa de muerte. Además, para más preocupación, en los últimos 30 años el número de fallecimientos por trastornos neurológicos ha aumentado un 40%, unas cifras que continuarán en progresivo aumento da-

EN LOS ÚLTIMOS 30  
AÑOS EL NÚMERO  
DE FALLECIMIENTOS  
POR TRASTORNOS  
NEUROLÓGICOS  
AUMENTÓ UN 40%

entre especialistas y pacientes, es una de ellas, de marcado carácter preventivo y de concienciación.

Las previsiones apuntan a que en Europa los casos de ictus aumentarán un 35% en apenas 15 años y que en 25 se triplicarán los de Alzheimer. Los datos no son demasiado halagüeños para España, pues este envejecimiento poblacional está provocando

que la prevalencia de estas patologías sea un 18% superior al resto del mundo y un 1,7 más que la media de los países europeos, como recogen los datos

de la SEN. Son 23 millones los afectados de alguna u otra forma en nuestro país, siendo además las enfermedades neurológicas la principal causa de discapacidad, responsables del 44% por enfermedad crónica. Y todo ello sin mencionar el coste económico que hay detrás.

imágenes que tienen dichos cubos, que progresivamente se complican. "Al final tienen una valoración general, les damos la tarjeta con los resultados y los neurólogos pueden hacer la ecografía doppler", describe Claudia, que dice recibir sobre todo a personas mayores que le cuentan que cada vez se despistan más o le dicen que 'voy a la cocina y no sé para qué he ido', 'o al supermercado y se me ha olvidado qué tenía que comprar, aunque eso nos puede pasar a todos pero a ellos con más frecuencia'. Si vemos que los datos no cuadran les recomendamos que acudan al médico de cabecera para que les deriven al neurólogo y les hagan pruebas más concretas". Según la estudiante, mucha gente no se atreve a ir al médico y sin embargo, "aquí, a pie de calle es distinto, se lo toman como algo más relajado".

### Y QUÉ OPINAN LOS PACIENTES?

La satisfacción predominaba en el sentir de los ciudadanos a la salida del bus, bien por curiosidad o por necesidad, que se subieron al vehículo. Una de ellas fue María Gloria Frechel, quien estaba de paso y le llamó la atención aquello. "Venía de la catedral y me fijé y pregunté qué era eso. Cuando vamos a Madrid solemos ir mi marido y yo a la 'Semana del Corazón', pero él está en el campo y no se ha enterado".

Con una sonrisa dibujada en la cara, María Gloria se alegra de que le hayan dicho que todo está correcto. "Hombre, una se va a casa mucho más tranquila si te dicen que todo está bien. Además, los médicos son muy majos", añade segundos antes de valorar muy positivamente este tipo de iniciativas. "Me parece maravilloso, fenomenal. Sirve para prevenir incluso aunque suelas ir al médico y tengas controladas estas cosas, que una ya va teniendo una edad, que tengo 85 largos. Por suerte estoy muy bien, no me paro y todos los días de la semana voy a algo o practico la memoria", continúa una muy activa María Gloria.

Rosa María de Frutos, de Segovia, también quiso interesarse por lo ofrecido por los médicos en plena calle y se hizo alguna prueba de agilidad mental. "Me han visto cómo va el cerebro con mi edad para comprobar si está bien, porque yo me noto ya que voy teniendo mis cosas, pero me han dicho que por ahora la cosa va bien. Ahora tengo que pasar a la siguiente prueba y a ver qué tal sale", comenta.

Con 71 años de edad, a Rosa María le parecen una gran idea estas convocatorias sanitarias que combinan formación y prevención. "Me parece muy bien, genial, estupendo. Es una ayuda. Además, cuando llegas a una edad ya vas notando algunos fallos y aquí te pueden solucionar algunas cosas o avisarte por si tienes que ir al médico". ■



La neuróloga Lorena Caballero realiza una ecografía a una paciente.

H. C.



Los cubos de Kohs.

H. C.

"Vienen con algo de miedo porque muchos te cuentan que les ha pasado una cosa u otra y quieren saber cómo están o si tienen algo. Se hacen la prueba diciendo: 'huy, qué es lo que voy a tener'. Nosotros les orientamos, informamos, formamos y les tranquilizamos".

Inés Berméjo insiste en que este tipo de enfermedades se convierten en crónicas y cada vez más numerosas, lo que sobrecarga el sistema de salud dado el envejecimiento poblacional, por lo que todo lo que se haga en cuanto a prevención es poco. "Hacemos el doppler, que es rutinaria para nosotros, porque la

salud circulatoria también habla de cómo es la cognitiva, cómo las arterias influyen en que podamos padecer un ictus o que aparezcan enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer, las demencias o el Parkinson".

Claudia Rodríguez es estudiante de medicina y uno de los futuros facultativos que colaboran en las pruebas como voluntaria de la Universidad de Salamanca. Su misión es practicar una serie de test cognitivos para evaluar el estado de los pacientes. Pruebas muy sencillas y valoraciones que va anotando en la tarjeta, como un test de claves nu-

méricas en el que cada número es una clave y hay que escribir el correspondiente en cada casilla. Se concede un minuto para comprobar cuántas pueden llenar; teniendo en cuenta factores como el nivel de estudios, explica esta abulense.

Otra consiste en la memoria fotográfica. Identificar unas imágenes expuestas examinando así la capacidad de recordarlas. O dibujar un trazo siguiendo una cadena numérica ascendente, donde el estado cognitivo dependerá del tiempo empleado. La de los cubos de Kohs aumenta un poco la dificultad ya que se trata de imitar las figuras de las

## LOS PROTAGONISTAS

INÉS BERMEJO  
Neuróloga



"Algunos pacientes vienen con algo de miedo porque te cuentan que les ha pasado una cosa u otra y quieren saber si tienen algo. Nosotros les orientamos"

CLAUDIA RODRÍGUEZ  
Estudiante de medicina



"Si vemos que los datos no cuadran les recomendamos que acudan al médico de cabecera y que éste les derive al neurólogo para que haga más pruebas"

MARÍA GLORIA FRECHEL  
Paciente



"Me parece maravilloso. Sirve para prevenir incluso aunque suelas ir al médico y tengas controladas estas cosas, que una ya va teniendo una edad, que tengo 85 largos. Por suerte estoy muy bien, no me paro y todos los días de la semana voy a algo o practico la memoria", continúa una muy activa María Gloria.

ROSA MARÍA DE FRUTOS  
Paciente



"Es una ayuda. Cuando llegas a una edad ya vas notando algunos fallos y aquí te pueden solucionar cosas o avisarte por si tienes que ir al médico"



**Alicia González,  
neuróloga: “La salud  
cerebral es muy  
importante para  
prevenir el ictus”**

Págs. 14-17



# Alicia González, neuróloga: “La salud cerebral es muy importante para prevenir el ictus”

Texto: Noemí Velasco  
Fotografías: Elena Rosa y Lanza







**M**ás de 100.000 personas sufren un ictus en España cada año y nada menos que un 25 por ciento de la población está en riesgo de sufrirlo a lo largo de su vida. Son datos de la Sociedad Española de Neurología. Ante ello, los ciudadanos del primer mundo solo puede agarrarse a la prevención y en eso insiste Alicia González, neuróloga e investigadora de Miguelturra con 33 años, que hoy preside la sección joven de la European Academy of Neurology.

"La salud cerebral es muy importante para prevenir el ictus". González, que estudió en el instituto Campo de Calatrava de Miguelturra y en la Facultad de Medicina de Ciudad Real, insiste en el descanso y en el ejercicio, porque no solo tiene beneficios fisiológicos, al mejorar la capacidad cardíaca y pulmonar, sino que también tiene "efectos psicológicos y neurológicos, ya que mejora el estado de ánimo y sabemos que contribuye a prevenir enfermedades neurodegenerativas".

La doctora, que trabaja en los Servicios de Neurología e Inmunología del Hospital Universitario de La Princesa (Madrid) a través del programa 'Juan Rodés' después de conseguir logros académicos desde el inicio de su carrera, habla de crear "una reserva física y cognitiva" que permitirá "responder mejor a los daños que se puedan producir en un futuro en el cerebro". El sueño también es fundamental, porque "ayuda a eliminar sustancias tóxicas a través del sistema glinfático, además de afianzar los conocimientos".

### El enigma del cerebro

El misterio no deja de rodear al cerebro entrado el siglo XXI. Los investigadores hoy saben, según explica Alicia González, que "el cerebro es capaz de reconfigurarse". Es lo que se llama neuroplasticidad, que marca "nuestra forma de definirlo y de abordar la salud y la enfermedad". Sin duda, representa "una oportunidad" para recuperar funciones después del daño cerebral producido, por ejemplo, por un ictus.

Esta capacidad de regeneración es importante tenerla en cuenta de cara a mantener la capacidad funcional en un paciente. Se trata de fortalecer la compleja red de conexiones que compone el cerebro, inescrutable todavía en muchos casos, y que hace que la neurología, en palabras de González, sea "una de las especialidades más atractivas para los estudiantes que quieran desarrollar una carrera médica-investigadora en un futuro".

### Nuevos fármacos prometedores

La salud cerebral no solo sirve para prevenir la segunda causa de muerte que existe en el mundo, sino para trabajar otras que, como la migraña, traen de cabeza a quienes la padecen. "La migraña es una enfermedad neurológica altamente discapacitante que afecta al 12 por ciento de la población en España", explica la doctora. Afecta sobre todo a mujeres, jóvenes y en edad laboral.

La neuróloga celebra los últimos avances en fármacos con una enfermedad, que según advierte, "no se reduce a tener dolor de cabeza, sino que engloba otros síntomas, como náuseas, vómitos, alteraciones visuales o sensibilidad extrema a la luz o al ruido". Los tratamientos ya no se reducen a los orales clásicos -antiepilepticos, antidepresivos y ansiolíticos-, que no estaban diseñados para la mi-





**Alicia González coordina un proyecto nacional sobre biomarcadores en migrañas en colaboración con la Unidad de Cefaleas del Hospital Clínico Universitario de Valladolid**

graña, pero que funcionaban. Así pues, los dirigidos a la molécula CGRP son prometedores.

**Implantar la figura del médico-investigador**

En la búsqueda de respuestas para las enfermedades neurológicas, Alicia González insiste en que es necesario fomentar la investigación y, en concreto, habla de la figura del médico-investigador, que todavía en algunas regiones del país apenas está implantada. "En España es posible a través de programas como 'Río Hortega' y 'Juan Rodés', cofinanciados por el Instituto de Salud Carlos III (ISCIII)", indica.

La misma Alicia González es un ejemplo de integrar la atención médica, el diagnóstico y el tratamiento, con el desarrollo de proyectos de investigación multidisciplinares. Así pues, coordina un proyecto nacional sobre biomarcadores en migrañas en colaboración con la Unidad de Cefaleas del Hospital Clínico Universitario de Valladolid, ha inaugurado una consulta para la atención de enfermos de cáncer que sufren complicaciones neuroinmunológicas y colabora en tareas docentes en la Universidad Autónoma de Madrid (UAM).

"La figura del médico-investigador ya está plenamente reconocida en algunas comunidades autónomas como Andalucía y continúa su expansión dado el valor que estos roles aportan a los hospitales y centros de investigación asociados en tareas como la coordinación de equipos multidisciplinares, lo que contribuye en el avance de la medicina en el ámbito asistencial", comenta.

**Camino que tomará la neurología**

Desde la European Academy of Neurology sus objetivos no son otros que promover la excelencia clínica y científica de los miembros, 2.000 jóvenes en la actualidad. La acompañan en la ejecutiva doctores de todo el continente. "Trabajar con personas de diferentes entornos geográficos y de diferentes países en Europa es muy enriquecedor", explica. Lo sabe bien, pues ha realizado estancias de reconocido prestigio en Londres y Massachusetts.

Dirigir la sección juvenil de esta organización, según Alicia González, hace que los nuevos doctores "tengan una representación de primera línea en la dirección que debe tomar la neurología en un futuro". También apuesta por la divulgación científica a través de disciplinas como el arte, como demuestra su proyecto NeuroART, que ha unido la ciencia, con la fotografía, el dibujo, la música, la danza y la poesía desde hace tres años.

5 Octubre, 2025



## LA PUBLICACIÓN MÁS GALARDONADA DE LA PRENSA ESPAÑOLA

Premio Jaime I de Periodismo • Premio de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica • Premio a las Mejores Iniciativas de Servicio al Paciente de la Fundación Farmaindustria • Premio del Colegio de Ingenieros de Montes • Premio de la Federación Española de Enfermedades Raras (Feder) • Premio de la Fundación Internacional de Osteoporosis • Premio de la Fundación Biodiversidad • Premio Biocultura • Placa de la Sanidad de la Comunidad de Madrid • Premio de la Fundación Pfizer • Premio Foro Español de Pacientes • Premio de la Sociedad Española de Diabetes • Premio de la Federación Española de Empresas de Tecnología Sanitaria (Fenín) • Premio de la Sociedad Española de Medicina de Atención Primaria • Premio del Colegio de Farmacéuticos • Premio de la Federación Española de Sociedades de Nutrición • Premio de la Fundación Dental Española • Premio de la Federación de Personas con Discapacidad Física • Premio PRsalud • Premio de la Fundación Bamberg • Premio Ediciones Mayo a la mejor labor divulgativa • Premio Estrellas del Mar de Iberocruceros • Premio del Instituto Danone • Premio del Colegio Oficial de Psicólogos • Premio de la Asociación Multisectorial de Empresas de Tecnología de la Información • Dos premios de la Fundación Farmacéutica Avenzoar • Instituto Novartis de Comunicación en Biomedicina • Medalla de oro del Foro Europa 2001 • Premio del Instituto Barraquer • Dos Premios del Club Español de la Energía • Premios del Instituto Puleva de Nutrición • Medalla de Honor de la Fundación Bamberg • Premio Colegio Oficial de Farmacéuticos de Madrid • Premio Periodístico sobre la Heparina • Premio Comunicación Sanitaria 2016 del Instituto de Investigación y Desarrollo Social de Enfermedades poco frecuentes • Premio Medialover 2017 • Premio Fundación ECO • Premio Fundación DomusVi • Premio Asedef • Premio Periodismo en Respiratorio GSK • Premio Nacional de Medicina Siglo XXI • Premio New Medical Economics • Premio EIT Food • Premio Supercuidadores • Premio Colegiado de Honor del COFM • Premio HematoAvanza de la SEHH • Premio Íñigo Lapetra de Periodismo Sanitario • Premio España en el Corazón de Asedef • Premio Fundación Humans • Premio Sedar • Premio Fundación CRIS Contra el Cáncer • Premios Imparables Sanitarios • Premio Fundación Bamberg • Premio CEN a la Divulgación de las Neurociencias • VI Premio de Periodismo en respiratorio GSK • Premio del Consejo General de Dentistas • Premio Periodístico SEMI • Premio de Periodismo Sedar • Premio Fundación Grünenthal • Premio de la Sociedad Española de Neurología • Premio de la Sociedad Española de Cardiología • Premio Médicos y Pacientes de la OMC

5 Octubre, 2025



# La infección que puede causar la muerte en cuestión de horas

La doctora Griselle Anaya, del Hospital San Juan Grande de Jerez, habla del aumento de casos de meningitis

M. VALERO Jerez

Desde que la Organización Mundial de la Salud (OMS) publicase en 2020 la estrategia 'Derrotar a la Meningitis en 2030', una hoja de ruta para tratar de frenar las altísimas tasas de mortalidad y discapacidad que genera esta enfermedad, el 5 de octubre se conmemora el Día Mundial contra la Meningitis, una enfermedad grave caracterizada por producir inflamación en las membranas que rodean el cerebro y la médula espinal. La OMS estima que la meningitis afecta a unos 2,5 millones de personas y que causa unas 250.000 defunciones cada año en el mundo.

Aunque la meningitis puede ser causada por virus, bacterias, hongos o parásitos, la forma bacteriana es la más peligrosa y puede provocar la muerte en pocas horas si no se trata de inmediato. De hecho, alrededor de 1 de cada 6 personas que contraen este tipo de



Un profesional sanitario administrando la vacuna frente a la meningitis a un joven.

importante brote de meningitis registrado en Aragón y todos eran menores de 5 años. "Andalucía ha agregado una nueva vacuna al calendario de los niños, que es el meningococo C. La vacunación es muy importante, porque ya no es que se evite en un porcentaje los fallecimientos, sino que la meningitis puede dejar muchas secuelas, como la discapacidad, retraso psicomotor, epilepsia...", detalla.

Anaya recuerda el último caso de meningitis registrado en el San Juan Grand: "Una chica a la que le molestaba mucho la luz, tenía rigidez de cuello y mucha fiebre. Cuando se le hizo la analítica tenía una leucopenia, un consumo de glóbulos blancos importante y se trasladó al Hospital Universitario de Jerez. Normalmente preguntamos si ha habido algún incidente de importancia, como un golpe fuerte en la cabeza, sinusitis de repetición, otitis de repetición... porque son sitios donde se puede romper la barrera hematoencefálica que hace que las bacterias migren fácilmente".

## SECUELAS, SÍNTOMAS Y VÍAS DE TRANSMISIÓN

meningitis, muere —especialmente la meningitis meningo-cócica y neumocócica— y hasta un 20% de los pacientes desarrolla una discapacidad grave.

La doctora Griselle Anaya, del Servicio de Urgencias del Hospital San Juan Grande de Jerez, explica que los casos de meningitis han aumentado en Andalucía. "En 2022 se registraron 31 casos, en 2023 se contabilizaron 46 casos y en 2024 se ha llegado a 58 casos. Quizás se ha perdido la conciencia de la vacunación. Andalucía tiene ahora el programa 'Cero Meningitis' con el objetivo de concienciar, sobre todo entre los jóvenes, de la importancia de la vacunación desde edades tempranas", informa Anaya.

La especialista recuerda un



Griselle Anaya, en el Servicio de Urgencias del Hospital San Juan Grande.

neurológicos derivados del daño cerebral producido por la enfermedad, así como amputaciones de extremidades (cuando la infección de la meningitis se extiende al torrente sanguíneo produciendo sepsis) que afectan seriamente la calidad de vida. De hecho, la meningitis es la sexta enfermedad neurológica que más discapacidad provoca en el mundo, tras el ictus, la encefalopatía neonatal, la migraña, la demencia y la neuropatía diabética.

"Aunque en nuestro país la incidencia de la meningitis sigue siendo baja, esta enfermedad sigue siendo una de las primeras causas de muerte por infección en niños y adolescentes en España. Además, estamos observando una ligera tenden-

cia ascendente de los casos desde el año 2014", comenta la doctora Saima Bashir, coordinadora del Grupo de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología. "Por ejemplo, en España, en 2024 se produjeron 330 casos de meningitis meningo-cócica, frente a los 270 del año anterior, por lo que desde la Sociedad Española de Neurología instamos a reforzar la prevención y vacunación", añade.

Entre los síntomas más comunes destacan fiebre repentina, dolor de cabeza intenso, rigidez en el cuello, náuseas, vómitos, sensibilidad a la luz y erupciones cutáneas. En bebés y niños pequeños puede manifestarse con irritabilidad inexplicable, vómitos y abultamiento

de la fontanela. Y aunque cualquier persona puede contraer meningitis, los grupos de mayor riesgo son los niños menores de 5 años, sobre todo cuando no están vacunados, y los jóvenes de entre 15 y 24 años. Las personas inmunodeprimidas también tienen mayor riesgo de padecer diferentes tipos de meningitis, así como aquellas que viven o trabajan en entornos especialmente concurridos.

Aunque la vía de transmisión varía según el organismo, la mayoría de las bacterias que causan meningitis se contagian entre los seres humanos principalmente a través del contacto cercano con una persona infectada, tras la inhalación de las pequeñas partículas líquidas que se expulsan al hablar, toser o estornudar.

## #ZEROMENINGITIS

Desde 2020, Andalucía ha ido planteando de forma progresiva una estrategia para evitar todos los casos de meningitis bacteriana en la infancia y la adolescencia, con empleo de diferentes vacunas en las edades de mayor impacto. Bajo el eslogan #ZeroMeningitis, se pretende sensibilizar a la población, sobre todo a los padres, y también a los adolescentes, de la importancia de las vacunas que hay incluidas en el calendario andaluz de forma gratuita, para que ninguna persona en edad infantil o adolescente sufra las consecuencias de esta terrible enfermedad.

Desde el 1 de diciembre de 2021, Andalucía incluye en el calendario infantil gratuito la vacuna del meningococo B (Bexsero), para todos los niños y niñas nacidos desde el 1 de octubre de 2021. La pauta consiste en 3 dosis, a los 2, 4 y 15 meses.

Desde enero de 2020, la vacuna que previene meningitis por 4 tipos de meningococo: A, C, W e Y, está incluida en el calendario vacunal gratuito de Andalucía en dos momentos cruciales: a los 12 meses y en la adolescencia. La vacuna que se está empleando en Andalucía es Nimenrix.

Es muy importante que todos los adolescentes de entre 12 y hasta 20 años reciban una dosis de esta vacuna Nimenrix si aún no la han recibido. De todas formas, cualquier persona nacida entre 2002 y 2010 que aún no haya recibido la dosis de meningococo ACWY, puede solicitar cita en su centro de salud para la vacunación. En el caso de menores de 16 años, deben acudir al centro siempre con sus padres o tutores legales.