

elpais.com

Cumbre en Vitoria para mejorar la calidad del sueño de los españoles: “Tenemos que ser mejores durmiendo”

Gonzalo Loza

6-7 minutos

Carlos Egea viajaba en tren en dirección a Madrid. Estaba al teléfono, explicando a sus colaboradores cómo sería un congreso para concienciar sobre la importancia del descanso y su cuidado. Joseba Beristain escuchaba la conversación a su lado y no aguantó las ganas:...

-He estado atento a lo que decías y me encanta la idea. ¿A qué te dedicas?

-Soy neumólogo, especializado en sueño.

-¡Qué interesante! Yo soy compositor de bandas sonoras.

-¿Y tú puedes hacer música relajante como si fuera una medicación para dormir?

-Sí, ¡claro!

Esta presentación fue el punto de partida de la colaboración de Beristain en la jornada *Sueño y aprendizaje: por unos horarios escolares saludables* que se ha celebrado este miércoles en Vitoria. Ha aportado el toque más creativo con una improvisación musical diseñada para inducir un sueño relajante. “La ciencia también es arte

y la música puede ser un medicamento”, piensa Egea, que además es el presidente de la Federación Española de Sociedades de la Medicina del Sueño y jefe del servicio de Neumología y Unidad del Sueño del Servicio Vasco de Salud (Osakidetza). “Joseba es un *farmacéutico* de la música y realizará un tratamiento para este evento. Si receto medicamentos para el sueño, ¿por qué no puedo usar la música?”.

Más de 200 expertos han podido escuchar este “acto creativo” y han reflexionado [sobre cómo familias, educadores, profesionales de la salud y responsables políticos pueden contribuir a promover hábitos de sueño](#) saludables y a alinear los horarios escolares, laborales y familiares con los ritmos biológicos.

“Vivimos desfasados con el sol casi dos horas”, explica Egea. “Nos gusta cenar tarde y alargar las noches, pero es una costumbre cultural, no biológica. Si nos levantáramos con la luz, también terminaríamos antes la jornada y aprovecharíamos mejor el día”. Alude a lo que hace el resto de los animales: “Levantarse a las 6.30 o 7.00 con sol y acostarse cuando llega la oscuridad”.

Los participantes en el congreso se han preguntado si realmente la sociedad está dispuesta a realizar un cambio progresivo hacia lo que otros países europeos ya vienen realizando. “Hemos interiorizado esta forma de vida, pero científicamente sabemos que no es la mejor. Queremos trasladar ese conocimiento a la población y ver si está dispuesta a dar el paso”, adelanta Egea en declaraciones a EL PAÍS.

Los últimos estudios de la Sociedad Española de Neurología concluyen que el 48% de la población española no duerme las horas recomendadas. Por sectores de población, más de la mitad de los mayores de 65 años sufren [desórdenes del sueño](#). En total cuatro millones de españoles padecen algún tipo de trastorno del sueño crónico y grave. Además, todos estos informes avisan de que dormir

poco, a largo plazo, aumenta de forma muy significativa el riesgo de desarrollar enfermedades metabólicas como la obesidad y la diabetes, la hipertensión o problemas de colesterol y triglicéridos.

El foco se ha puesto en los menores en edad escolar, ya que el 70% de los niños mayores de 11 años tampoco duerme el número adecuado de horas. “Hay que aprender a gestionar el tiempo desde jóvenes, porque marca cómo seremos de adultos”, subraya el pediatra Gonzalo Pin, especialista en sueño infantil. “La sociedad actualmente no es consciente de la importancia del sueño”, expresa.

De hecho, “los horarios a los que están sometidas las niñas, niños y adolescentes están pensados en las necesidades de las personas adultas, no en las diferentes etapas de la infancia y de la juventud”. El médico valenciano recuerda que “en esta fase tan importante de la vida”, las necesidades y ritmos de sueño van cambiando “y eso no lo tenemos en cuenta, no solo a nivel educativo, sino a ningún aspecto de la vida”.

Ambos expertos coinciden en que se trata de “un problema de salud pública”. No creen que la responsabilidad sea exclusivamente de las familias ya que estas siguen las inercias sociales. A la hora de actuar, Pin cree que el primer paso debe ser proporcionar “información y formación a las personas que nos dedicamos a la infancia y a la juventud, como podemos ser los sanitarios o los docentes. Después, vendrá el turno de los legisladores”.

A este respecto, piden una estrategia nacional que estructure la cultura para que “en este país seamos mejores durmiendo”. De la misma forma que se regula el tabaco o el uso de las pantallas, “se podría regular el descanso entre la juventud”. Desde que llegó la electricidad, “vivimos en un entorno artificial que altera nuestros ritmos”, advierte.

Para estos especialistas, el descanso debería tener la misma

importancia que la alimentación o la actividad física. “Llevamos desde los años 70 dando vueltas con el mismo tema, pero sin pasar a la acción. Ha llegado el momento de introducir todo este conocimiento científico en diversos ámbitos de la sociedad”, clama Egea.

No se trata de hacerlo de manera punitiva. “Todo el mundo quiere vivir bien y durante muchos años, y dormir mejor es una parte esencial de eso”, añade. “Nos hemos unido un grupo muy ilusionado para escuchar a la sociedad y transmitir este mensaje. Somos nuestra pequeña *flotilla del sueño*”.

Si hubiera que dar un único consejo para dormir mejor esta misma noche, los expertos coinciden: aumentar el contraste entre el día y la noche. “El día es luz, actividad y alimentación ya que somos mamíferos diurnos y sociales. La noche, en cambio, es descanso y oscuridad. Por lo que, los especialistas aconsejamos empezar por un buen desayuno al alba y después cuidar los ritmos de alimentación. La actividad hay que dejarla para el primer tercio de la jornada”.

Los seres humanos utilizan distintos rituales para [conciliar el sueño](#) desde hace siglos. “El ejemplo más claro es contar ovejas”, recuerda Egea. Un conocido texto del siglo XII ya recoge lo que venía haciendo un narrador para ayudar a su rey. Le narraba la historia de un campesino que había comprado mil ovejas y debía llevarlas a casa cruzando un río. Para que el relato durara más, el juglar iba contando las ovejas una por una. “Aunque no sea con este cuento, este tipo de rituales se repite desde que nacemos, ya sea con historias, canciones o, con personas más adultas, simplemente poniendo la radio antes de dormir”, explica el doctor.

16 Oct, 2025

Argentina

Colombia

Españ

REGISTRARME

INICIAR SESION

Andrés Refinería rusa Infanticidio femenino en India Matrimonio Rehenes Submarino Titán Guerra Ru:

AGENCIAS >

Menos del 60% de los pacientes con dolor neuropático responde a los tratamientos actuales

Por Newsroom Infobae

16 Oct, 2025 11:17 a.m. ESP



La coordinadora del Grupo de Estudio de Dolor Neuropático de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la doctora Montserrat González Platas, ha afirmado que menos del 60 por ciento de los pacientes con dolor neuropático responde a los tratamientos actuales, lo que lo hace uno de los dolores "más complejos y difíciles" de abordar.

Te puede interesar:

Greta Thunberg, tras denunciar torturas en Israel: "Imagina lo que hacen a los palestinos a puerta cerrada"



"Uno de los principales problemas del dolor neuropático es que no responde a los analgésicos convencionales y, con los tratamientos actuales, menos del 60 por ciento de los pacientes logra un adecuado alivio del dolor. Esto hace que el dolor neuropático sea uno de los principales dolores crónicos que existen, porque una vez instaurado es común que los pacientes tengan que convivir con él meses e incluso años", ha declarado la doctora González de cara al Día Mundial contra el Dolor, que se celebra este viernes.

Tras ello, ha detallado que el tiempo de evolución de este dolor es de unos 30 meses, en los que el sistema nervioso mantiene activa la señal de dolor sin una causa evidente, que además es "continuo, quemante y punzante", lo que afecta al descanso, el ánimo y la calidad de vida de los pacientes.

Te puede interesar:

Trump, dispuesto a permitir que Israel reanude la ofensiva en Gaza si Hamás incumple su parte del acuerdo



PRO DAYS CITROËN

**Del 15 al 31 de octubre
financiación gratuita y entrega
inmediata.**

La prevalencia del dolor crónico en Europa es del 20 por ciento, de los que un 25 por ciento presenta dolor neuropático, lo que se traduce en más de 50 millones de europeos con esta enfermedad neurológica, de los que 3 millones son españoles, cifra de la que se prevé un aumento por el envejecimiento progresivo de la población.

Cabe destacar que el dolor crónico es la causa de más del 17 por ciento de los casos de discapacidad registrados en Europa y genera unos gastos superiores al 1,5 por ciento del Producto Interior Bruto (PIB) en los países desarrollados. En España, su coste alcanzaría más del 2,5 por ciento del PIB.

Te puede interesar:

Trump autoriza operaciones encubiertas de la CIA en Venezuela



"El dolor neuropático es, por lo tanto, uno de los mayores desafíos en el manejo del dolor crónico y también es uno de los tipos de dolor que con más frecuencia se encuentra en la práctica clínica. Estimamos que, en España, el 50 por ciento de las consultas que se realizan en Atención Primaria son por dolor, y de ellas, el 25 por ciento corresponden a dolor neuropático", ha añadido la especialista.

PROBLEMAS DE SALUD MENTAL ASOCIADOS

Este dolor tiene un gran impacto en la vida de los pacientes, de los que un 40 por ciento lo ha sufrido durante más de cinco años. El 60 por ciento de las personas que sufren este dolor presenta trastornos del sueño, el 34 por ciento depresión, el 25 por ciento ansiedad y el 27 por ciento se siente constantemente cansado. Todo ello hace



"Cuando hablamos de dolor neuropático frecuentemente estamos hablando de otras comorbilidades que suelen ir acompañándolo, principalmente en forma de alteraciones del sueño, cansancio o pérdida de concentración, que pueden afectar considerablemente al estado de ánimo, la personalidad y las relaciones familiares y sociales del paciente. Y, todo ello, junto a la dificultad en el tratamiento, bien por falta de respuesta analgésica o por mala tolerabilidad a los fármacos utilizados, complica el cuadro clínico", ha agregado la experta.

La doctora González ha explicado que tras el origen del dolor neuropático se encuentran una gran variedad de factores, como lesiones, infecciones, enfermedades o tratamientos médicos, pero que la diabetes y el dolor lumbar son las patologías que más frecuentemente se asocian a dolor neuropático, así como las secuelas postraumáticas o posquirúrgicas. Sin embargo, algunas personas pueden desarrollarlo sin una causa aparente.

Es por ello por lo que un diagnóstico precoz puede "marcar la diferencia", pues cuanto antes se identifique el origen y se inicie un tratamiento adecuado, "mayores son las posibilidades" de aliviar el dolor y evitar que se cronifique.

"Existen opciones farmacológicas para aliviar el dolor y recuperar calidad de vida y, aunque el dolor neuropático no siempre desaparece por completo, con el tratamiento adecuado puede controlarse, reducir su intensidad y dejar de condicionar el día a día. Lo fundamental es dar con la causa, abordarla de forma personalizada y, sobre todo, no rendirse si los primeros tratamientos no funcionan", ha subrayado.

Por último, ha hablado también sobre la posibilidad de realizar una cirugía en aquellos casos en los que este dolor esté provocado por una compresión nerviosa o una lesión estructural.



Vithas Granada reúne a profesionales y pacientes para profundizar en el abordaje de las cefaleas y el dolor craneofacial

¿QUIERES PUBLICAR ESTE CONTENIDO?

📅 octubre 16, 2025

(Información remitida por la entidad que la firma:)

- Profesionales del hospital y del Instituto de Neurociencias Vithas organizan el 21 de octubre un Aula Salud en el centro dirigido a pacientes con cefaleas, y unas jornadas profesionales los días 22 y 23 del mismo mes en el Colegio Oficial de Médicos, a las que acudirán especialistas de Granada, Jaén y Madrid.

La cefalea es uno de los principales motivos de consulta en atención primaria, urgencias y neurología. Según la Sociedad Española de Neurología (SEN), un **4% de la población española sufre dolor de cabeza más de 15 días al mes**. Esta dolencia no solo implica sufrimiento físico, sino que también impacta en la productividad laboral y el bienestar emocional de quienes la padecen. El dolor craneofacial, por otro lado, engloba una serie de dolencias como la neuralgia de trigémino, que, sin ser tan frecuentes, pueden impactar de forma muy negativa en la vida de quienes lo padecen. En todos estos procesos el enfoque diagnóstico y terapéutico multidisciplinar es muy importante.

Bajo ese marco, el Hospital Vithas Granada y el Instituto de Neurociencias Vithas organizan una doble jornada dedicada al abordaje de estos problemas. El evento se dividirá en dos partes: una sesión divulgativa, o Vithas Aula Salud, para pacientes el martes **21 de octubre en el hospital**, y unas jornadas profesionales los días **22 y 23** en el Colegio Oficial de Médicos de Granada.

Este tipo de encuentros, "son necesarios para mantenernos a la vanguardia en calidad asistencial, algo que repercute directamente en nuestros pacientes, en su **salud y bienestar**", asegura el gerente del hospital granadino, José Luis Salcedo.

Jornadas profesionales: actualización y enfoque multidisciplinar

Las jornadas del **22 y 23 de octubre** están dirigidas a médicos de atención primaria, neurólogos, neuropsicólogos, neurocirujanos y otros especialistas del ámbito de las neurociencias, así como a aquellos involucrados en el tratamiento del dolor. El objetivo es actualizar conocimientos, explorar nuevos enfoques diagnósticos y terapéuticos, y fomentar una visión multidisciplinar en el tratamiento de las cefaleas y el dolor craneofacial.

El programa, promovido por los doctores del Hospital Vithas Granada, Ana Jimeno, neuróloga, y Ángel Horcajadas, coordinador de neurocirugía del centro y coordinador del Instituto de Neurociencias Vithas, contará con la participación de **15 especialistas de prestigio** procedentes de hospitales de Granada, Jaén y Madrid.

El miércoles 22, el eje central serán las cefaleas. Se tratarán temas relacionados con el diagnóstico diferencial de los distintos tipos de cefaleas, así como el abordaje de las cefaleas en niños y en situaciones especiales como el embarazo y la lactancia. Se revisarán los últimos avances terapéuticos, incluyendo los quirúrgicos, con un panel de expertos que incluye **neurólogos**,

CONTACTA CON NOSOTROS

este dolor, así como el reto de un abordaje multidisciplinar en pacientes con dolor craneofacial persistente.

El **Dr. Ángel Horcajadas** asegura que "el objetivo de organizar encuentros profesionales como estos tiene, por un lado, un sentido divulgativo, acercando las especialidades al ámbito de la atención primaria con el objetivo de mejorar el diagnóstico de estas entidades. Y, por otro, el de potenciar una mayor coordinación entre especialistas para un diagnóstico certero y un tratamiento efectivo y sin dilación. Igualmente, es un compromiso con nuestros pacientes, para brindarles una atención cercana y de calidad que, en muchos casos, contribuya a mejorar su vida".

Vithas Aula Salud: información práctica para pacientes

La Dra. Ana Jimeno, además de participar en el programa profesional, será la encargada de ofrecer la charla dirigida a pacientes con cefaleas que se celebrará el día **21 de octubre en el hospital**, titulada "Vivir mejor es posible. Estrategias y recursos para pacientes con migraña".

La especialista, explica que "es muy importante no normalizar el dolor de cabeza. En la consulta vemos a diario a personas con una vida muy limitada debido a las cefaleas, pero es fundamental ponerse en manos de profesionales para hacer un diagnóstico certero y buscar el tratamiento que mejor se adapta a ellos, como les contaré en la charla".

Las inscripciones ya están abiertas y las plazas son limitadas. Confirmaciones por correo en comunicaciongranada@vithas.es o en mostradores del hospital.

Sobre Vithas

El [grupo Vithas](#) está integrado por 22 hospitales y 39 centros médicos y asistenciales distribuidos por 14 provincias. Los 12.600 profesionales que conforman Vithas lo han convertido en uno de los líderes de la sanidad española. Además, el grupo integra a la [Fundación Vithas](#), [Vithas Red Diagnóstica](#) y la central de compras [PlazaSalud](#).

Vithas, respaldada por el grupo [Goodgrower](#), fundamenta su estrategia corporativa en la calidad asistencial acreditada, la experiencia paciente, la investigación y la innovación y el compromiso social y medioambiental.

[Vithas.es](#)

[Goodgrower.com](#)

Síguenos en: [LinkedIn](#) [Instagram](#) [TikTok](#) [Facebook](#) [X](#) [Youtube](#)

Contacto:

Tania Muñoz Maldonado

Responsable de Comunicación y Marketing

Hospital Vithas Granada

Avda. Santa María de la Alhambra, 6

Tfno. +34 958 80 88 80

Mov: +34 696 22 11 27

AGENCIA EFE S.A.U., S.M.E. no se hace responsable de la información que contiene este mensaje y no asume responsabilidad alguna frente a terceros sobre su íntegro contenido, quedando igualmente exonerada de la responsabilidad de la entidad autora de este. Agencia EFE se reserva el derecho a distribuir el comunicado de prensa dentro de la línea informativa, o bien a publicarlo en EFE Comunica.

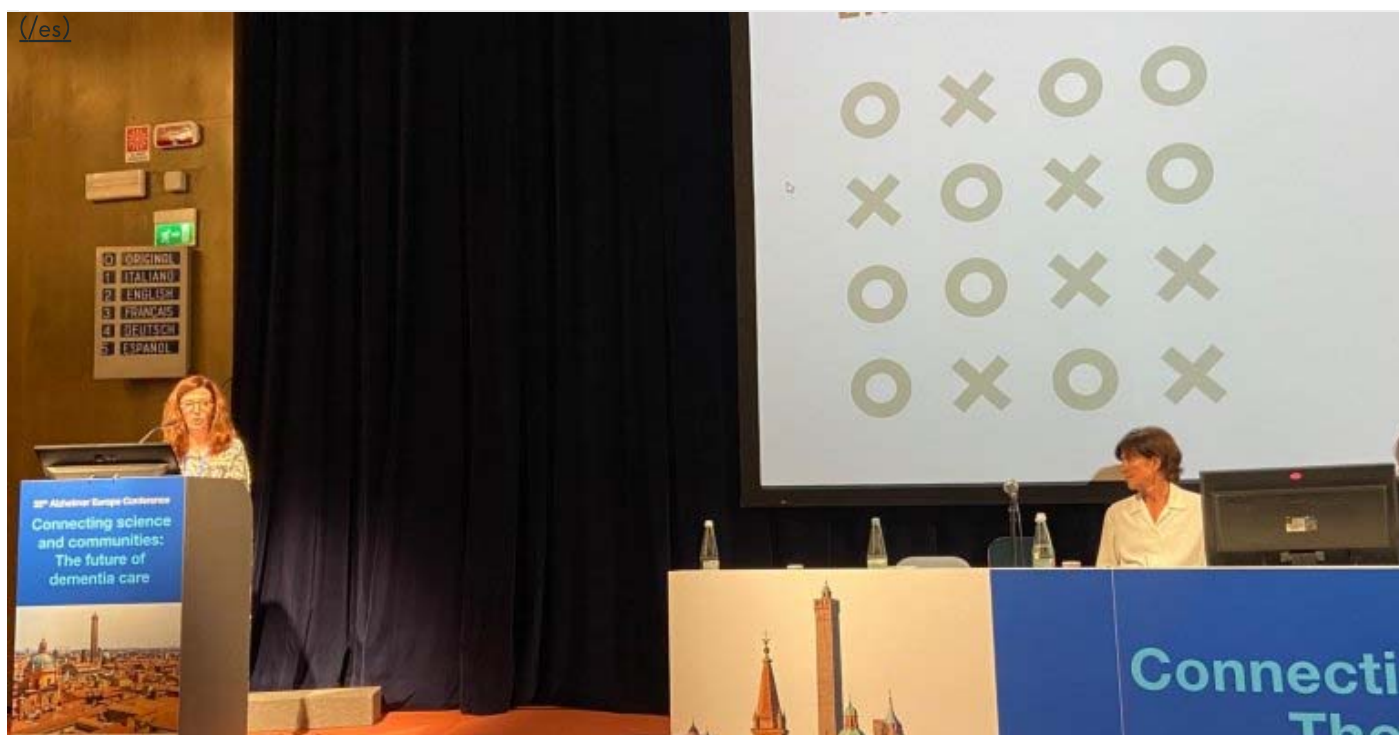
📌 Comunicados de empresa, Salud

© 2023 EFE Comunica

[Aviso legal / Política de privacidad](#)

[CONTACTA CON NOSOTROS](#)

[Cookies](#)



NOTICIAS

La Fundación participa en el Congreso de Alzheimer Europe en Bologna

16 Octubre, 2025

📘 Más información del programa (<https://fundaciocatalunya-lapedrera.com/es/programa-refuerzo-memoria>)

Del 6 al 8 de octubre se ha celebrado en Bolonia el **35º Alzheimer Europe Conference** (<https://www.alzheimer-europe.org/>), en el que la Fundación Catalunya La Pedrera ha participado con una intervención en la mesa del día 7 de octubre a las 17:30h.

La Fundación, representada por **Marta Torras**, directora del ámbito de Envejecimiento Digno de la Fundació; **Mònica Duaigües y Concepció Herms**, responsables del programa de Refuerzo de la Memoria, han hablado sobre el programa, la metodología que utilizamos, la Prescripción Social en Cataluña, y el programa de prevención.

Alzheimer Europe es la organización paraguas de 41 asociaciones nacionales de Alzheimer de 36 países europeos.

Su misión es cambiar las percepciones, políticas y prácticas para mejorar la vida de las personas afectadas por la demencia. Se trata de una organización no gubernamental (ONG) sin ánimo de lucro y lo que se hace es **dar voz a las personas con demencia y a sus cuidadores**, haciendo de la demencia una prioridad europea, cambiando las percepciones y combatiendo el estigma, sensibilizando sobre la salud cerebral y su prevención, fortaleciendo el movimiento europeo contra la demencia.

En la **Fundació Catalunya La Pedrera** tenemos por objetivo mejorar la calidad de vida y el bienestar de las personas mayores. Con el programa de Refuerzo de la Memoria damos respuesta a una necesidad n

OPCIONES DE COOKIES

Las cookies son importantes para ti, influyen en tu experiencia de navegación y nos ayudan a proteger tu privacidad permitiendo dar respuesta a las peticiones que nos haces a través de la web. Utilizamos cookies propias y de terceros para analizar nuestros

ID.EA.T.

Vithas Granada reúne a profesionales y pacientes para profundizar en el abordaje de las cefaleas y el dolor craneofacial

Profesionales del hospital y del Instituto de Neurociencias Vithas organizan el 21 de octubre un Aula Salud en el centro dirigido a pacientes con cefaleas, y unas jornadas profesionales los días 22 y 23 del mismo mes en el Colegio Oficial de Médicos, a las que acudirán especialistas de Granada, Jaén y Madrid

**Ideal**

Jueves, 16 de octubre 2025, 14:18

Comenta



La cefalea es uno de los principales motivos de consulta en atención primaria, urgencias y neurología. Según la Sociedad Española de Neurología (SEN), un 4% de la población española sufre dolor de cabeza más de 15 días al mes. Esta dolencia no solo implica sufrimiento físico, sino que también impacta en la productividad laboral y el bienestar emocional de quienes la padecen. El dolor craneofacial, por otro lado, engloba una serie de dolencias como la neuralgia de trigémino, que, sin ser tan frecuentes, pueden impactar de forma muy negativa en la vida de quienes lo padecen. En todos estos procesos el enfoque diagnóstico y terapéutico multidisciplinar es muy importante.

Bajo ese marco, el Hospital Vithas Granada y el Instituto de Neurociencias Vithas organizan una doble jornada dedicada al abordaje de estos problemas. El evento se dividirá en dos partes: una sesión divulgativa, o Vithas Aula Salud, para pacientes el martes 21 de octubre en el hospital, y unas jornadas profesionales los días 22 y 23 en el Colegio Oficial de Médicos de Granada.

Este tipo de encuentros, «son necesarios para mantenernos a la vanguardia en calidad asistencial, algo que repercute directamente en nuestros pacientes, en su salud y bienestar», asegura el gerente del hospital granadino, José Luis Salcedo.

Jornadas profesionales: actualización y enfoque multidisciplinar

Las jornadas del 22 y 23 de octubre están dirigidas a médicos de atención primaria, neurólogos, neuropsicólogos, neurocirujanos y otros especialistas del ámbito de las neurociencias, así como a aquellos involucrados en el tratamiento del dolor. El objetivo es actualizar conocimientos, explorar nuevos enfoques diagnósticos y terapéuticos, y fomentar una visión multidisciplinar en el tratamiento de las cefaleas y el dolor craneofacial.

El programa, promovido por los doctores del Hospital Vithas Granada, Ana Jimeno, neuróloga, y Ángel Horcajadas, coordinador de neurocirugía del centro y coordinador del Instituto de Neurociencias Vithas, contará con la participación de 15 especialistas de prestigio procedentes de hospitales de Granada, Jaén y Madrid.

El miércoles 22, el eje central serán las cefaleas. Se tratarán temas relacionados con el diagnóstico diferencial de los distintos tipos de cefaleas, así como el abordaje de las cefaleas en niños y en situaciones especiales como el embarazo y la lactancia. Se revisarán los últimos avances terapéuticos, incluyendo los quirúrgicos, con un panel de expertos que incluye neurólogos, neurocirujanos y anestesiólogos. Un día después, el jueves 23, se abordarán los retos ante el dolor craneofacial, los principales tratamientos y terapias farmacológicas y no farmacológicas frente a este dolor en pacientes con dolor craneofacial persistente.



Esta herramienta de IA
despierta interés en España
digitamagency.com

Seguir leyendo >

organizar encuentros profesionales como estos tiene, por un lado, un sentido divulgativo, en atención primaria con el objetivo de mejorar el diagnóstico de estas entidades. Y, por otro, el de facilitar el acceso a estas para un diagnóstico certero y un tratamiento efectivo y sin dilación. Igualmente, es un

compromiso con nuestros pacientes, para brindarles una atención cercana y de calidad que, en muchos casos, contribuya a mejorar su vida».

Vithas Aula Salud: información práctica para pacientes

La Dra. Ana Jimeno, además de participar en el programa profesional, será la encargada de ofrecer la charla dirigida a pacientes con cefaleas que se celebrará el día 21 de octubre en el hospital, titulada «Vivir mejor es posible. Estrategias y recursos para pacientes con migraña».

La especialista, explica que «es muy importante no normalizar el dolor de cabeza. En la consulta vemos a diario a personas con una vida muy limitada debido a las cefaleas, pero es fundamental ponerse en manos de profesionales para hacer un diagnóstico certero y buscar el tratamiento que mejor se adapta a ellos, como les contaré en la charla».

Las inscripciones ya están abiertas y las plazas son limitadas. Confirmaciones por correo en comunicaciongranada@vithas.es o en mostradores del hospital.

Temas salud Colegio Oficial de Médicos de Granada

Comenta

Reporta un error



Esta herramienta de IA
despierta interés en España
digiteamagency.com

Seguir leyendo >

convert master

Start Download (Free)

HACE 4 MINUTOS

Falta de validez científica de los productos "milagro" para el insomnio

Los expertos advierten que métodos como suplementos, pastillas "naturales", o almohadas no han demostrado su eficacia en el tratamiento de este trastorno.



myIQ

¿Es TDAH o un alto CI?

Poner agua en el cepillo de dientes antes de poner la pasta dental

TDAH

Anuncio



MÁS POPULAR

NOTAS

PROTAGONISTAS

La Sociedad Española de Neurología (SEN), se realizó una **nueva advertencia en los productos "milagro" para abordar la problemática del insomnio**. De acuerdo a los expertos, se tratan al mismo como **"un trastorno médico complejo", el cual requiere un diagnóstico y terapéutico riguroso**.

En lugar de optar por **utilizar remedios sin validez no solo implica un gasto económico importante para el paciente, sino que además puede resultar perjudicial para la salud**. Así, además de generar frustración por no obtener los resultados esperados, retrasan la búsqueda de la ayuda médica adecuada,



ES



Su fuente de conocimiento farmacológico

Buscar

ES

[Índices](#) [Vademecum Box \(/box-es\)](#) [Noticias \(/noticias-generales-1\)](#) [Productos \(/productos-vademecum\)](#)

[Índice \(/\)](#) [Última Información \(/ultima-informacion-1\)](#) [Noticias Generales \(/noticias-generales-1\)](#) [Productos \(/productos-vademecum\)](#)

Última Información

Ana Perez

[Principios Activos \(/noticias-principios-activos-1\)](#) [Alertas \(/noticias-alertas-1\)](#) [Problemas Suministro \(/noticias-problemas-suministro-1\)](#)
[Actualización monografías Principios Activos \(/noticias-atcmoificados-1\)](#) **[Noticias \(/noticias-generales-1\)](#)**

El dolor neuropático afecta a 3 millones de personas en España y cada año se suman 400.000 nuevos casos

VADMECUM - 16/10/2025 PATOLOGÍAS (/busqueda-noticias-categoria_11-1)

El dolor neuropático es uno de los dolores más complejos de tratar y no responde a los analgésicos convencionales.



Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), más del 30% de la población española sufre algún tipo de dolor pero, además, más de un 5% de la población lo padece diariamente y al menos un 20% lo sufre desde hace más de tres meses. Todo dolor que tiene lugar de forma continua (durante más de cuatro días a la semana) y persiste desde hace al menos tres meses es lo que se denomina dolor crónico y, desde hace varios años, la Organización Mundial de la Salud lo considera no un síntoma, sino una enfermedad en sí misma. Mañana, 17 de octubre, es el Día Mundial contra el Dolor.

A la ya altísima prevalencia del dolor crónico en España se une el hecho de que en las últimas décadas ha aumentado el número de personas que lo padecen, principalmente por el envejecimiento progresivo de la población, algo que seguirá impactando aún más tanto a nivel sociosanitario como económico. Actualmente, el dolor crónico es la causa de más del 17% de los casos de discapacidad registrados en Europa y genera unos gastos superiores al 1,5% del Producto Interior Bruto (PIB) en los países desarrollados. Se estima incluso que en España su coste alcanzaría más del 2,5% del PIB y que hasta el 40% de la población española mayor de 65 años ya vive con algún tipo de dolor crónico.

“Dentro de todos los posibles tipos de dolor crónico que existen, uno de los más prevalentes es el dolor neuropático, que además es uno de los dolores más complejos y difíciles de tratar”, señala la Dra. Montserrat González Platas, Coordinadora del Grupo de Estudio de Dolor Neuropático de la Sociedad Española de Neurología. *“Se estima que en Europa el 20% de la población sufre dolor crónico, y un 25% de estos pacientes presenta dolor predominantemente neuropático, lo que equivale a que actualmente 50 millones de europeos lo padecen. Además, cada año, un 1% de la población europea comenzará a desarrollar este tipo de dolor”.*

El dolor neuropático es una afección neurológica que aparece como consecuencia de alteraciones del sistema nervioso, tanto periférico como central y, a diferencia de otros tipos de dolor, no se trata de un dolor “de aviso” del cuerpo cuando hay una lesión, sino que lo provoca nuestro propio sistema nervioso, que al funcionar de forma anómala, confunde estímulos normales con dolorosos. Por lo tanto, frente a estímulos comunes que no suelen resultar molestos para la gran mayoría de la población, el cuerpo los percibe como dolorosos y, en consecuencia, el dolor pierde su función de alerta y protección.

Los pacientes que lo sufren experimentan un intenso dolor continuo, quemante y punzante, y algunas personas también pueden sentir calambres y sensación de descarga eléctrica. Suele localizarse en una parte concreta del cuerpo, aunque en algunos casos puede afectar a varias zonas. Se trata de una enfermedad que afecta significativamente a la calidad de vida de las personas que lo sufren, ya que así lo afirman un 85% de los pacientes.

“Uno de los principales problemas del dolor neuropático es que no responde a los analgésicos convencionales y, con los tratamientos actuales, menos del 60% de los pacientes logran un adecuado alivio del dolor. Esto hace que el dolor neuropático sea uno de los principales dolores crónicos que existen, porque una vez instaurado es común que los pacientes tengan que convivir con él meses e incluso años. Cuando aparece, el tiempo de evolución es de alrededor de 30 meses, durante los cuales el sistema nervioso mantiene activa la señal de dolor sin una causa evidente, afectando al descanso, el ánimo y la calidad de vida de los pacientes”, explica la Dra. Montserrat González Platas. *“El dolor neuropático es, por lo tanto, uno de los mayores desafíos en el manejo del dolor crónico y también es uno de los tipos de dolor que con más frecuencia se encuentra en la práctica clínica. Estimamos que, en España, el 50% de las consultas que se realizan en Atención Primaria son por dolor, y de ellas, el 25% corresponden a dolor neuropático”.*

En España, y según datos de la SEN, el dolor neuropático afecta a 3 millones de personas y cada año se producen alrededor de 400.000 nuevos casos, siendo más frecuente en mayores de 55 años y en mujeres (57% de los pacientes). Detrás del origen del dolor neuropático se encuentran una gran variedad de factores, como lesiones, infecciones, enfermedades o tratamientos médicos. Pero la diabetes y el dolor lumbar son las patologías que más frecuentemente se asocian a dolor neuropático, así como las secuelas postraumáticas o posquirúrgicas. Aunque algunas personas también pueden desarrollar la misma clínica de dolor neuropático sin una causa aparente.

“Además de la elevada intensidad de dolor, cuando hablamos de dolor neuropático frecuentemente estamos hablando de otras comorbilidades que suelen ir acompañándolo, principalmente en forma de alteraciones del sueño, cansancio o pérdida de concentración, que pueden afectar considerablemente al estado de ánimo, la personalidad y las relaciones familiares y sociales del paciente. Y, todo ello, junto a la dificultad en el tratamiento, bien por falta de respuesta analgésica o por mala tolerabilidad a los fármacos utilizados, complica el cuadro clínico”, señala la Dra. Montserrat González Platas.

La depresión, la ansiedad y los trastornos del sueño son significativamente más prevalentes en pacientes con dolor neuropático que en pacientes con otros tipos de dolor. Además, su impacto en la vida de los pacientes es muy relevante: el 40% de los pacientes ha sufrido dolor durante más de 5 años, el 60% presenta trastornos del sueño, el 34% depresión, el 25% ansiedad, el 27% se siente constantemente cansado y el 65% ha tenido que restringir sus actividades diarias.

“En el caso del dolor neuropático, un diagnóstico precoz puede marcar la diferencia, porque cuanto antes se identifique el origen y se inicie un tratamiento adecuado, mayores son las posibilidades de aliviar el dolor y evitar que se cronifique. Existen opciones farmacológicas para aliviar el dolor y recuperar calidad de vida y, aunque el dolor neuropático no siempre desaparece por completo, con el tratamiento adecuado puede controlarse, reducir su intensidad y dejar de condicionar el día a día. Lo fundamental es dar con la causa, abordarla de forma personalizada y, sobre todo, no rendirse si los primeros tratamientos no funcionan. Además, en determinadas situaciones, especialmente cuando el dolor neuropático está provocado por una compresión nerviosa o una lesión estructural, la cirugía también puede ser una opción efectiva para su tratamiento”, concluye la Dra. Montserrat González Platas.

Fuente:

Sociedad Española de Neurología (SEN)

Noticias relacionadas

- Neuralgia del trigémino: el fuerte dolor que padecen más de 35.000 personas espontáneamente o ante cualquier estímulo en la cara (/noticia-251006-entidades)

Sociedad Española de Neurología (SEN) presenta el informe 'Impacto sociosanitario de las enfermedades neurológicas en España' en su Reunión Anual (/noticia-241120-la-sen-presenta-el-informe-%60impacto-sociosanitario-de-las-enfermedades-neurol+oacute+gicas+en+espa+ntilde+a%C2%B4+en+su+reuni+oacute+n+anual_311638)

noticia-251002-5-de+octubre+de+2025%3A+d+iacute+a+mundial+contra+la+meningitis_624059)

- Las técnicas de imagen médica abren nuevas vías para detectar el Alzheimer en fases preclínicas (/noticia-250919-las-tecnicas-de-imagen-medica-abren-nuevas-vias-para-detectar-el+alz+h+eacute+i+mer+en+fases+precl+iacute+nicas_613914)
- 21 de junio: Día Internacional de la Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA) (/noticia-250619-21+de+junio%3A+d+iacute+a+internacional+de+la+esclerosis+lateral+amiotr+oacute+fica+%28ela%29_513283)
- Día Mundial de la Esclerosis Múltiple | La integración de biotecnología e IA nos permite avanzar hacia tratamientos cada vez más precisos y oportunos (/noticia-250530-d+iacute+a+mundial+de+la+esclerosis+m+uacute+ltiple+%7C+la+integraci+oacute+n+de+biotecnolog+iacute+a+e+ia+nos+permite+avanzar+hacia+tratamientos+cada+vez+m+aacute+s+precisos+y+oportunos_493110)
- Día Mundial del Sueño. Menos del 50% de la población española duerme las horas recomendadas (/noticia-250313-d+iacute+a+mundial+del+sue+ntilde+o.+menos+del+50%25+de+la+poblaci+oacute+n+espa+ntilde+ola+duerme+las+horas+recomendadas_412414)
- 22 de febrero: Día Mundial de la Encefalitis (/noticia-250222-22+de+febrero%3A+d+iacute+a+mundial+de+la+encefalitis_372248)
- 1 de cada 3 personas, en todo el mundo, desarrollará una enfermedad neurológica en algún momento de su vida (/noticia-241120-1+de+cada+3+personas%2C+en+todo+el+mundo%2C+desarrollar+aacute+una+enfermedad+neurol+oacute+gica+en+alg+uacute+n+momento+de+su+vida_301611)
- La SEN presenta el informe 'Impacto sociosanitario de las enfermedades neurológicas en España' en su Reunión Anual (/noticia-241120-la-sen-presenta-el-informe-%60impacto-sociosanitario-de-las-enfermedades-neurol+oacute+gicas+en+espa+ntilde+a%C2%B4+en+su+reuni+oacute+n+anual_311638)
- Cada año se producen casi 12 millones de casos de ictus y más 7 millones de fallecimientos en el mundo (/noticia-241024-cada+a+ntilde+o+se+producen+casi+12+millones+de+casos+de+ictus+y+m+aacute+s+7+millones+de+fallecimientos+en+el+mundo_271406)

<ul style="list-style-type: none">17 de octubre: Día Mundial contra el Dolor (/noticia-241016-17+de+octubre%3A+d+iacute+a+mundial+contra+el+dolor_261346)	
<ul style="list-style-type: none">7 de octubre: Día Internacional de la Neuralgia del Trigémino. Un 0,3% de la población española llegará a desarrollar neuralgia del trigémino a lo largo de su vida (/ noticia-241007-7+de+octubre%3A+d+iacute+a+internacional+de+la+neuralgia+del+trig+eacute+mino. +un+0%2C3%25+de+la+poblaci+oacute+n+espa+ntilde+ola+llegar+aacute+ +a+desarrollar+neuralgia+del+trig+eacute+mino+a+lo+largo+de+su+vida_261203)	
<ul style="list-style-type: none">22 de julio de 2024: Día Mundial del Cerebro Más del 43% de la población mundial padece una enfermedad neurológica (/ noticia-240722- 22+de+julio+de+2024%3A+d+iacute+a+mundial+del+cerebro+m+aacute+s+del+43%25+de+la+poblaci+oacute+n+mundial+padece+una+enfermedad+neurol+oacute+gica_170950)	
<ul style="list-style-type: none">El número de pacientes con ELA aumentará en Europa más de un 40% en los próximos 25 años debido al envejecimiento de la población y a la previsible mejora de los tratamientos (/noticia-240620- el+n+uacute+mero+de+pacientes+con+ela+aumentar+aacute+ +en+europa+m+aacute+s+de+un+40%25+en+los+pr+oacute+ximos+25+a+ntilde+os+debido+al+envejecimiento+de+la+poblaci+oacute+n+y+a+la+previsible+mejora+de+los+tratamie	
<ul style="list-style-type: none">Las circunstancias socioeconómicas impactan en la salud cerebral y en la prevención, diagnóstico, tratamiento y manejo de las enfermedades neurológicas (/noticia-240304- las+circunstancias+socioecon+oacute+micas+impactan+en+la+salud+cerebral+y+en+la+prevenci+oacute+n%2C+diagn+oacute+stico%2C+tratamiento+y+manejo+de+las+enfermedad	
<ul style="list-style-type: none">"Mirar al miedo", visibilidad de la Encefalitis e historia de superación de Marta Hueras (/noticia-240222- +quot+mirar+al+miedo+quot+%2C+visibilidad+de+la+encefalitis+e+historia+de+superaci+oacute+n+de+marta+hueras_19800)	
<ul style="list-style-type: none">Ya disponible en España ▼Vydura® (rimegepant), el primer único tratamiento indicado para prevenir y tratar las crisis de migraña (/ noticia-240220-ya+disponible+en+espa+ntilde+a++%239660+vydura%3Csup%3E+reg+%3C%2Fsup%3E+ %28rimegepant%29%2C+el+primer+ +uacute+nico+tratamiento+indicado+para+prevenir+y+tratar+las+crisis+de+migra+ntilde+a_19802)	
<ul style="list-style-type: none">Unimedia Technology participa en el desarrollo de un sistema IoT pionero que predice episodios de ansiedad en personas con demencia y Alzheimer (/noticia-240219- unimedia+technology+participa+en+el+desarrollo+de+un+sistema+iot+pionero+que+predice+episodios+de+ansiedad+en+personas+con+demencia+y+alzheim_19783)	
<ul style="list-style-type: none">La migraña disminuye la capacidad cognitiva y aumenta la comorbilidad psiquiátrica en los pacientes (/noticia-240205- la+migra+ntilde+a+disminuye+la+capacidad+cognitiva+y+aumenta+la+comorbilidad+psiqui+aacute+trica+en+los+pacientes_19653)	
<ul style="list-style-type: none">En los últimos cinco años ha aumentado un 20% el número de pacientes con esclerosis múltiple (/noticia-231214-en+los+ +uacute+ltimos+cinco+a+ntilde+os+ha+aumentado+un+20%25+el+n+uacute+mero+de+pacientes+con+esclerosis+m+uacute+ltiple_19401)	
<ul style="list-style-type: none">La Sociedad Española de Neurología elabora el libro 'Neurología y Mujer' para mejorar el manejo de las enfermedades neurológicas en las mujeres (/noticia-231107-la+sociedad+espa+ntilde+ola+de+neurolog+iacute+a+elabora+el+libro+ %27neurolog+iacute+a+y+mujer%27+para+mejorar+el+manejo+de+las+enfermedades+neurol+oacute+gicas+en+las+mujeres_19109)	
<ul style="list-style-type: none">Actualmente existen en España 2.500 personas afectadas por algún tipo de ataxia hereditaria (/noticia-230925- actualmente+existen+en+espa+ntilde+a+2.500+personas+afectadas+por+alg+uacute+n+tipo+de+ataxia+hereditaria_18687)	
<ul style="list-style-type: none">La esclerosis múltiple afecta a más de 2,8 millones de personas en todo el mundo (/noticia-230529- la+esclerosis+m+uacute+ltiple+afecta+a+m+aacute+s+de+2%2C8+millones+de+personas+en+todo+el+mundo_17810)	
<ul style="list-style-type: none">La Sociedad Española de Neurología y la Fundación Freno al Ictus renuevan su compromiso para combatir la primera causa de discapacidad adquirida en el adulto en España (/noticia-230413- la+sociedad+espa+ntilde+ola+de+neurolog+iacute+a+y+la+fundaci+oacute+n+freno+al+ictus+renuevan+su+compromiso+para+combatir+la+primera+causa+de+discapacidad+adquirir	
<ul style="list-style-type: none">La SEN presenta el manual "Recomendaciones para el Abordaje de Estudios Genéticos en Trastornos del Movimiento, Ataxias y Paraparesias" (/noticia-230323-la+sen+presenta+el+manual++ %238220+recomendaciones+para+el+abordaje+de+estudios+gen+eacute+licos+en+trastornos+del+movimiento%2C+ataxias+y+paraparesias+ %238221+_17523)	
<ul style="list-style-type: none">Más de un 50% de los pacientes con cefalea en racimos no está recibiendo el tratamiento preventivo adecuado (/noticia-230321- m+aacute+s+de+un+50%25+de+los+pacientes+con+cefalea+en+racimos+no+est+aacute+ +recibiendo+el+tratamiento+preventivo+adecuado_17505)	
<ul style="list-style-type: none">Profesionales sanitarios y pacientes reclaman un plan nacional con medidas de prevención y diagnóstico precoz para frenar el crecimiento de la enfermedad renal en España (/noticia-230306- profesionales+sanitarios+y+pacientes+reclaman+un+plan+nacional+con+medidas+de+prevenci+oacute+n+y+diagn+oacute+stico+precoz+para+frenar+el+crecimiento+de+la+enferme	
<ul style="list-style-type: none">La enfermedad de Parkinson afecta de forma diferente a hombres y mujeres (/noticia-230209- la+enfermedad+de+parkinson+afecta+de+forma+diferente+a+hombres+y+mujeres_17301)	
<ul style="list-style-type: none">La SEN publica el "Manual de Neurología Crítica para Neurólogos" (/noticia-230206-la+sen+publica+el++ %238220+manual+de+neurolog+iacute+a+cr+iacute+tica+para+neur+oacute+logos+%238221+_17291)	
<ul style="list-style-type: none">Se inicia el primer estudio científico para conocer el impacto del COVID-19 en personas con enfermedad de Parkinson (/ noticia-200511- se+inicia+el+primer+estudio+cient+iacute+fico+para+conocer+el+impacto+del+covid- 19+en+personas+con+enfermedad+de+parkinson_14180)	

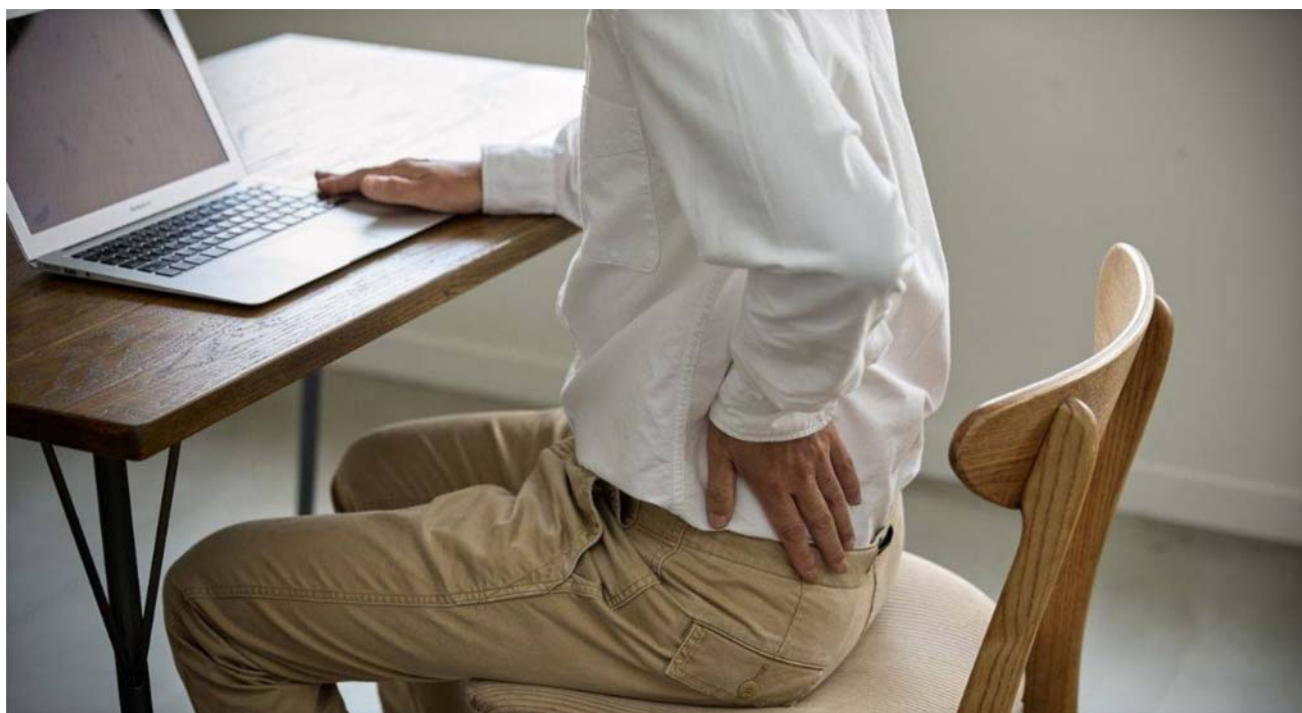
PACIENTES

El dolor neuropático afecta a 3 millones de españoles y suma 400.000 nuevos casos al año

Más de tres millones de personas en España conviven con dolor neuropático, una enfermedad crónica que afecta al sistema nervioso, causa intenso dolor sin lesión visible y deteriora gravemente la calidad de vida

El reto de los tratamientos en dolor neuropático: cómo hacer para mejorar la eficacia de los fármacos

El dolor neuropático periférico afecta a casi el 8% de la población española



Persona con dolor - CANVA

La **Sociedad Española de Neurología** (SEN) informa de que más del **30% de la población española sufre algún tipo de dolor** pero, además, más de un 5% de la población lo padece diariamente y al menos un 20% lo sufre desde hace más de tres meses. Todo dolor que tiene lugar de forma continua (durante más de cuatro días a la semana) y persiste desde hace al menos tres meses es lo que se denomina dolor crónico y, desde hace varios años, la Organización Mundial de la Salud lo considera no un síntoma, sino una enfermedad en sí misma. Este viernes, 17 de octubre, es el [Día Mundial contra el Dolor](#).

A la ya altísima prevalencia del dolor crónico en España se une el hecho de que en las últimas décadas ha aumentado el número de personas que lo padecen, principalmente por el envejecimiento progresivo de la población,

algo que seguirá impactando aún más tanto **a nivel sociosanitario como económico**. Actualmente, el dolor crónico es la causa de más del 17% de los casos de discapacidad registrados en Europa y genera unos gastos superiores al 1,5% del Producto Interior Bruto (PIB) en los países desarrollados. Se estima incluso que en España su coste alcanzaría más del 2,5% del PIB y que hasta el 40% de la población española mayor de 65 años ya vive con algún tipo de dolor crónico.

“Dentro de todos los posibles tipos de dolor crónico que existen, uno de los más prevalentes es el **dolor neuropático**, que además es uno de los dolores más complejos y difíciles de tratar”, señala la Dra. Montserrat González Platas, Coordinadora del Grupo de Estudio de Dolor Neuropático de la Sociedad Española de Neurología. “Se estima que en Europa el 20% de la población sufre dolor crónico, y un 25% de estos pacientes presenta dolor predominantemente neuropático, lo que equivale a que actualmente 50 millones de europeos lo padecen. Además, cada año, un 1% de la población europea comenzará a desarrollar este tipo de dolor”.

“De todos los posibles tipos de dolor crónico que existen, uno de los más prevalentes es el dolor neuropático”

El dolor neuropático es una **afección neurológica** que aparece como consecuencia de alteraciones del sistema nervioso, tanto periférico como central y, a diferencia de otros tipos de dolor, no se trata de un dolor “de aviso” del cuerpo cuando hay una lesión, sino que lo provoca nuestro propio sistema nervioso, que al funcionar de forma anómala, confunde estímulos normales con dolorosos. Por lo tanto, frente a estímulos comunes que no suelen resultar molestos para la gran mayoría de la población, el cuerpo los percibe como dolorosos y, en consecuencia, el dolor pierde su función de alerta y protección.

Los pacientes que lo sufren experimentan un **intenso dolor continuo**,

quemante y punzante, y algunas personas también pueden sentir calambres y sensación de descarga eléctrica. Suele localizarse en una parte concreta del cuerpo, aunque en algunos casos puede afectar a varias zonas. Se trata de una enfermedad que afecta significativamente a la calidad de vida de las personas que lo sufren, ya que así lo afirman un 85% de los pacientes.

“En España, la mitad de las consultas realizadas en Atención Primaria son por dolor, y de ellas, el 25% corresponden a dolor neuropático”



PRO DAYS CITROËN

**Del 15 al 31 de octubre
financiación gratuita y entrega
inmediata.**

“Uno de los principales problemas del **dolor neuropático** es que no responde a los analgésicos convencionales y, con los tratamientos actuales, menos del 60% de los pacientes logran un adecuado alivio del dolor. Esto hace que el dolor neuropático sea uno de los principales dolores crónicos que existen, porque una vez instaurado es común que los pacientes tengan que convivir con él meses e incluso años. Cuando aparece, el tiempo de evolución es de alrededor de 30 meses, durante los cuales el sistema nervioso mantiene activa la señal de dolor sin una causa evidente, afectando al descanso, el ánimo y la calidad de vida de los pacientes”, explica la Dra. Montserrat González Platas. “El dolor neuropático es, por lo tanto, uno de los mayores desafíos en el manejo del dolor crónico y también es uno de los tipos de dolor que con más frecuencia se encuentra en la práctica clínica. Estimamos que, en España, el 50% de las consultas que se realizan en Atención Primaria son por dolor, y de ellas, el 25% corresponden a dolor neuropático”.

En España, y según datos de la SEN, el **dolor neuropático afecta a 3 millones de personas** y cada año se producen alrededor de 400.000 nuevos casos,

siendo más frecuente en mayores de 55 años y en mujeres (57% de los pacientes). Detrás del origen del dolor neuropático se encuentran una gran variedad de factores, como lesiones, infecciones, enfermedades o tratamientos médicos. Pero la diabetes y el dolor lumbar son las patologías que más frecuentemente se asocian a dolor neuropático, así como las secuelas postraumáticas o posquirúrgicas. Aunque algunas personas también pueden desarrollar la misma clínica de dolor neuropático sin una causa aparente.

“Además de la **elevada intensidad de dolor**, cuando hablamos de dolor neuropático frecuentemente estamos hablando de otras comorbilidades que suelen ir acompañándolo, principalmente en forma de alteraciones del sueño, cansancio o pérdida de concentración, que pueden afectar considerablemente al estado de ánimo, la personalidad y las relaciones familiares y sociales del paciente. Y, todo ello, junto a la dificultad en el tratamiento, bien por falta de respuesta analgésica o por mala tolerabilidad a los fármacos utilizados, complica el cuadro clínico”, señala la Dra. Montserrat González Platas.

LA IMPORTANCIA DEL DIAGNÓSTICO PRECOZ

La depresión, la ansiedad y los trastornos del sueño son significativamente más prevalentes en **pacientes con dolor neuropático** que en personas con otros tipos de dolor. Además, su impacto en la vida de los pacientes es muy relevante: el 40% de los pacientes ha sufrido dolor durante más de 5 años, el 60% presenta trastornos del sueño, el 34% depresión, el 25% ansiedad, el 27% se siente constantemente cansado y el 65% ha tenido que restringir sus actividades diarias.

“En el caso del dolor neuropático, un **diagnóstico precoz puede marcar la diferencia**, porque cuanto antes se identifique el origen y se inicie un tratamiento adecuado, mayores son las posibilidades de aliviar el dolor y evitar que se cronifique. Existen opciones farmacológicas para aliviar el dolor y recuperar calidad de vida y, aunque el dolor neuropático no siempre desaparece por completo, con el tratamiento adecuado puede controlarse, reducir su intensidad y dejar de condicionar el día a día. Lo fundamental es dar

con la causa, abordarla de forma personalizada y, sobre todo, no rendirse si los primeros tratamientos no funcionan. Además, en determinadas situaciones, especialmente cuando el dolor neuropático está provocado por una compresión nerviosa o una lesión estructural, la cirugía también puede ser una opción efectiva para su tratamiento", concluye la Dra. Montserrat González Platas.

*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.

ARCHIVADO EN

[Dolor](#) [Sen](#)

Te puede interesar



PACIENTES

Casi la mitad de las personas con adicciones presenta también problemas de salud mental

[Alejandro Bermúdez](#)



PACIENTES

El uso de pantallas en la infancia: menos sueño y más problemas emocionales

[Ander Azpiroz](#)



PACIENTES

Casi la mitad de la vida de la mujer transcurre en la postmenopausia: claves para vivirla en salud

[Itziar Pintado](#)

Arizona
Plantilla...

91 ...

Boston Khaki

65 ...

Portada

Etiquetas

Menos del 60% de los pacientes con dolor neuropático responde a los tratamientos actuales



Agencias

Jueves, 16 de octubre de 2025, 11:03 h (CET)

La coordinadora del Grupo de Estudio de Dolor Neuropático de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la doctora Montserrat González Platas, ha afirmado que menos del 60 por ciento de los pacientes con dolor neuropático responde a los tratamientos actuales, lo que lo hace uno de los dolores "más complejos y difíciles" de abordar.

"Uno de los principales problemas del dolor neuropático es que no responde a los analgésicos convencionales y, con los tratamientos actuales, menos del 60 por ciento de los pacientes logra un adecuado alivio del dolor. Esto hace que el dolor neuropático sea uno de los principales dolores crónicos que existen, porque una vez instaurado es común que los pacientes tengan que convivir con él meses e incluso años", ha declarado la doctora González de cara al Día Mundial contra el Dolor, que se celebra este viernes.

Tras ello, ha detallado que el tiempo de evolución de este dolor es de unos 30 meses, en los que el sistema nervioso mantiene activa la señal de dolor sin una causa evidente, que además es "continuo, quemante y punzante", lo que afecta al descanso, el ánimo y la calidad de vida de los pacientes.

La prevalencia del dolor crónico en Europa es del 20 por ciento, de los que un 25 por ciento presenta dolor neuropático, lo que se traduce en más de 50 millones de europeos con esta enfermedad neurológica, de los que 3 millones son españoles, cifra de la que se prevé un aumento por el envejecimiento progresivo de la población.

Cabe destacar que el dolor crónico es la causa de más del 17 por ciento de los casos de discapacidad registrados en Europa y genera unos gastos superiores al 1,5 por ciento del Producto Interior Bruto (PIB) en los países desarrollados. En España, su coste alcanzaría más del 2,5 por ciento del PIB.

"El dolor neuropático es, por lo tanto, uno de los mayores desafíos en el manejo del dolor crónico y también es uno de los tipos de dolor que con más frecuencia se encuentra en la práctica clínica. Estimamos que, en España, el 50 por ciento de las consultas que se realizan en Atención Primaria son por dolor, y de ellas, el 25 por ciento corresponden a dolor neuropático", ha añadido la especialista.

PROBLEMAS DE SALUD MENTAL ASOCIADOS



Lo más leído

1 Lisandro Jose Macarrulla Martinez Felicita a Marileidy Paulino por su Oro en Atletismo

2 Una propuesta auténtica de pizza napolitana en el Eixample, Spaccanapoli Pizzeria

3 Importación de coches de lujo desde Dubái a España con Top Secret Autos; una de las mejores opciones

4 El acceso a la vivienda en el Maestrazgo se redefine con modelos habitacionales sostenibles

5 Hallon, pionera de la inteligencia de medios en España, prepara su 25º aniversario

Noticias relacionadas

Donemos una fértil unidad; entre contemplación y acción

Recogerse y acogerse es un níveo concentrado de bondad y pasión que precisamos como jamás, poner

Este dolor tiene un gran impacto en la vida de los pacientes, de los que un 40 por ciento lo ha sufrido durante más de cinco años. El 60 por ciento de las personas que sufren este dolor presenta trastornos del sueño, el 34 por ciento depresión, el 25 por ciento ansiedad y el 27 por ciento se siente constantemente cansado. Todo ello hace que el 65 por ciento reconozca que acaba restringiendo sus actividades diarias.

"Cuando hablamos de dolor neuropático frecuentemente estamos hablando de otras comorbilidades que suelen ir acompañándolo, principalmente en forma de alteraciones del sueño, cansancio o pérdida de concentración, que pueden afectar considerablemente al estado de ánimo, la personalidad y las relaciones familiares y sociales del paciente. Y, todo ello, junto a la dificultad en el tratamiento, bien por falta de respuesta analgésica o por mala tolerabilidad a los fármacos utilizados, complica el cuadro clínico", ha agregado la experta. La doctora González ha explicado que tras el origen del dolor neuropático se encuentran una gran variedad de factores, como lesiones, infecciones, enfermedades o tratamientos médicos, pero que la diabetes y el dolor lumbar son las patologías que más frecuentemente se asocian a dolor neuropático, así como las secuelas postraumáticas o posquirúrgicas. Sin embargo, algunas personas pueden desarrollarlo sin una causa aparente.

Es por ello por lo que un diagnóstico precoz puede "marcar la diferencia", pues cuanto antes se identifique el origen y se inicie un tratamiento adecuado, "mayores son las posibilidades" de aliviar el dolor y evitar que se cronifique.

"Existen opciones farmacológicas para aliviar el dolor y recuperar calidad de vida y, aunque el dolor neuropático no siempre desaparece por completo, con el tratamiento adecuado puede controlarse, reducir su intensidad y dejar de condicionar el día a día. Lo fundamental es dar con la causa, abordarla de forma personalizada y, sobre todo, no rendirse si los primeros tratamientos no funcionan", ha subrayado.

Por último, ha hablado también sobre la posibilidad de realizar una cirugía en aquellos casos en los que este dolor esté provocado por una compresión nerviosa o una lesión estructural.

en acción, con reposición contemplativa. Sus efectos benignos y sus afectos generosos, es lo que verdaderamente nos alienta como sociedad y nos alimenta como espíritu andante, en este planeta por el que nos movemos y cohabitamos, hasta que la muerte nos abraza.

Un juzgado de Pontevedra condena a UFD del Grupo Naturgy por refacturaciones sobre fraudes falsos

El Juzgado Contencioso-Administrativo de Pontevedra ha anulado una factura de 15.600 € que pretendía cobrar la Distribuidora del grupo Naturgy alegando un "fraude eléctrico" que no ha podido demostrar en el juicio. En sentencia firme, UFD Distribución contra el recurso presentado ante la Resolución de la Xunta de Galicia, que daba la razón al titular del contrato de suministro y consideraba nula la refacturación practicada por alegar un 'fraude eléctrico' en el contador de electricidad.

Epístola a un anciano

Sí, me refiero a ti. A ese que de vez en cuando va a recoger a sus nietos al cole. A esos que están sentados en un banco de un jardín e incluso a los que están echando una partidita de dominó, esperando matar al contrario esos seis dobles que están a la expectativa, mirando de reojo al rival para que no le asesinen esa ficha adversa que todos no sabemos dónde meter cuando nos hunde la suerte en el reparto de fichas. A

TE RECOMENDAMOS



PRO DAYS CITROËN

**Del 15 al 31 de octubre
financiación gratuita y entrega
inmediata.**



Placas solares casi gratis

**El gobierno cubre gran parte del
coste si tienes casa propia.**





SERVICIOS JURÍDICOS

¡Confía en nosotros!

En defensa de sus intereses

- Derecho de Familia
- Jurídico Laboral y Seguridad Social
- Consumidores y Usuarios
- Derecho bancario
- Defensa y acusación penal
- Contratos e inmobiliario
- Derecho administrativo

Estamos en Pl. y Arsuaga 7 2 B de Puerto del Rosario (junto a centro comercial Las Rotondas).

Teléfono: 928855877 | Horario: 9 - 14 horas y tardes

Bajo cita previa.

Ahora además somos agente exclusivo de Allianz Seguros. Contratar cualquier producto de vida, salud, hogar, particulares o empresas te permitirá contar con la tranquilidad de una compañía aseguradora sólida y asistencia jurídica desde el primer día así como ventajas exclusivas a la hora de acceder a los servicios del despacho.

Allianz



DESTACAMOS

[Únete al Canal de WhatsApp de Diario de Fuerteventura](#)



Faycan Motor

**TOYOTA C-HR
PLUG-IN
HYBRID**

*Emisiones CO₂ (g/km): 19. Consumo medio (l/100 km): 0,8-0,9
Toyota C-HR Plug-In Allstar 1.6h. Precio por financiar: 33.557,46€. Easy Plus: 1.046,49€. PVP al contado: 34.307€. Entrada: 14.637,80€. TIN: 7,50%. TAE: 9,76%
(Easy Plus opcional no forma parte del coste de la financiación a efectos del cálculo de la TAE). 49 meses. 48 cuotas de 200€/mes y última cuota: 16.721,73€.
Comisión de apertura financiada (2,99%): 597,88€. Importe total del crédito: 20.594,03€ (incluye Easy Plus). Importe total adeudado: 26.321,73€. Precio total a plazos: 40.959,53€. Coste total del crédito: 6.325,58€. Importe de los intereses: 5.727,70€. Sistema de amortización francés. Oferta financiera con el producto Toyota Easy de Toyota Kreditbank GmbH suc. en España hasta 03/11/2025 en Canarias. Capital mínimo a financiar 15.000€. Más información en

POR **200€** AL MES*

Entrada: 14.637,80 €
Última cuota: 16.721,73 €

CON 4 AÑOS DE MANTENIMIENTO Y GARANTÍA GRATUITOS
FINANCIANDO CON TOYOTA EASY PLUS

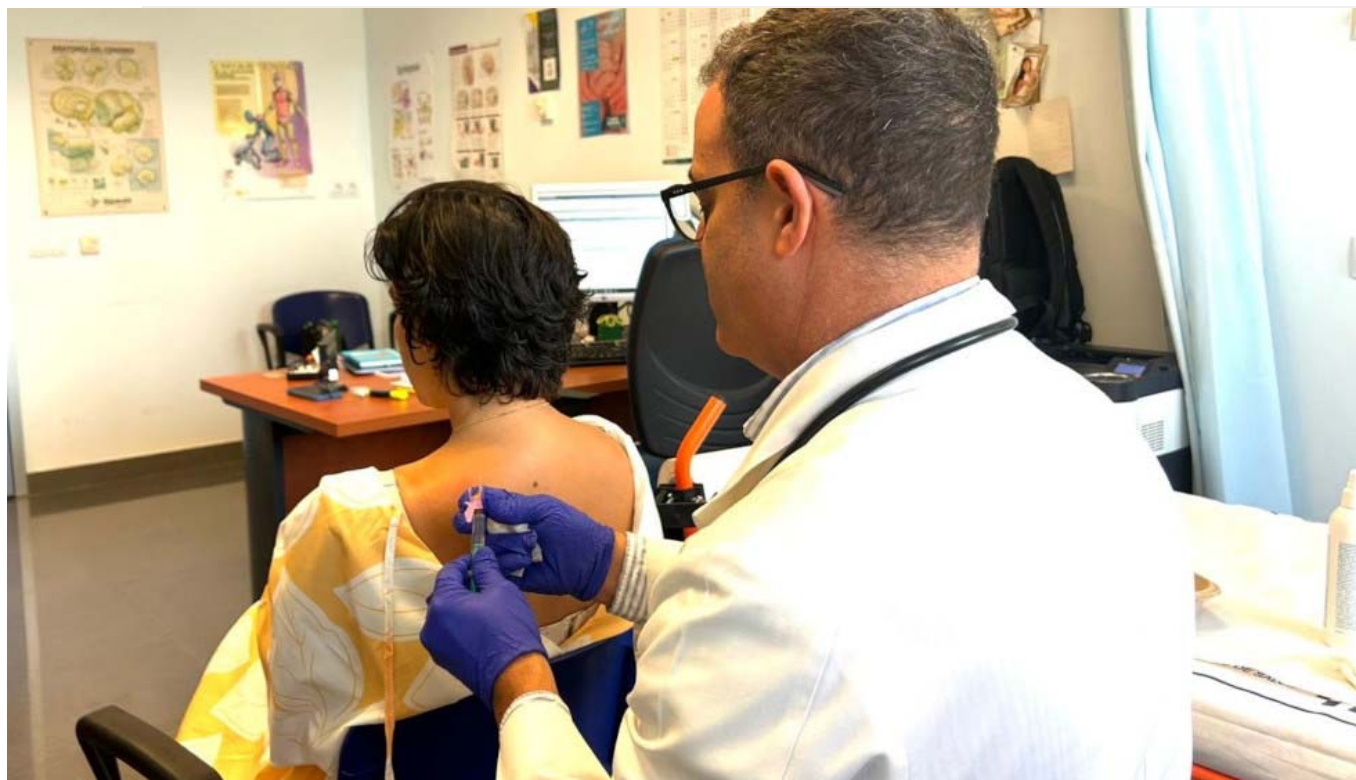


DESCÚBRELO

ACTUALIDAD

El Hospital General de Fuerteventura pone en marcha una consulta especializada en dolor neurológico

Se estima que alrededor de 26.000 personas presentan dolor crónico en la Isla, de las cuales unas 6.450 padecen dolor neuropático



Paciente atendida por el servicio de Neurología.



(http (http (wh
s:// s:// atsa
www twitt pp://
.fac er.c sen
ebo om/ d?
ok.c inte text
om/ nt/ =htt
shar twee ps%
er.p t? 3A%
hp? text 2F%
u=ht =El 2Fw
tps Hos ww.
%3A pital diari
%2F Gen odef
%2F eral uert
www de eve
.diar Fuer ntur
iode teve a.co
fuert ntur m%
eve a 2Fn



Fr 26
25 de
ptial
a 0 12
5 14
esp-
dial
fzad
gan
dab
de-
fuent
épat
m 8
m 8
b 14
s 13
A 12
Fr 12
Esp
w 11
m 10
d 14
este
dial
m 10
a 10
0 12
d 10
i 10
2 Fe
=
hos
pital
=
gen
eral-
de-
fuert
eve



El Hospital General de Fuerteventura Virgen de la Peña, adscrito al Servicio Canario de la Salud, dispone desde este mes de septiembre de una consulta monográfica para el abordaje del dolor neuropático. Esta iniciativa ha sido posible gracias al refuerzo de la plantilla del servicio de Neurología con nuevos especialistas, en un esfuerzo de la Gerencia de Servicios Sanitarios de la isla por ofrecer un abordaje multidisciplinar en coordinación con el equipo de Anestesiología, responsable de la Unidad del Dolor, y con los profesionales de Atención Primaria.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el dolor crónico no debe considerarse únicamente un síntoma, sino una enfermedad en sí misma. Se define como aquel dolor que se presenta de forma continua (más de cuatro días a la semana) y que persiste durante al menos tres meses. Entre los distintos tipos, el dolor neuropático es uno de los más frecuentes y complejos de tratar.

Con motivo del Día Mundial del Dolor, que se conmemora cada 17 de octubre, el servicio de Neurología del centro hospitalario lanza un mensaje de sensibilización sobre esta patología que afecta a unas 26.000 personas en la isla, de las cuales aproximadamente 6.450 presentan dolor neuropático.

Montserrat González Platas, neuróloga y promotora de esta consulta, explica que "el dolor neuropático no responde a los analgésicos convencionales y, con los tratamientos actuales, menos del 60 por ciento de los pacientes logra un alivio adecuado del dolor".

Una vez instaurado, este tipo de dolor puede acompañar al paciente durante meses o incluso años. Su evolución promedio es de unos 30 meses, periodo en el que el sistema nervioso mantiene activa la señal de dolor sin causa evidente, afectando al descanso, el ánimo y la calidad de vida. Se estima que el 85 por ciento de los pacientes con dolor neuropático afirma que este dolor repercute



y el 1 por ciento presenta depresión asociada.

"Un diagnóstico precoz puede marcar la diferencia en el manejo del dolor neuropático", asegura González Platas, que además es coordinadora del grupo de estudio de dolor neuropático de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y miembro del grupo de estudio de dolor neuropático de la Sociedad Canaria de Neurología (SOCANE).

Prevalencia en España y Europa

En España, más del 30 por ciento de la población sufre algún tipo de dolor, según la SEN. Además, más del 5 por ciento de los afectados lo padece a diario y al menos un 20 por ciento lo sufre desde hace más de tres meses. Se estima, además, que el 50 por ciento de las consultas en Atención Primaria están relacionadas con dolor, de las cuales un 25 por ciento corresponde a dolor neuropático.

En Europa, aproximadamente el 20 por ciento de la población padece dolor crónico y, de estos pacientes, un 25 por ciento presenta dolor neuropático, lo que equivale a unos 50 millones de personas. Cada año, alrededor del 1 por ciento de la población europea desarrollará este tipo de dolor, que se considera uno de los mayores desafíos en el manejo clínico del dolor crónico.

Con esta nueva consulta monográfica, el Área de Salud de Fuerteventura refuerza su compromiso con la atención integral a los pacientes con dolor crónico, impulsando un abordaje multidisciplinar que contribuya a mejorar su calidad de vida y bienestar.

Portada

Etiquetas

CEAFA subraya la necesidad de adoptar "sin demora" un censo oficial de pacientes con Alzheimer



Agencias

Miércoles, 15 de octubre de 2025, 15:02 h (CET)



La presidenta de la Confederación Española de Alzheimer y otras Demencias (CEAFA), Mariló Almagro, ha subrayado este miércoles la necesidad de adoptar "sin demora" un censo oficial de pacientes con Alzheimer para poder planificar los recursos "adecuados" para su abordaje, con motivo del primer aniversario del Pacto por el Recuerdo.

Esta iniciativa, impulsada por CEAFA, sirve como llamamiento a adoptar medidas inmediatas que sean un punto de partida para avanzar en la lucha real contra el Alzheimer, motivo por el que Almagro ha destacado la importancia de lograr una detección temprana para mejorar el tratamiento, y que los pacientes tengan acceso a las mejores terapias, tanto farmacológicas como no farmacológicas, y a cuidados.

Lo más leído

- 1 **Lisandro Jose Macarrulla Martinez Felicita a Marileidy Paulino por su Oro en Atletismo**
- 2 **Una propuesta auténtica de pizza napolitana en el Eixample, Spaccanapoli Pizzeria**
- 3 **Importación de coches de lujo desde Dubái a España con Top Secret Autos; una de las mejores opciones**
- 4 **El acceso a la vivienda en el Maestrazgo se redefine con modelos habitacionales sostenibles**
- 5 **Hallon, pionera de la inteligencia de medios en España, prepara su 25º aniversario**

Noticias relacionadas

Donemos una fértil unidad; entre contemplación y acción

Recogerse y acogerse es un nívleo concentrado de bondad y pasión que precisamos como jamás, poner

Haga clic aquí para descargar

<https://www.vivecampoo.es/iniciar-sesion.html> <https://www.vivecampoo.es/registro.html>



[f \(https://www.facebook.com/ViveCampoo\)](https://www.facebook.com/ViveCampoo) [t \(https://twitter.com/vivecampoo\)](https://twitter.com/vivecampoo) t.me/vivecampoo [@ \(https://www.instagram.com/vivecampoo.es\)](https://www.instagram.com/vivecampoo.es) <https://www.youtube.com/playlist?list=PLW8DVKmWGDpQ7K1owSkLU8QyikCYL>

www.meteocampoo.es/previsiones.html [5° 20° \(https://www.meteocampoo.es/previsiones.html\)](https://www.meteocampoo.es/previsiones.html) [webcams.html](https://www.meteocampoo.es/webcams.html) [estaciones.html](https://www.meteocampoo.es/estaciones.html) [alto-campoo.html](https://www.meteocampoo.es/alto-campoo.html) www.meteocampoo.es

[CAMPOO \(HTTPS://WWW.VIVECAMPOO.ES/\)](https://www.vivecampoo.es/)

[CAMPOO \(HTTPS://WWW.VIVECAMPOO.ES/\)](https://www.vivecampoo.es/)

[AGUILAR \(AGUILAR-CAMPOO.HTML\)](#)

[SECCIONES \(ACTUALIDAD.HTML\)](#)

[SECCIONES \(ACTUALIDAD.HTML\)](#)

[GUÍA \(GUÍA\)](#)

[FOTOS \(FOTOS.HTML\)](#)

[VÍDEOS \(VÍDEOS.HTML\)](#)

[SERVICIOS \(SERVICIOS.HTML\)](#)

[ESQUELAS \(ESQUELAS.HTML\)](#)

[CONTACTO \(MAILTO:INFO@VIVECAMPOO.ES\)](#)

Sanidad | Cantabria

La Fundación Marqués de Valdecilla es la primera entidad sanitaria que obtiene la certificación 'Espacio Cerebroprotegido' de la Fundación Freno al Ictus



Actualidad (<https://www.vivecampoo.es/actualidad.html>) 15/10/2025 Vive Campoo | Cantabria

El ictus es la primera causa de muerte en mujeres y una de las principales causas de discapacidad en adultos

La Fundación Marqués de Valdecilla (FMV) ha conseguido la certificación 'Espacio Cerebroprotegido' de la Fundación Freno al Ictus, convirtiéndose en la primera entidad sanitaria cántabra en obtener este distintivo. El certificado acredita la formación impartida entre sus trabajadores para que sepan identificar las señales de un accidente cerebrovascular y actuar rápidamente para aumentar las posibilidades de supervivencia del afectado.



Para alcanzar este hito, los empleados de la FMV han realizado recientemente una formación online de la Fundación Freno al Ictus, que ha sido desarrollada en colaboración con la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Este programa formativo se encuentra recogido dentro de las acciones que lleva a cabo la Fundación Marqués de Valdecilla dentro de sus programas de Salud Laboral, Responsabilidad Social Corporativa (RSC) y dando cumplimiento a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en su objetivo sobre salud y reducción del impacto y mortalidad de enfermedades no transmisibles en la sociedad.

En este sentido, el gerente de la Fundación Marqués de Valdecilla, José Francisco Díaz, ha valorado la importancia de que la entidad haya conseguido esta certificación que supone que los trabajadores que han realizado este curso tengan los conocimientos necesarios para que, ante un caso de ictus, sepan distinguir adecuadamente sus señales y, de esta manera, actúen rápidamente, llamando al 112 o al 061. Se trata de que se pueda trasladar al paciente rápidamente al hospital con el objetivo de minimizar el impacto del accidente cerebrovascular.



El 'Protocolo Ictus' es un procedimiento de actuación sanitaria con el que se consigue prevenir o reducir los daños derivados de un accidente cerebrovascular. En concreto, este código busca priorizar los cuidados médicos y el traslado inmediato de la persona afectada por parte de los servicios de emergencia a un hospital que disponga de Unidad de Ictus.

Y es que reducir el tiempo de actuación es vital para lograr que las secuelas sean menores y menos graves y, por tanto, aumentar las posibilidades de superar el ictus.

"Cada minuto cuenta ante un ictus. Saber identificar y actuar es fundamental para salvar vidas y reducir secuelas. Hoy damos la bienvenida como espacio cerebroprotegido a la Fundación Marqués de Valdecilla. Que una entidad sanitaria como la fundación se sume al proyecto refuerza su objetivo: reducir el impacto del ictus en nuestra sociedad", ha señalado el presidente y fundador de la Fundación Freno al Ictus, Julio Agredano.

Primera causa de muertes en mujeres

Esta alteración de la circulación cerebral que compromete la llegada de sangre al cerebro, provocando daño neuronal, afecta cada año a 120.000 personas en España y representa la primera causa de muertes en mujeres y la segunda causa de muerte global.

Una de cada cuatro personas tendrá un ictus a lo largo de su vida, siendo la primera causa de discapacidad en adultos. Se estima que, en 2025, los casos de ictus habrán aumentado un 35 por ciento, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar nuestros servicios. Si continua navegando, consideramos que acepta su uso. Puede obtener más información, en nuestra [Política de Cookies \(política-privacidad.html\)](#).

wards
orteo



Hay 1.712.400 EUR en juego

Consigue una participación gratuita



Ca. 2 millones de euros en premios
Patrocinado

- 
-  4
- 
- 
- 
- 



La Vanguardia

Seguir

124.4K Seguidores



Almudena Pascual, actriz: "Que nadie tenga que elegir entre cuidar o vivir su vida"

Historia de Mamen Polaino • 3 día(s) • 3 minutos de lectura

Tras detener durante casi **cuatro** años su carrera para cuidar a su madre enferma de ELA, la actriz Almudena Pascual (29) vuelve a alzar la voz contra la esclerosis lateral amiotrófica, una enfermedad neurodegenerativa aún sin cura con la que conviven en España unas 4 000 personas y que, según informa la Sociedad Española de Neurología, registra alrededor de 900 nuevos diagnósticos al año.



Publicidad

El híbrido reinventado
Nissan Qashqai con nue...

Tal y como denuncia tras su experiencia cercana con la afección la propia intérprete en conversación con *La Vanguardia*, y corroboran desde la Asociación Española de Esclerosis Lateral Amiotrófica (adELA), familias y asociaciones siguen asumiendo, a día de hoy, el 85 % del coste de los cuidados de los afectados, lo que se traduce en unos gastos que pueden alcanzar los 110.000 euros anuales en fases avanzadas.

 Comentarios

Desde la organización adELA aseguran que, pese a estar a punto de cumplirse un año de la aprobación en el Congreso de la Ley ELA, los efectos de la normativa, la cual debía agilizar los trámites de

Continuar leyendo

Contenido patrocinado



SEAT

SEAT Arona

Patrocinado



Nissan X-Trail

Aprovecha la oferta y hazte con el Nissan X-Trail. ¿Te atreves?

Patrocinado



Más para ti

Comentarios

PUBLICIDAD



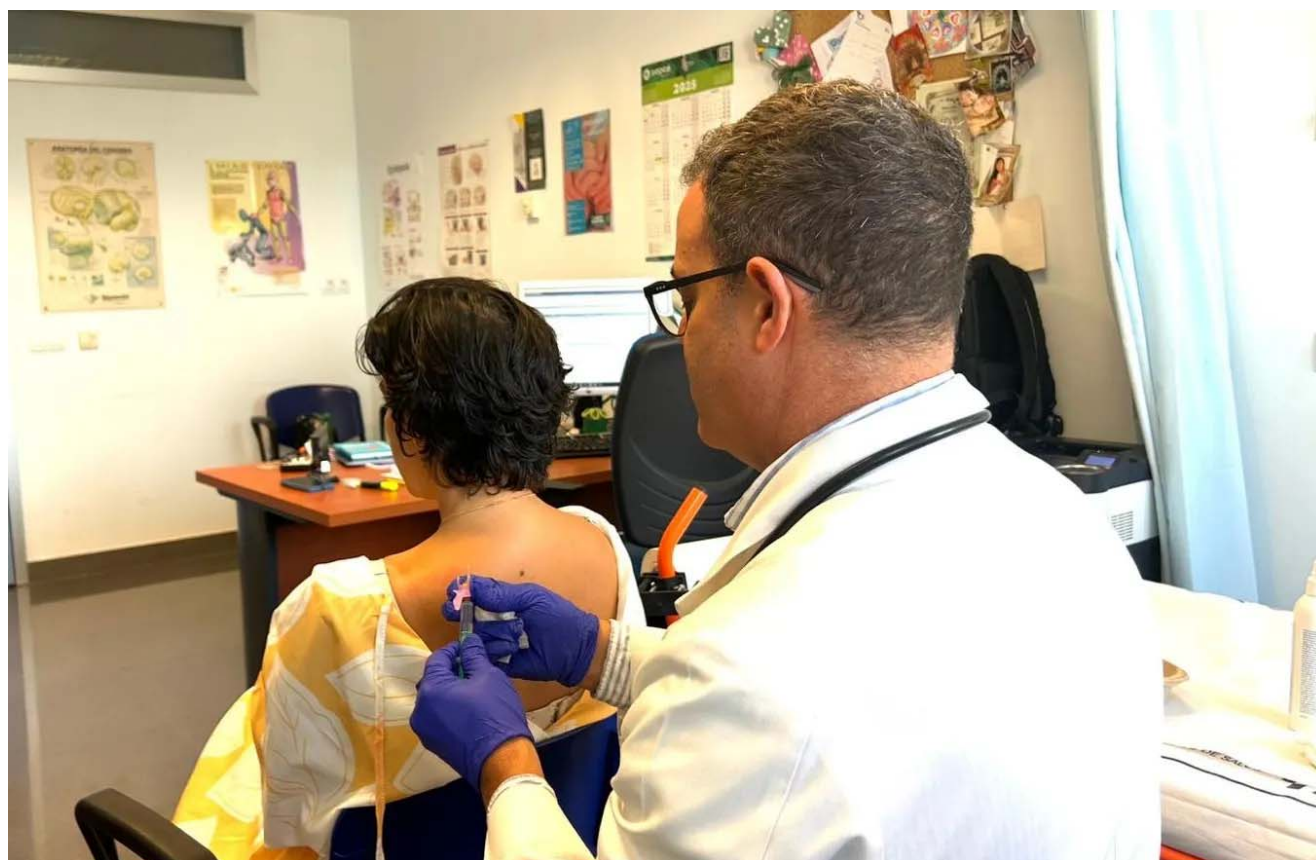
Buscar...



[Inicio](#) · [Fuerteventura](#) · [El Hospital pone en marcha una consulta especializada en dolor neuróptico](#)

El Hospital pone en marcha una consulta especializada en dolor neuróptico

PUBLICADO EL JUEVES 16 DE OCTUBRE DE 2025 - 13:59H



Se estima que alrededor de 26.000 personas presentan dolor crónico en la isla, de las cuales unas 6.450 padecen dolor neuropático

 REDACCIÓN NOTICIASFUERTEVENTURA

El Hospital General de Fuerteventura Virgen de la Peña, adscrito al Servicio Canario de la Salud, dispone desde este mes de septiembre de una consulta monográfica para el abordaje del dolor neuropático.

Esta iniciativa ha sido posible gracias al refuerzo de la plantilla del servicio de Neurología con nuevos especialistas, en un esfuerzo de la Gerencia de Servicios Sanitarios de la isla por ofrecer un abordaje multidisciplinar en coordinación con el equipo de Anestesiología, responsable de la Unidad del Dolor, y con los profesionales de Atención Primaria.

Según la Organización Mundial de la Salud, el dolor crónico no debe considerarse únicamente un síntoma, sino una enfermedad en sí misma. Se define como aquel dolor que se presenta de forma continua (más de cuatro días a la semana) y que persiste durante al menos tres meses. Entre los distintos tipos, el dolor neuropático es uno de los más frecuentes y complejos de tratar.

Con motivo del Día Mundial del Dolor, que se conmemora cada 17 de octubre, el servicio de Neurología del centro hospitalario lanza un mensaje de sensibilización sobre esta patología que afecta a unas 26.000 personas en la isla, de las cuales aproximadamente 6.450 presentan dolor neuropático.

Montserrat González Platas, neuróloga y promotora de esta consulta, explica que “el dolor neuropático no responde a los analgésicos convencionales y, con los tratamientos actuales, menos del 60 por ciento de los pacientes logra un alivio adecuado del dolor”.

Una vez instaurado, este tipo de dolor puede acompañar al paciente durante meses o incluso años. Su evolución promedio es de unos 30 meses, periodo en el que el sistema nervioso mantiene activa la señal de dolor sin causa evidente, afectando al descanso, el ánimo y la calidad de vida. Se estima que el 85 por ciento de los pacientes con dolor neuropático afirma que este dolor repercute significativamente en su vida diaria; el 60 por ciento sufre trastornos del sueño y el 34 por ciento presenta depresión asociada.

“Un diagnóstico precoz puede marcar la diferencia en el manejo del dolor neuropático”, asegura González Platas, que además es coordinadora del grupo de estudio de dolor neuropático de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y miembro del grupo de estudio de dolor neuropático de la Sociedad Canaria de Neurología (SOCANE).

Prevalencia en España y Europa

En España, más del 30 por ciento de la población sufre algún tipo de dolor, según la SEN. Además, más del 5 por ciento de los afectados lo padece a diario y al menos un 20 por ciento

lo sufre desde hace más de tres meses. Se estima, además, que el 50 por ciento de las consultas en Atención Primaria están relacionadas con dolor, de las cuales un 25 por ciento corresponde a dolor neuropático.

En Europa, aproximadamente el 20 por ciento de la población padece dolor crónico y, de estos pacientes, un 25 por ciento presenta dolor neuropático, lo que equivale a unos 50 millones de personas. Cada año, alrededor del 1 por ciento de la población europea desarrollará este tipo de dolor, que se considera uno de los mayores desafíos en el manejo clínico del dolor crónico.

Con esta nueva consulta monográfica, el Área de Salud de Fuerteventura refuerza su compromiso con la atención integral a los pacientes con dolor crónico, impulsando un abordaje multidisciplinar que contribuya a mejorar su calidad de vida y bienestar.

Comentarios (0)

LO MÁS LEÍDO



Corralejo tendrá una piscina de olas en un Water Park Resort



El piloto del dron que paró los vuelos esta mañana manifestó desconocer la normativa aplicable



Un hombre de 39 años fallece al chocar contra una guagua en Tuineje



La ola artificial que tumbaron ecologistas y surfistas

La presencia de un dron paraliza esta mañana la operativa del aeropuerto de El Matorral

PUBLICIDAD

□

□

[cambio16.com](https://www.cambio16.com)

El insomnio se convierte en la epidemia silenciosa del siglo XXI

Mariela León

7-9 minutos

Los expertos advierten que métodos como suplementos, pastillas ‘naturales’ o infusiones no han demostrado su eficacia en el tratamiento de ese trastorno

A veces de puntillas y otras veces de forma abrupta, el insomnio se cuela en la cama alterando el descanso que el cuerpo necesita para reponerse. Este trastorno del sueño afecta a millones de personas en todo el mundo, extendiéndose de manera envolvente e invisible.

Las cifras confirman la magnitud del problema: según la Organización Mundial de la Salud, el insomnio impacta al 40 % de la población mundial, y un 15 % de los adultos lo padece de forma crónica. El fenómeno se ha agravado por los estilos de vida modernos, el estrés, la depresión, la sobrecarga digital y los cambios en las rutinas.

Sus efectos van más allá de pasar una noche interminable. El insomnio deteriora la calidad de vida, reduce el rendimiento laboral y la capacidad de concentración. Cuando se vuelve persistente, provoca apatía, irritabilidad, fatiga y eleva el riesgo de accidentes.





Un estudio de la Academia Estadounidense de Neurología asocia el insomnio crónico con pérdida de memoria, declive cognitivo y cambios cerebrales en adultos mayores. La investigación define este trastorno como la dificultad para dormir al menos tres noches por semana durante tres meses o más. La Academia Estadounidense de Neurología analizó cómo el trastorno del sueño crónico puede estar vinculado a cambios cerebrales, pérdida de memoria y un declive en las habilidades de pensamiento en adultos mayores. El estudio define el insomnio crónico como la dificultad para dormir al menos tres días a la semana durante tres meses o más.

Causas y secuelas desconocidas del insomnio

El insomnio acecha a más personas en el mundo. No solo en personas mayores -a medida que se envejece, el patrón de sueño cambia, volviéndose más ligero y fragmentado- también es recurrente en jóvenes.

El [estudio](#) de la AEN concluyó que las personas con insomnio crónico tenían un 40% más de probabilidades de presentar deterioro cognitivo leve o demencia en comparación con quienes no padecían el trastorno. Este aumento en el riesgo equivale a un envejecimiento cerebral adicional de 3,5 años. “El descanso insuficiente no solo

afecta cómo te sientes al día siguiente. También puede afectar la salud de tu cerebro con el tiempo”, señala el autor del estudio, Diego Z. Carvalho, doctor en medicina de la Clínica Mayo en Minnesota y miembro de la academia.

“Los datos sugieren que el insomnio crónico podría ser una señal de advertencia temprana o incluso un contribuyente a futuros problemas cognitivos”, detalla. Además, esta falta de sueño de manera sostenida, aumenta el riesgo de desarrollar otras enfermedades como ansiedad, hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes.

Otro estudio realizado en España y presentado por la [Fundación MAPFRE](#), [la Sociedad Española de Neurología](#) y [la Sociedad Española del Sueño](#), sostiene que el 83,5% de los jóvenes del país muestra síntomas de insomnio y más de la mitad se acuesta tarde para realizar otras actividades. Un 61% reduce horas de sueño de forma voluntaria para ocio, y el 80% usa pantallas en la cama, lo que interrumpe el descanso.

Muchos duermen menos de las 7-9 horas recomendadas y sufren consecuencias como fatiga, dolor de cabeza, mal humor o irritabilidad. Sólo un 24% reconoce dormir bien y lo suficiente.

¿Soluciones milagrosas?

Este trastorno del sueño, que se ha generalizado en estos tiempos, tiene distintas formas de abordarlo. Muchos buscan un ‘milagro’ con pastillas naturales, infusiones o suplementos nutricionales que pongan fin a esta alteración que tanto afecta en la cotidianidad.

Algunos expertos afirman que estas opciones no han demostrado su eficacia en el tratamiento del insomnio. La Sociedad Española de Neurología asegura que utilizar remedios sin validez supone un gasto económico importante para el paciente. Y puede ser perjudicial para su salud: aparte de generar frustración al no obtener los resultados esperados. Retrasan la búsqueda de ayuda médica adecuada e incluso pueden empeorar los síntomas y favorecer su cronificación.

“En los últimos años estamos observando un aumento exponencial de productos y servicios dirigidos a personas con insomnio crónico. Desde pastillas que se presentan como naturales. Aerosoles o infusiones milagro, hasta almohadas especiales, antifaces con tecnología incorporada. Aplicaciones de meditación, dispositivos electrónicos, gafas con filtros de luz, lámparas de colores o incluso retiros de fin de semana orientados a ‘curar’ el insomnio”, denuncia Celia García Malo, coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la SEN.

Sin embargo, la realidad es que ninguno de estos productos ha

demostrado eficacia en el tratamiento de este trastorno, reseña *S/NC*. “Se trata de una industria con un gran poder de marketing que busca su nicho entre quienes sufren este problema de salud”, precisa García. Según los últimos datos disponibles, solo la venta en farmacias de remedios para dormir sin receta supuso en el año 2022 en España un mercado superior a los 130 millones de euros.

Recomendaciones útiles y prácticas

La Sociedad Española de Neurología es muy clara: el insomnio es una entidad clínica compleja y por lo tanto es importante acudir a profesionales de la salud capacitados para un correcto diagnóstico y tratamiento. Es el médico quien debe profundizar en conocer sus causas, y en base a ello plantear un tratamiento u otro.

Además, en ciertas ocasiones y manifestándose como insomnio, pueden existir otras patologías del sueño que también requieren de una atención médica específica como puede ser la apnea del sueño, el síndrome de piernas inquietas, o los trastornos del ritmo circadiano.

“Una vez evaluado al paciente con insomnio, y que se hayan

descartado otra serie de patologías que también se pueden manifestar en problemas de sueño. La terapia cognitivo-conductual (TCC) es la que consideramos el tratamiento de primera elección para el insomnio”, dice García. Se trata de una intervención dirigida a restablecer un patrón de sueño normal.

Otras entidades sugieren a estas personas susceptibles de presentar alteraciones en el sueño:

- Evita asociar tu cama con el trabajo o la televisión para que tu cerebro la reconozca como un lugar de descanso.
- Limita el consumo de noticias: mantenerse informado es importante, pero la sobreexposición puede generar ansiedad, mucho más antes de dormir.
- Evita el uso del teléfono como despertador. La luz azul de los dispositivos y la tentación de revisarlos pueden afectar negativamente el sueño.
- Establece una rutina. Acuéstate y levántate a la misma hora, incluso los fines de semana, para regular tu reloj biológico.
- Crea un ambiente propicio para el sueño. Asegúrate de que tu habitación esté oscura, silenciosa y fresca.
- Considera la actividad física. El ejercicio regular puede mejorar la calidad del sueño, pero evita hacerlo justo antes de acostarse. Medita, ejercita la respiración, haz yoga.

+ en **Cambio16.com**:



Inicio › Canarias › El Hospital de Fuerteventura pone en marcha una consulta especializada en dolor...

El Hospital de Fuerteventura pone en marcha una consulta especializada en dolor neuróptico

[CANARIAS](#) [FUERTEVENTURA](#) [NOTICIAS](#) [POLITICA](#) [PORTADA](#)

OCTUBRE 16, 2025

Por **ONDA FUERTEVENTURA**

👁 66



Salud, dispone desde este mes de septiembre de una consulta monográfica para el abordaje del dolor neuropático. Esta iniciativa ha sido posible gracias al refuerzo de la plantilla del servicio de Neurología con nuevos especialistas, en un esfuerzo de la Gerencia de Servicios Sanitarios de la isla por ofrecer un abordaje multidisciplinar en coordinación con el equipo de Anestesiología, responsable de la Unidad del Dolor, y con los profesionales de Atención Primaria.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el dolor crónico no debe considerarse únicamente un síntoma, sino una enfermedad en sí misma. Se define como aquel dolor que se presenta de forma continua (más de cuatro días a la semana) y que persiste durante al menos tres meses. Entre los distintos tipos, el dolor neuropático es uno de los más frecuentes y complejos de tratar.

Con motivo del Día Mundial del Dolor, que se conmemora cada 17 de octubre, el servicio de Neurología del centro hospitalario lanza un mensaje de sensibilización sobre esta patología que afecta a unas 26.000 personas en la isla, de las cuales aproximadamente 6.450 presentan dolor neuropático.

Montserrat González Platas, neuróloga y promotora de esta consulta, explica que “el dolor neuropático no responde a los analgésicos convencionales y, con los tratamientos actuales, menos del 60 por ciento de los pacientes logra un alivio adecuado del dolor”.

Una vez instaurado, este tipo de dolor puede acompañar al paciente durante meses o incluso años. Su evolución promedio es de unos 30 meses, periodo en el que el sistema nervioso mantiene activa la señal de dolor sin causa evidente, afectando al descanso, el ánimo y la calidad de vida. Se estima que el 85 por ciento de los pacientes con dolor neuropático afirma que este dolor repercute significativamente en su vida diaria; el 60 por ciento sufre trastornos del sueño y el 34 por ciento presenta depresión asociada.

“Un diagnóstico precoz puede marcar la diferencia en el manejo del dolor neuropático”, asegura González Platas, que además es coordinadora del grupo de estudio de dolor neuropático de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y miembro del grupo de estudio de dolor neuropático de la Sociedad Canaria de Neurología (SOCANE).

Prevalencia en España y Europa

En España, más del 30 por ciento de la población sufre algún tipo de dolor, según la SEN. Además, más del 5 por ciento de los afectados lo padece a diario y al menos un 20 por ciento lo sufre desde hace más de tres meses. Se estima, además, que el 50 por ciento de las consultas en Atención Primaria están relacionadas con dolor, de las cuales un 25 por ciento corresponde a dolor neuropático.

En Europa, aproximadamente el 20 por ciento de la población padece dolor crónico y, de estos pacientes, un 25 por ciento presenta dolor neuropático, lo que equivale a unos 50 millones de personas. Cada año, alrededor del 1 por ciento de la población europea desarrollará este tipo de dolor, que se considera uno de los mayores desafíos en el manejo clínico del dolor crónico.

Con esta nueva consulta monográfica, el Área de Salud de Fuerteventura refuerza su compromiso con la atención integral a los pacientes con dolor crónico, impulsando un abordaje multidisciplinar que contribuya a mejorar su calidad de vida y bienestar.



El Hospital General de Fuerteventura pone en marcha una consulta especializada en dolor neurópatico

16/10/2025



El Hospital General de Fuerteventura pone en marcha una consulta especializada en dolor neurópatico

El Hospital General de Fuerteventura Virgen de la Peña, adscrito al Servicio Canario de la Salud, dispone desde este mes de septiembre de una consulta monográfica para el abordaje del dolor neuropático. Esta iniciativa ha sido posible gracias al refuerzo de la plantilla del servicio de Neurología con nuevos especialistas, en un esfuerzo de la Gerencia de Servicios Sanitarios de la isla por ofrecer un abordaje multidisciplinar en coordinación con el equipo de Anestesiología, responsable de la Unidad del Dolor, y con los profesionales de Atención Primaria.

Esta página utiliza cookies y otras tecnologías para que podamos mejorar su experiencia de navegación.

[Acepto](#)

[No Acepto](#)

[Más Información](#)

como aquel dolor que se presenta de forma continua (más de cuatro días a la semana) y que persiste durante al menos tres meses. Entre los distintos tipos, el dolor neuropático es uno de los más frecuentes y complejos de tratar.

Con motivo del Día Mundial del Dolor, que se conmemora cada 17 de octubre, el servicio de Neurología del centro hospitalario lanza un mensaje de sensibilización sobre esta patología que afecta a unas 26.000 personas en la isla, de las cuales aproximadamente 6.450 presentan dolor neuropático.

Montserrat González Platas, neuróloga y promotora de esta consulta, explica que “el dolor neuropático no responde a los analgésicos convencionales y, con los tratamientos actuales, menos del 60 por ciento de los pacientes logra un alivio adecuado del dolor”.

Una vez instaurado, este tipo de dolor puede acompañar al paciente durante meses o incluso años. Su evolución promedio es de unos 30 meses, periodo en el que el sistema nervioso mantiene activa la señal de dolor sin causa evidente, afectando al descanso, el ánimo y la calidad de vida. Se estima que el 85 por ciento de los pacientes con dolor neuropático afirma que este dolor repercute significativamente en su vida diaria; el 60 por ciento sufre trastornos del sueño y el 34 por ciento presenta depresión asociada.

“Un diagnóstico precoz puede marcar la diferencia en el manejo del dolor neuropático”, asegura González Platas, que además es coordinadora del grupo de estudio de dolor neuropático de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y miembro del grupo de estudio de dolor neuropático de la Sociedad Canaria de Neurología (SOCANE).

Prevalencia en España y Europa

En España, más del 30 por ciento de la población sufre algún tipo de dolor, según la SEN. Además, más del 5 por ciento de los afectados lo padece a diario y al menos un 20 por ciento lo sufre desde hace más de tres meses. Se estima, además, que el 50 por ciento de las consultas en Atención Primaria están relacionadas con dolor, de las cuales un 25 por ciento corresponde a dolor neuropático.

En Europa, aproximadamente el 20 por ciento de la población padece dolor crónico y, de estos pacientes, un 25 por ciento presenta dolor neuropático, lo que equivale a unos 50 millones de personas. Cada año, alrededor del 1 por ciento de la población europea desarrollará este tipo de dolor, que se considera uno de los mayores desafíos en el manejo clínico del dolor crónico.

Con esta nueva consulta monográfica, el Área de Salud de Fuerteventura refuerza su

Esta página utiliza cookies y otras tecnologías para que podamos mejorar su experiencia de navegación.

[Acepto](#)

[No Acepto](#)

[Más Información](#)



Buscar



Glosario Directorio IA Cursos Psicofármacos Trastornos Congreso Actualidad B

Actualidad y Artículos | Sueño Vigilia, Trastornos del sueño vigilia

Seguir 87



2



2



PUBLICAR ▾

Neurólogos advierten sobre el aumento de productos 'milagro' sin validez médica dirigidos a personas con insomnio



Noticia | Fecha de publicación: 17/10/2025

Artículo revisado por nuestra redacción

Explora el artículo con IA



[Glosario](#) [Directorio](#) [IA](#) [Cursos](#) [Psicofármacos](#) [Trastornos](#) [Congreso](#) [Actualidad](#) [B](#)

económico "importante" para el paciente, sino que también puede ser perjudicial para su salud.

VUELVE EL FORO QUE REÚNE

PUBLICIDAD

Además de generar frustración en el propio paciente al no obtener los resultados esperados, también se retrasa la búsqueda de ayuda médica adecuada, lo que favorece su cronificación.

"Aunque resulta positivo que aumente el interés por la importancia del sueño y por las medidas destinadas a mejorarlo, cada vez es más frecuente encontrar afirmaciones categóricas y propuestas que carecen de validez científica, ofreciendo en muchos casos soluciones falsas o sin validez médica. **En los últimos años estamos observando un aumento exponencial de productos y servicios dirigidos a personas con insomnio crónico**", ha declarado la coordinadora del grupo, la doctora Celia García M...

Explora el artículo con IA

Entre estos productos destacan suplementos y



[Glosario](#) [Directorio](#) [IA](#) [Cursos](#) [Psicofármacos](#) [Trastornos](#) [Congreso](#) [Actualidad](#) [B](#)

Además, ha detallado que los últimos datos disponibles muestran como la venta en farmacias de remedios para dormir sin receta supuso en el año 2022 en España un mercado superior a los 130 millones de euros.

"Sin embargo, la realidad es que ninguno de estos productos ha demostrado eficacia en el tratamiento de este trastorno. Se trata de una industria con un gran poder de marketing que busca su nicho entre quienes sufren este problema de salud", ha agregado la especialista.

El insomnio afecta hasta a un 15 por ciento de los adultos españoles de forma crónica, lo que impacta en su calidad de vida, en el rendimiento laboral y aumenta el riesgo de desarrollar otras enfermedades como la depresión, la ansiedad, la hipertensión arterial o la diabetes.

LA IMPORTANCIA DE ACUDIR A UN PROFESIONAL

Explora el artículo con IA

Es por ello por lo que los especialistas de la SEN han



[Glosario](#) [Directorio](#) [IA](#) [Cursos](#) [Psicofármacos](#) [Trastornos](#) [Congreso](#) [Actualidad](#) [B](#)

síndrome de piernas inquietas o los trastornos del ritmo circadiano.

"Una vez evaluado al paciente con insomnio, y que se hayan descartado otra serie de patologías que también se pueden manifestar en problemas de sueño, la terapia cognitivo-conductual es la que consideramos el tratamiento de primera elección para el insomnio.

Son muchos los pacientes con insomnio que pueden ser candidatos para recibir este tratamiento, y se trata de una intervención dirigida a restablecer un patrón de sueño normal", ha agregado García Malo.

Tras ello, ha subrayado que la terapia cognitivo-conductual no se limita a simples pautas de higiene del sueño, sino que requiere una evaluación individualizada, ya que cada persona tiene características y necesidades particulares.

La experta también ha reconocido que el acceso a este tratamiento aún está lejos de "dar respuesta" al elevado número de pacientes que viven esta realidad sobre la se debe "seguir trabajando", reclamando como sociedad científica.

Explora el artículo con IA



[Glosario](#) [Directorio](#) [IA](#) [Cursos](#) [Psicofármacos](#) [Trastornos](#) [Congreso](#) [Actualidad](#) [B](#)

Lo que está claro es que **el insomnio no se resuelve con soluciones rápidas ni productos milagro**", ha declarado la secretaria del Grupo, la doctora Ana Fernández Arcos.

En ese sentido, ha recalcado que el insomnio es un trastorno complejo que debe ser valorado en el marco de una historia clínica completa, identificando factores desencadenantes y asociados y profundizando en sus causas, y que "solo así" es posible ofrecer soluciones que resuelvan el problema desde su raíz y reduzcan el riesgo de cronificación.

Por último, **los especialistas de la sociedad han insistido en la importancia de que la población "desconfíe" de la publicidad "engañosa" y que no se deje "arrastrar" por modas o promesas sin base científica.**

Explora el artículo con IA



Los eurocirujanos del hospital Ana Jorques, Ángel Horcajadas y Ana Román serán participantes en las jornadas profesionales - VITHAS

Europa Press Andalucía


Publicado: jueves, 16 octubre 2025 18:44



GRANADA 16 Oct. (EUROPA PRESS) -


Profesionales del hospital y del Instituto de Neurociencias Vithas han organizado el 21 de octubre un aula de salud sobre cefaleas y dolor craneofacial en su centro de Granada dirigido a pacientes, y unas jornadas profesionales sobre el mismo tema los días 22 y 23 del mismo mes en el Colegio Oficial de Médicos, a las que acudirán especialistas de Granada, Jaén y Madrid.

La cefalea es uno de los principales motivos de consulta en atención primaria, urgencias y neurología. Según la Sociedad Española de Neurología, un cuatro por ciento de la población española sufre dolor de cabeza más de 15 días al mes. Esta dolencia no solo implica sufrimiento físico, sino que también impacta en la productividad laboral y el bienestar emocional de quienes la padecen.



NUEVO C5 AIRCROSS desde 27.690€
Un sueño hecho realidad

[CONFIGÚRALO](#)

Inspired by  iwbos

El dolor craneofacial, por otro lado, engloba una serie de dolencias como la neuralgia de trigémino, que, sin ser tan frecuentes, pueden impactar de forma muy negativa en la vida de quienes lo padecen. En todos estos procesos el enfoque diagnóstico y terapéutico multidisciplinar es muy importante, según ha detallado Vithas en una nota.

Bajo ese marco, el Hospital Vithas Granada y el Instituto de Neurociencias Vithas organizan una doble jornada dedicada al abordaje de estos problemas. El evento se dividirá en dos partes: una sesión divulgativa, o Vithas Aula Salud, para pacientes el martes 21 de octubre en el hospital, y unas jornadas profesionales los días 22 y 23 en el Colegio Oficial de Médicos de Granada.

Este tipo de encuentros, "son necesarios para mantenernos a la vanguardia en calidad asistencial, algo que repercute directamente en nuestros pacientes, en su salud y bienestar", ha asegurado el gerente del hospital granadino, José Luis Salcedo.

Te puede gustar

Una expaciente de salud mental relata en la JGPA su sufrimiento cuando la ataban en el hospital de Avilés

Europa Press

Detienen al hijo de la mujer hallada sin vida en su casa de Palma y apuntan a una muerte violenta

Europa Press

Nuevo Toyota C-HR Hybrid

Toyota España | Patrocinado

[Más información](#)

Las jornadas del 22 y 23 de octubre están dirigidas a médicos de atención primaria, neurólogos, neuropsicólogos, neurocirujanos y otros especialistas del ámbito de las neurociencias, así como a aquellos involucrados en el tratamiento del dolor. El objetivo es "actualizar conocimientos, explorar nuevos enfoques diagnósticos y terapéuticos, y fomentar una visión multidisciplinar en el tratamiento de las cefaleas y el dolor



craneofacial".

El programa, promovido por los doctores del Hospital Vithas Granada, Ana Jimeno, neuróloga, y Ángel Horcajadas, coordinador de neurocirugía del centro y coordinador del Instituto de Neurociencias Vithas, contará con la participación de 15 especialistas de prestigio procedentes de hospitales de Granada, Jaén y Madrid.

El miércoles 22, el eje central serán las cefaleas. Se tratarán temas relacionados con el diagnóstico diferencial de los distintos tipos de cefaleas, así como el abordaje de las cefaleas en niños y en situaciones especiales como el embarazo y la lactancia. Se revisarán los últimos avances terapéuticos, incluyendo los quirúrgicos, con un panel de expertos que incluye neurólogos, neurocirujanos y anestesiólogos.

Un día después, el jueves 23, se abordarán los retos ante el dolor craneofacial, los principales tratamientos y terapias farmacológicas y no farmacológicas frente a este dolor, así como el reto de un abordaje multidisciplinar en pacientes con dolor craneofacial persistente.

Horcajadas ha asegurado que "el objetivo de organizar encuentros profesionales como estos tiene, por un lado, un sentido divulgativo, acercando las especialidades al ámbito de la atención primaria con el objetivo de mejorar el diagnóstico de estas entidades".

"Y, por otro, el de potenciar una mayor coordinación entre especialistas para un diagnóstico certero y un tratamiento efectivo y sin dilación. Igualmente, es un compromiso con nuestros pacientes, para brindarles una atención cercana y de calidad que, en muchos casos, contribuya a mejorar su vida".

Por su parte, Jimeno, además de participar en el programa profesional, será la encargada de ofrecer la charla dirigida a pacientes con cefaleas que se celebrará el 21 de octubre en el hospital, titulada 'Vivir mejor es posible. Estrategias y recursos para pacientes con migraña'.

La especialista explica que "es muy importante no normalizar el dolor de cabeza. En la consulta vemos a diario a personas con una vida muy limitada debido a las cefaleas, pero es fundamental ponerse en manos de profesionales para hacer un diagnóstico certero y buscar el tratamiento que mejor se adapta a ellos, como les contaré en la charla".

ANDALUCÍA

Vithas Granada reúne a profesionales y pacientes para profundizar en el abordaje de las cefaleas y el dolor craneofacial



Los eurocirujanos del hospital Ana Jorques, Ángel Horcajadas y Ana Román serán participantes en las jornadas profesionales - VITHAS

Europa Press Andalucía

Publicado: jueves, 16 octubre 2025 18:44

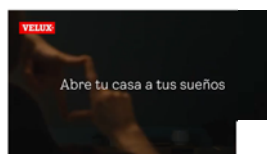


GRANADA 16 Oct. (EUROPA PRESS) -

Profesionales del hospital y del Instituto de Neurociencias Vithas han organizado el 21 de octubre un aula de salud sobre cefaleas y dolor craneofacial en su centro de Granada dirigido a pacientes, y unas jornadas profesionales sobre el mismo tema los días 22 y 23 del mismo mes en el Colegio Oficial de Médicos, a las que acudirán especialistas de Granada, Jaén y Madrid.

La cefalea es uno de los principales motivos de consulta en atención primaria, urgencias y neurología. Según la Sociedad Española de Neurología, un cuatro por ciento de la población española sufre dolor de cabeza más de 15 días al mes. Esta dolencia no solo implica sufrimiento físico, sino que también impacta en la productividad laboral y el bienestar emocional de quienes la padecen.

PUBLICIDAD



VELUX

Concurso VELUX

¡Da vida a la transformación de tus sueños! Gana 10.000 € para reformar tu hogar.

Participo

Inspired by inwebe

El dolor craneofacial, por otro lado, engloba una serie de dolencias como la neuralgia de trigémino, que, sin ser tan frecuentes, pueden impactar de forma muy negativa en la vida de quienes lo padecen. En todos estos procesos el enfoque diagnóstico y terapéutico multidisciplinar es muy importante, según ha detallado Vithas en una nota.

Bajo ese marco, el Hospital Vithas Granada y el Instituto de Neurociencias Vithas organizan una doble jornada dedicada al abordaje de estos problemas. El evento se dividirá en dos partes: una sesión divulgativa, o Vithas Aula Salud, para pacientes el martes 21 de octubre en el hospital, y unas jornadas profesionales los días 22 y 23 en el Colegio Oficial de Médicos de Granada.

Este tipo de encuentros, "son necesarios para mantenernos a la vanguardia en calidad asistencial, algo que repercute directamente en nuestros pacientes, en su salud y bienestar", ha asegurado el gerente del hospital granadino, José Luis Salcedo.

Te puede gustar

Una expaciente de salud mental relata en la JGPA su sufrimiento cuando la ataban en el hospital de Avilés

Europa Press

Detienen al hijo de la mujer hallada sin vida en su casa de Palma y apuntan a una muerte violenta

Europa Press

Doctor revela un "parásito" que causa estreñimiento y un ritual de 12 segundos que drena el colon

goldentree.es | Patrocinado

Más información

Las jornadas del 22 y 23 de octubre están dirigidas a médicos de atención primaria, neurólogos, neuropsicólogos, neurocirujanos y otros especialistas del ámbito de las neurociencias, así como a aquellos involucrados en el tratamiento del dolor. El objetivo es "actualizar conocimientos, explorar nuevos enfoques diagnósticos y terapéuticos, y fomentar una visión multidisciplinar en el tratamiento de las cefaleas y el dolor



craneofacial".

El programa, promovido por los doctores del Hospital Vithas Granada, Ana Jimeno, neuróloga, y Ángel Horcajadas, coordinador de neurocirugía del centro y coordinador del Instituto de Neurociencias Vithas, contará con la participación de 15 especialistas de prestigio procedentes de hospitales de Granada, Jaén y Madrid.

El miércoles 22, el eje central serán las cefaleas. Se tratarán temas relacionados con el diagnóstico diferencial de los distintos tipos de cefaleas, así como el abordaje de las cefaleas en niños y en situaciones especiales como el embarazo y la lactancia. Se revisarán los últimos avances terapéuticos, incluyendo los quirúrgicos, con un panel de expertos que incluye neurólogos, neurocirujanos y anestesiólogos.

Un día después, el jueves 23, se abordarán los retos ante el dolor craneofacial, los principales tratamientos y terapias farmacológicas y no farmacológicas frente a este dolor, así como el reto de un abordaje multidisciplinar en pacientes con dolor craneofacial persistente.

Horcajadas ha asegurado que "el objetivo de organizar encuentros profesionales como estos tiene, por un lado, un sentido divulgativo, acercando las especialidades al ámbito de la atención primaria con el objetivo de mejorar el diagnóstico de estas entidades".

"Y, por otro, el de potenciar una mayor coordinación entre especialistas para un diagnóstico certero y un tratamiento efectivo y sin dilación. Igualmente, es un compromiso con nuestros pacientes, para brindarles una atención cercana y de calidad que, en muchos casos, contribuya a mejorar su vida".

Por su parte, Jimeno, además de participar en el programa profesional, será la encargada de ofrecer la charla dirigida a pacientes con cefaleas que se celebrará el 21 de octubre en el hospital, titulada 'Vivir mejor es posible. Estrategias y recursos para pacientes con migraña'.

La especialista explica que "es muy importante no normalizar el dolor de cabeza. En la consulta vemos a diario a personas con una vida muy limitada debido a las cefaleas, pero es fundamental ponerse en manos de profesionales para hacer un diagnóstico certero y buscar el tratamiento que mejor se adapta a ellos, como les contaré en la charla".



Las cefaleas primarias se asocian con mayor riesgo de depresión, según un nuevo estudio. / Getty Images

ACTUALIDAD NOTICIA 17 oct 2025 - 09:53



JORGE GARCÍA

El trabajo sugiere un impacto emocional negativo del dolor de cabeza primario incluyendo la migraña y la cefalea tensional.

Un tratamiento para el alzhéimer temprano logra reducir las proteínas defectuosas en el cerebro y ralentizar el deterioro cognitivo

Los dolores de cabeza o cefalea son un problema de salud muy frecuente, que en nuestro país ha padecido alguna vez en la vida **en torno al 90%** de la población según datos de la *Sociedad Española de Neurología* (SEN). Con todo, es también un trastorno heterogéneo: existen muchos tipos diferentes, cada uno con unas causas, características y consecuencias diferentes.

Dos clases particularmente comunes son la **cefalea tensional y la migraña**, colectivamente categorizadas dentro de los dolores de cabeza primarios. Ahora, una nueva investigación ha encontrado que se asocian con un mayor riesgo de trastornos depresivos e incluso de suicidio en la población que los sufre.

Un estudio de gran cohorte

Según detallan los autores del trabajo, un estudio de cohorte retrospectivo de base poblacional, en el medio científico *Journal of Psychiatric Research*, han

llegado a esta conclusión después de analizar datos de más de **192.000 participantes** con cefaleas primarias (distinguiendo dentro de ellas las migrañas y las tensionales) recopilados en la base de datos del Servicio Nacional de Seguros de Salud - Cohorte Nacional de Cribados de Salud y recogidos entre 2002 y 2019.



NOTICIA DESTACADA



La OMS advierte que el 40% de la población mundial padece una afección neurológica y la mayoría no tiene acceso a servicios esenciales

La edad media de estas personas era de **52 años**, y un 54% de ellos eran varones. El seguimiento comenzó en el año 2006 y continuó hasta que se produjo un diagnóstico de depresión, se produjo la muerte o terminó el período del estudio, según lo que ocurriese antes en cada caso.

Para comparar la **incidencia de la depresión y el suicidio** en estas personas, se les comparó con un grupo de iguales características en cuanto al género y la edad de 460.000 individuos sin dolores de cabeza primarios. Igualmente, se tuvieron en cuenta covariables de tipo demográfico, hábitos del estilo de vida, características clínicas y el índice de comorbilidades de Charlson (un sistema de evaluación de la esperanza de vida a los diez años, en base a la edad y las enfermedades de cada individuo).



Palabra oculta

¿Serás capaz de adivinar la palabra escondida?

EMPIEZA A JUGAR

Hasta un 40% más de riesgo de padecer depresión

De este modo, encontraron que en las personas con cefaleas primarias existía, en global, un riesgo en torno a **un 40% mayor** de desarrollar depresión respecto a la población sana. Al fijarse de manera específica en la migraña, el incremento se elevaba hasta el 50%; en el caso de la cefalea tensional, alcanzaba el 55%.

NOTICIA DESTACADA



Un sistema colapsado frente a la crisis de salud mental: "No es normal que no haya una atención psicológica fuerte"

Los **dolores de cabeza preexistentes** también elevaban el riesgo de depresión tanto en los hombres (en un 40%) como en las mujeres (en un 35%).

Por otra parte, la **cefalea tensional** estaba asociada con un riesgo significativamente mayor de suicidio en los varones (un 40% más que la población sana) pero no en las mujeres. La migraña, por su parte, no se relacionó con un riesgo incrementado de cometer suicidio.

Un impacto emocional negativo

Hay que tener en cuenta que **el estudio tiene limitaciones**. Por ejemplo, al tratarse de una muestra de habitantes de corea, fenómenos como la incidencia del suicidio pueden estar marcadamente influenciados por la cultura local.

NOTICIA DESTACADA



Las mujeres que abortan no tienen mayor riesgo para su salud mental: "Depende de muchos factores que varían en cada caso"

Igualmente, por su diseño, el estudio puede haber **pasado por alto pacientes con dolor de cabeza** que no lo reportaron; además, el número de suicidios era pequeño, lo que compromete la robustez de la investigación en ese punto. Además, no se tuvieron en cuenta factores como la frecuencia de las cefaleas, su intensidad, su duración o el uso de medicamentos.

Por último, debido a la naturaleza retrospectiva del método empleado no es posible establecer **relaciones de causalidad** entre los fenómenos estudiados, con lo que sólo ofrece información sobre una correlación.

En todo caso, lo que sí que hace esta investigación es proveer de evidencia que apoya un impacto emocional negativo de las cefaleas, y la necesidad de considerar tratamientos activos que atajen tanto la propia cefalea como la **carga que tiene para la salud mental de las personas.**

Referencias

Back Kim, Sangwoo Park, Su Kyoung Lee, Hyun-Young Shin, Kyae Hyung Kim, Sun Jae Park, Jihun Song, Hye Jun Kim, Jaewon Kim, Hyeokjong Lee, Seongsong Jeong, Sang Min Park. Risk of depression and suicide in adults with pre-existing primary headaches. *Journal of Psychiatric Research* (2025).

DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2025.09.052>

Newsletter Curarse en salud

Jorge García, nuestro experto en Salud, comparte cada lunes consejos de alimentación, rutinas de ejercicio y novedades sobre cómo cuidar tu cuerpo y mente.

Introduce tu correo electrónico

RECIBIR EDICIÓN

☐ Estoy de acuerdo con la [política de privacidad](#)





(https://farmaciasantamaria.com/)

(https://
ps:/
380
330
390
100
95&
ved
=2a
hUK
Ewi
Dwp
KU-
H9
AhU
kUK
QEH
YpH
A3I
Qu9
Qle
QDI
DhA
K&rl
st=f
#rifi
=d:
;si:5
945
638
033
039
010
095;
mv:
%5B
%5B
41.8
073
938,
-2.3
665
803
%5D
%5B
36.3
161
537
999
999
95,-
6.83
565
5%5
D%5
Dtb
gasrf
! 1m
4!
1u3!
2m
2!
3m
1!
1e1!
2m
1!
1e3!
3sIA
E,l:f
1,l:f_
ui:3)

Tu salud es nuestro objetivo

BLOG

📍 C/ Periodista José María Carrulla 8, 18014 GRANADA(https://goo.gl/maps/jqsEmRMTAnpE1EQY6QD1)

✉ info@farmaciasantamaria.com (mailto:info@farmaciasantamaria.com)

☎ +34 958 15 49 49 - Mañanas L-V : 8-14h - Tardes a través de email (tel:+34958154949)

Qué tomar para el dolor de cabeza

Mejores consejos

Podemos ayudarte



Nuestros servicios



© 2023 Farmacia Santamaría. Todos los derechos reservados.

Aviso legal (https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/aviso-legal/) · Política de cookies (https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/politica-de-cookies/) · Política de privacidad (https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/politica-de-privacidad/)

Jose Manuel Santamaría Pose ha recibido una ayuda de la Unión Europea con cargo al Programa Operativo FEDER de Andalucía 2014-2020, financiada como parte de la respuesta de la Unión a la pandemia COVID-19 (REACT-UE), para compensar el sobrecoste energético de gas natural y/o electricidad a pymes y autónomos especialmente afectados por el incremento de los precios del gas natural y la electricidad provocados por el impacto de la guerra de agresión de Rusia contra Ucrania.

SD-)

Gestionar el consentimiento de las cookies

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

Aceptar

El dolor de cabeza o cefalea es uno de los cuadros de malestar más frecuente entre

la población. Puede estar causado por causas motivos tan dispares como el estrés o

Denegar

el agotamiento, pasando por enfermedades más relevantes. Lo que está claro es que

provoca un malestar que nos impide continuar con nuestras tareas cotidianas y,

Ver preferencias

precisamente por ello, es importante frenarlo antes de que el dolor se vuelva agudo y

persistente

Política de Cookies (https://

farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/).

Política de Privacidad (https://

farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/).

Aviso Legal (https://

farmaciasantamaria.com/aviso-legal/).

No es una cuestión sin importancia, hasta el punto de que la Sociedad Española de Neurología (<https://efesantamaria.com/dolor-de-cabeza-200-tipos-fundacion/>) (SENE) impulsado la Fundación Española de Cefaleas (Fecef) para visibilizar su impacto real en la vida de las personas.

Contenidos [mostrar]

Tu salud es nuestro **objetivo**

Introducción: Tipos de dolor de cabeza

C/ Periodista José María Carrulla 8, 18014 GRANADA (<https://goo.gl/maps/jqsEmRMTAnpE1ECY061>)

E-mail: info@farmaciasantamaria.com / quitarinfo@farmaciasantamaria.com

+34 958 15 49 49 - Mañanas L-V · 8-14h - Tardes a través de email (tel:+34958154949)

Podemos ayudarte

Nuestros servicios

Según la Sociedad Española de Neurología, y tal y como recoge la [Clasificación Internacional de las Cefaleas](https://ichd-3.org/wp-content/uploads/2019/07/ICHD-III-Espa%C3%B1ol-2019.pdf) (<https://ichd-3.org/wp-content/uploads/2019/07/ICHD-III-Espa%C3%B1ol-2019.pdf>), hay 200 tipos de dolores de cabeza. Y se pueden clasificar en cefaleas primarias, cuando el dolor no está asociado a ninguna lesión del sistema nervioso (como la migraña) y secundarias, cuando el origen es en el sistema nervioso o en otras enfermedades subyacentes.

Se estima que un 46% de la población española presenta algún tipo de cefalea, siendo la migraña y la cefalea tensional las más comunes. De hecho, la migraña afecta al 2% de la población y es altamente incapacitante. Esta cefalea primaria suele caracterizarse por un dolor en un lado de la cabeza (hemicraneal) que los pacientes describen como una pulsación o latido y que puede acompañarse de náuseas, vómitos y sensibilidad aumentada a la luz y el ruido.

No obstante, la cefalea tensional es el dolor de cabeza más frecuente, es generalmente más leve y menos incapacitante. Otro tipo de cefalea habitual es la cervicogénica, es decir, la que se origina en el cuello (en las cervicales) pero se siente en la cabeza.

Además de las mencionadas, también son relativamente frecuentes la cefalea en racimos, que suele afectar a un lado de la cabeza y principalmente cerca del ojo, y la sinusitis, causada por la inflamación de los senos paranasales.

¿El mayor problema en torno a este tipo de dolor? Suele ser un problema de salud infradiagnosticado, porque una amplia mayoría de los casos no le damos la suficiente importancia.

[Política de Cookies \(https://](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/)

[farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/\)](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/)

[Política de Privacidad \(https://](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/)

[farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/\)](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/)

[Aviso Legal \(https://](https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/)

[farmaciasantamaria.com/aviso-legal/\)](https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/)

Analgésicos de venta libre más efectivos

En la farmacia podemos encontrar numerosos analgésicos y antiinflamatorios de venta libre para eliminar el dolor. Sin embargo, es importante que identifiquemos qué tipo de dolor es y en qué intensidad lo notamos, para determinar qué fármaco es más adecuado. info@farmaciasantamaria.com (mailto:info@farmaciasantamaria.com)

+34 958 15 49 49 - Mañanas L-V · 8-14h - Tardes a través de email (tel:+34958154949)

Podemos ayudarte

Nuestros servicios

© 2023 Farmacia Santamaría. Todos los derechos reservados.

Aviso legal (<https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/aviso-legal/>) · Política de cookies (<https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/politica-de-cookies/>) · Política de privacidad (<https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/politica-de-privacidad/>)

José Manuel Santamaría Pose ha recibido una ayuda de la Unión Europea con cargo al Programa Operativo FEDER de Andalucía 2014-2020, financiada como parte de la respuesta de la Unión a la pandemia de COVID-19 (REACT-UE), para compensar el sobre coste energético de gas natural y/o electricidad a pymes y autónomos especialmente afectados por el incremento de los precios del gas natural y la electricidad provocados por el impacto de la guerra de agresión de Rusia contra Ucrania.

Los analgésicos de venta libre más efectivos para el dolor de cabeza incluyen el paracetamol, el ibuprofeno y el ácido acetilsalicílico (aspirina). El ibuprofeno y la aspirina son AINEs (antiinflamatorios no esteroideos), lo que los hace particularmente útiles si hay inflamación, como puede ocurrir en migrañas. El paracetamol también es muy efectivo para dolores leves a moderados, y puede ser una opción más adecuada para algunas personas.

Aceptar

Veamos uno a uno:

- El **paracetamol (acetaminofén)** es efectivo para dolores leves a moderados y también reduce la fiebre. Puede ser una buena opción si no hay inflamación o si buscamos un analgésico menos agresivo para el estómago.

- El **metamizol** es un analgésico comparable al ácido acetilsalicílico, aunque menos gastrolesivo, y superior al paracetamol en cuanto a su efectividad para el

Política de Cookies (<https://farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/>) · Política de Privacidad (<https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/>) · Aviso Legal (<https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/>)

dolor agudo de intensidad moderada. Relaja ligeramente la musculatura, por lo que resulta especialmente útil en dolores de tipo cólico.

- El **ibuprofeno** es un antiinflamatorio no esteroideo (AINE) que alivia el dolor y tiene un efecto antiinflamatorio, lo que lo hace ideal para dolores de cabeza que incluyen inflamación, como las migrañas leves.
- El **naproxeno** es similar al ibuprofeno (otro AINE) y también es sumamente eficaz para el dolor de cabeza.
- El **ácido acetilsalicílico (aspirina)** es otro AINE que nos ayuda a aliviar el dolor, la inflamación y la fiebre. Eso sí, se recomienda usarlo con precaución si se tienen problemas de sangrado o se toman anticoagulantes.



Tu salud es nuestro objetivo

Podemos ayudarte

Además, no nos olvides tener en cuenta que existen algunos productos que combinan paracetamol, ibuprofeno y cafeína para un alivio más rápido y eficaz.

Nuestros servicios

Remedios naturales que funcionan

© 2023 Farmacia Santamaría. Todos los derechos reservados.

Aviso legal (<https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/aviso-legal/>) · Política de cookies (<https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/politica-de-cookies/>) · Política de privacidad (<https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/politica-de-privacidad/>)

Para aliviar el dolor de cabeza de forma natural, podemos probar la aplicación en la zona de compresas frías o tibias, descansar en una habitación oscura y silenciosa y beber suficiente agua. También son útiles las infusiones de manzanilla o jengibre, los aceites esenciales como la lavanda y, como no, las técnicas de relajación.

¿Remedios que podemos probar?

- **Compresas frías o tibias:** Aplica una compresa fría en la frente o el cuello para adormecer el dolor. Para los dolores de cabeza tensionales, una compresa tibia en el cuello y los hombros puede ayudar a relajar los músculos.

Para ofrecer las mejores experiencias, utilizamos tecnologías como las cookies para almacenar y/o acceder a la información del dispositivo. El consentimiento de estas tecnologías nos permite procesar datos como el comportamiento de navegación o las

identificaciones únicas en este sitio. No consentir o retirar el consentimiento, puede afectar negativamente a ciertas características y funciones.

- **Hidratación:** Beber suficiente agua es primordial para aliviar el problema. La deshidratación puede impactar los niveles de energía, provocando agotamiento

mental.

Aceptar

- **Té de plantas:** Prepara infusiones de manzanilla para relajar los músculos o de jengibre para reducir las náuseas y la inflamación asociadas a las migrañas.
- **Inhalar o aplicar aceites esenciales** tiene propiedades relajantes y medicinales.

Entre los más eficaces para tratar el dolor de cabeza destacan la menta, que debe aplicarse en pequeña cantidad en las sienes y masajear suavemente; la lavanda, porque reduce la ansiedad y el estrés, y el eucalipto, que es

Política de Cookies (<https://farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/>) · Política de Privacidad (<https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/>) · Aviso Legal (<https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/>)

especialmente útil inhalado si el dolor de cabeza está relacionado con problemas sinusales.



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

Cuándo es necesario consultar al médico

Tu salud es nuestro objetivo

Aunque, en la mayoría de los casos, el dolor de cabeza no representa gravedad y es transitorio y tratable con analgésicos, en ocasiones funciona como una advertencia, ya que nos está diciendo que algo no funciona correctamente. Por eso, nuestro

consejo es que consultes a tu médico en los siguientes casos:



Podemos ayudarte

Nuestros servicios



- si se produce un cambio importante en el patrón del dolor
- si este incrementa al toser o moverse
- si empeora de manera sostenida e te impide realizar algunas actividades diarias
- si aparece después de un golpe
- si esta acompañado de fiebre, confusión o rigidez en el cuello
- si percibes debilidad o entumecimiento en un lado del cuerpo
- si hay pérdida repentina de visión o visión doble

Prevención: hábitos para evitar el dolor

Quien mejor que nosotros mismos para saber cómo responde nuestro cuerpo -y nuestra cabeza- ante ciertos estímulos o determinadas situaciones. Por eso hay

ciertos hábitos saludables que pueden ser de gran ayuda para evitar la aparición de nuevos episodios de dolor o disminuir la frecuencia con que se presentan las cefaleas.

- **Evitar el estrés**, ya que está asociado a la ansiedad y puede favorecer la aparición del dolor de cabeza.

Aceptar

- Practicar alguna actividad de **relajación**, como yoga, meditación, respiración consciente, etc.

Denegar

- **Hacer ejercicio** de forma regular, ya que las endorfinas que liberamos actúan como 'analgésicos' naturales.

Ver preferencias

[Política de Cookies \(https://](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/)

[Política de Privacidad \(https://](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/)

[Aviso Legal \(https://](https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/)

[farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/\)](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/)

[farmaciasantamaria.com/aviso-legal/\)](https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/)

- **Evitar el tabaco**, ya que contiene sustancias que pueden propiciar la aparición de cefaleas.
- Seguir una **dieta saludable**. Hay que tener en cuenta que algunos alimentos como el chocolate, los quesos, las carnes rojas y conservas, entre otros pueden propiciar la aparición del dolor de cabeza.
- **Evitar o moderar el consumo de alcohol**.
- **Dormir las horas necesarias** para garantizar un estado óptimo del cuerpo y prevenir el dolor de cabeza.
- **Evitar el exceso de estímulos** sonoros y visuales (luces intermitentes, luz de pantallas, espacios ruidosos...).

Podemos ayudarte
Nuestros servicios

Que NO tomar: medicamentos a evitar

© 2023 Farmacia Santamaría. Todos los derechos reservados.

Lo mismo que es necesario frenar el dolor, abusar de ciertos medicamentos puede provocar cefaleas. Por eso se debe evitar tomar analgésicos más de 2-3 días por semana, para evitar las cefaleas de rebote, y evitar o limitar:

- Los opiáceos, ya que tomarlos con frecuencia puede causar o empeorar los dolores de cabeza.
- Fármacos con butalbital, puesto que son barbitúricos que pueden agravar el problema.
- Triptanes y ergotamina, que son tratamientos específicos para la migraña aguda y que al usarse en exceso, también pueden desencadenar cefaleas de rebote.

Además es importante estar atentos a ciertas interacciones medicamentosas, como ocurre con los antidepresivos, ya que tomados junto a otros fármacos pueden desencadenar cefaleas.

Dosificación segura y recomendada

Tan importante como saber qué solución es la más adecuada para nuestro dolor de cabeza es tomar la dosis adecuada. No creamos que por aumentar la cantidad de analgésico, el efecto va a ser más rápido o duradero. Lo recomendable por el contrario, es tomarlo en cuanto comencemos a sentir la molestia y no esperar a que

el dolor se intensifique hasta hacerse insoportable.

- En el caso del paracetamol, la dosis que suele funcionar para aliviar el dolor de cabeza está entre los 500 y los 650 miligramos. Puedes repetir las tomas cada 6 u 8 horas, siempre teniendo en cuenta que la dosis diaria en adultos no puede superar los 4 gramos para prevenir daños hepáticos.
- Si tomas ibuprofeno, la dosis recomendada está en 400 miligramos y puedes repetirla cada 6 u 8 horas. Ten en cuenta que tiene un efecto directo en el sistema gastrointestinal, por lo que no debemos abusar de él.
- Si prefieres el ácido acetilsalicílico, opta por 500 mg. Serán suficientes para aliviar el dolor de cabeza, así como los dolores musculares y de espalda.

Podemos ayudarte

Además, ten en cuenta que en nuestra farmacia ofrecemos el servicio especializado

Nuestros servicios de Gestión de Medicamentos (<https://farmaciasantamaria.com/dosificacion-de-medicamentos/>) (SPD o SDM), que facilita el proceso de gestión de la medicación que han de tomar los pacientes.

© 2023 Farmacia Santamaría. Todos los derechos reservados.

Y, lo más importante, recuerda que casi todo el mundo tiene dolores de cabeza y, afortunadamente, la mayoría no deben darnos motivos para preocuparnos. Pero si perturban tus actividades o tu vida personal, es momento de consultar a un profesional médico.

José Manuel Santamaría Pose ha recibido una ayuda de la Unión Europea con cargo al Programa Operativo FEDER de Andalucía 2014-2020, financiada como parte de la respuesta de la Unión a la pandemia de COVID-19 (REACT-UE), para compensar el sobre coste energético de gas natural y/o electricidad a pymes y autónomos especialmente afectados por el incremento de los precios del gas natural y la electricidad provocados por el impacto de la guerra de agresión de Rusia contra Ucrania.

SD-)

Gestionar el consentimiento de las cookies

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

Aceptar

Denegar

Ver preferencias

[Política de Cookies \(https://farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/\)](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/)

[Política de Privacidad \(https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/\)](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/)

[Aviso Legal \(https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/\)](https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/)



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

(https://farmaciasantamaria.com/)
380
330
390
100
958
2a
hUK
Ewi
Dwp
KU-
H9
AhU
kUK
QEH
YpH
A3I
Qu9
Qle
DhA
K&rl
st=f
#rlfi
=hd:
;si:5
945
638
033
039
010
095;
mv:
%5B
%5B
41.8
073
938,
-2.3
665
803
%5D
%5B
36.3
161
537
999
999
95,-
6.83
565
5%5
D%5
Dtb
gasrf:
!1m
4!
1u3!
2m
2!
3m
1!
1e1!
2m
1!
1e3!
3sIA
E,lf:
1,lf_
ui:3)

Tu salud es nuestro objetivo

📍 C/ Periodista José María Carrulla 8, 18014 GRANADA(<https://goo.gl/maps/jqsEmRMTAnpE1EQY6D1>)
✉ info@farmaciasantamaria.com(<mailto:info@farmaciasantamaria.com>)
☎ +34 958 15 49 49 - Mañanas L-V · 8-14h - Tardes a través de email(<tel:+34958154949>)

Podemos ayudarte



Nuestros servicios



© 2023 Farmacia Santamaría. Todos los derechos reservados.

Aviso legal (<https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/aviso-legal/>) · Política de cookies (<https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/politica-de-cookies/>) · Política de privacidad (<https://farmaciasantamaria.smallsolutions.es/politica-de-privacidad/>)

José Manuel Santamaría Pose ha recibido una ayuda de la Unión Europea con cargo al Programa Operativo FEDER de Andalucía 2014-2020, financiada como parte de la respuesta de la Unión a la pandemia de COVID-19 (REACT-UE), para compensar el sobrecoste energético de gas natural y/o electricidad a pymes y autónomos especialmente afectados por el incremento de los precios del gas natural y la electricidad provocados por el impacto de la guerra de agresión de Rusia contra Ucrania.



Gestionar el consentimiento de las cookies

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

Aceptar

Denegar

Ver preferencias

[Política de Cookies \(https://farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/\)](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-cookies/)

[Política de Privacidad \(https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/\)](https://farmaciasantamaria.com/politica-de-privacidad/)

[Aviso Legal \(https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/\)](https://farmaciasantamaria.com/aviso-legal/)

ASTURIAS

Pacientes y familiares asturianos lamentan que «cada vez se alarga más» la puesta en marcha de la ley ELA

MARCOS GUTIÉRREZ



El Corte Inglés

Carrera solidaria por enfermos de ELA **Gobierno de Asturias**

Cuando está a punto de cumplirse un año de la entrada en vigor de la Ley ELA, los pacientes y familiares dicen que «cada vez se alarga más», lamenta María José Álvarez, presidenta de FEMEX. Los gastos derivados de la enfermedad pueden alcanzar los 114.000 euros al año.

17 oct 2025 . Actualizado a las 05:00 h.

📅 ✉️ f 🌐

3 formas sorprendentes de disfrutar las legumbres

La Ley ELA publicada en el BOE-A-2024-22438 Ley 3/2024, de 30 de octubre, entraba en vigor el 1 de noviembre del pasado año, en respuesta a varios años de lucha del colectivo de enfermos, familiares y asociaciones, que reclamaban un apoyo concreto.

La ley contemplaba el reconocimiento rápido de la discapacidad y dependencia, acceso garantizado a ayudas técnicas, servicios de fisioterapia y cuidados a domicilio, así como protección a cuidadores. No obstante, la falta de presupuesto y la dificultad de coordinación entre el Ejecutivo central y las Comunidades Autónomas está dificultando que llegue a buen puerto.

Durante la última sesión de control al Gobierno celebrada en el Congreso, la ministra de Hacienda, María Jesús Montero, anunciaba que la financiación de la ley podría desbloquearse definitivamente en las próximas fechas.

PUBLICIDAD

Mientras tanto, directamente afectados por el limbo burocrático en el que se encuentran las partidas están los pacientes de Esclerosis Lateral Amiotrófica y sus familias. En Asturias, temen que la diferencia entre lo aprobado inicialmente y lo que finalmente se haga efectivo sea demasiado grande.

Precisamente, la Confederación Nacional de Entidades de ELA (ConELA) mostraba la semana pasada su «preocupación» por la «demora» en la puesta en marcha definitiva de la ley, a apenas unos días de que se cumpla un año de su entrada en vigor.

PUBLICIDAD

Los enfermos de ELA «no admiten más demoras»

Durante un encuentro, con el ministro de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030, Pablo Bustinduy, los representantes de ConELA exigieron garantizar la financiación comprometida a las comunidades autónomas.

El ministro ha aceptado nuestras reivindicaciones y se ha comprometido personalmente a que la **Ley ELA entre en vigor antes del 31 de octubre**, garantizando la financiación a las Comunidades Autónomas para que puedan aplicarla «y que se dé cumplimiento inmediato a la ley».

PUBLICIDAD

Desde ConELA han remarcado que el Ministro «ha reconocido las reivindicaciones del colectivo» y se ha «comprometido personalmente» a que la Ley ELA avance hacia su resolución antes del 31 de octubre, «garantizando así su aplicación efectiva en todo el territorio». Desde ConELA han valorado «positivamente» la reunión y el «compromiso» expresado por el Ministro, aunque no han dudado en recordar que la **«urgencia» de las personas con ELA «no admite más demoras»**.

Por su parte, Pablo Bustinduy mostraba su «compromiso férreo e inamovible» con el «completo» desarrollo de la ley y el aumento de la financiación. En clave autonómica, los representantes de los pacientes de Esclerosis Lateral Amiotrófica en el Principado reciben con recelo los anuncios por parte del Gobierno central.

PUBLICIDAD

Un proceso que «cada vez se alarga más»

María José Álvarez es la presidenta de la asociación ELA Principado. En línea con lo antes expuesto, apunta que «lo último que mandaron de la Confederación es que habían tenido reunión con el ministerio» y «que en el mes de noviembre lo pagaban, pero no lo creen ni ellos».

PUBLICIDAD

114.000 euros anuales de gastos

La asociación ELA Principado resalta en su página web que, de acuerdo con estudios recientes de la Fundación Luzón, los gastos derivados de la enfermedad «pueden alcanzar los 114.000 euros anuales en fases avanzadas, sumando terapias, adaptaciones del hogar y atención sanitaria».

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), **cada año se diagnostican unos 900 nuevos casos** en España de esta enfermedad, unos 120.000 casos nuevos en todo el mundo. Asimismo, se calcula que solo un 10% de los pacientes puede llegar a sobrevivir 10 años tras el inicio de una enfermedad que es, tras el Alzheimer y el Parkinson, la tercera de tipo neurodegenerativo más común en España. La Sociedad Española de Neurología calcula que en torno a 4.000-4.500 personas padecen actualmente ELA en nuestro país.

Archivado en: Pablo Bustinduy Esclerosis lateral amiotrófica María Jesús Montero Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 Consumo



Comentar · 1

Conrado Estol, neurólogo: «Dormir bien no solo empieza en la almohada, también empieza en la cocina»

Para garantizar un descanso ótimo, es recomendable realizar una serie de rutinas antes de acostarse, además de incluir en la dieta alimentos ricos en triptófano y melatonina

José Luis Marín, psiquiatra: «Tiene más importancia el código postal que el código genético»

Boticaria García, nutricionista: «Aunque tomes suplementos de magnesio, no te olvides de tomar estos alimentos que lo contienen»



Conrado Estol, neurólogo: «Dormir bien no solo empieza en la almohada, también empieza en la cocina»

I. ASENJO

17/10/2025

Actualizado a las 06:30h.



Dormir a pierna suelta es uno de los **grandes placeres** que existen, sin embargo parece que en la sociedad actual no es una tarea sencilla. Y es que en estos tiempos de conexión constante, el **descanso se ha convertido en un lujo** cada vez más valorado en un país como España, donde las estadísticas dicen que se duerme poco, mal y tarde. De hecho **uno de cada cuatro adultos no descansa bien**

dentro de nuestras fronteras. Y eso es algo que no es bueno para nuestro

bienestar físico y mental

.

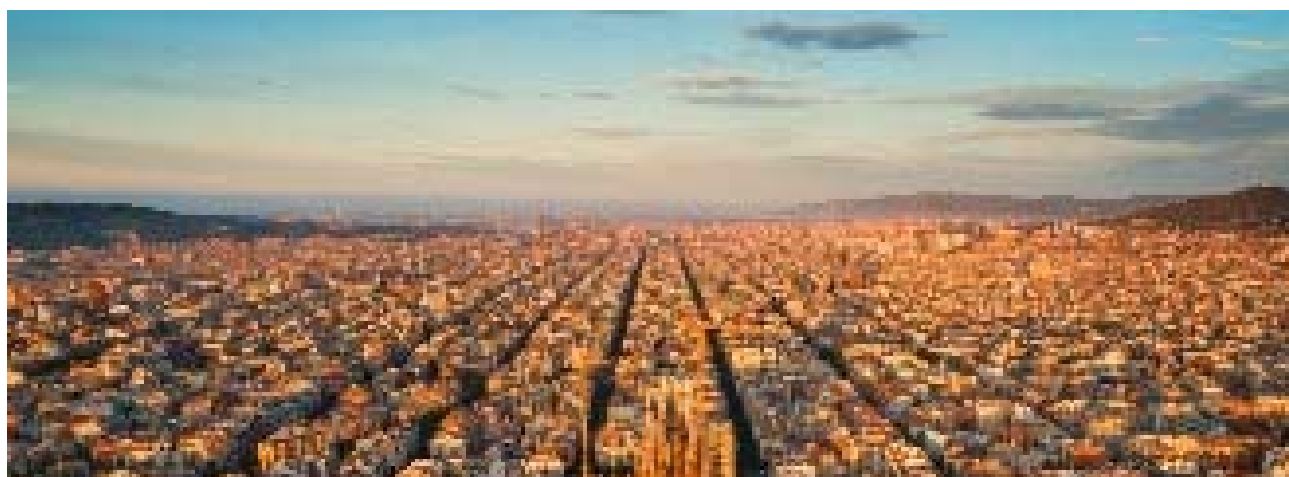


Lo dicen las estadísticas de la **Sociedad Española de Neurología**, que apuntan a que para garantizar un descanso óptimo, es recomendable realizar una serie de rutinas antes de acostarse, además de incluir en la **dieta alimentos ricos en triptófano**, un aminoácido especial que el cuerpo no puede producir por sí mismo, por lo que debe obtenerse a través de la comida



Dormir suficiente mejora la **función cerebral**, ayuda a la **memoria**, regula el estado de ánimo, fortalece el sistema inmunológico, y reduce el riesgo de enfermedades como obesidad, diabetes, problemas cardiovasculares y trastornos mentales. Además, el sueño permite la **reparación celular**, la **regulación hormonal** y amortigua la inflamación en el cuerpo, contribuyendo a un óptimo funcionamiento general.

Estudios científicos resaltan varias evidencias y mecanismos detrás de la relación entre el sueño y la comida. Y este contexto el **neurólogo Conrado Estol**, experto en salud y bienestar, se pronuncia sobre esto en una de sus últimas publicaciones en las plataformas digitales.





De ciudad compartida a negocio de fondos: la burocracia deja fuera al pequeño propietario

FORO ACCION CIUDADANA

Sostiene el divulgador y especialista en enfermedades cerebrovasculares argentino que **la comida puede ayudarte a dormir mejor** porque ciertos alimentos contienen nutrientes que favorecen la producción clave para el sueño como son la serotonina y la melatonina.

Por ejemplo, el aminoácido triptófano, presente en alimentos como el pavo, pollo, huevos, yogur, frutos secos y leche, es fundamental para producir estas hormonas que inducen al descanso. «La melatonina juega un papel crucial en la regulación del ciclo circadiano, ayudando a nuestro cuerpo a prepararse para dormir y a mantener un sueño profundo y reparador», explica el experto, que ahonda en que «comer unos 400 gramos de tomates o dos kiwis antes de dormir ayuda a descansar mejor porque tienen melatonina, como otros muchos

alimentos».

No hacen milagros, pero pueden ser aliados naturales para quienes buscan un descanso mejor sin depender exclusivamente de complementos. Además el experto advierte que no sustituyen otras prácticas saludables, y que para un sueño de calidad se requiere un **enfoque integral que incluya hábitos, ambiente, y alimentación adecuados.**

Diez alimentos que contienen tanto melatonina como triptófano

Nueces

Cerezas

Plátano

Pavo

Pollo

Leche

Huevos

Semillas de calabaza

Avena

Salmón

Además de incluir alimentos ricos en melatonina, el experto recomienda adoptar buenos hábitos, como mantener horarios regulares para dormir, limitar el uso de pantallas antes de acostarse, y crear un ambiente adecuado para el descanso.

¿Qué es la melatonina y por qué es importante?

La melatonina es una hormona producida por la glándula pineal en el cerebro, cuya función principal es señalar al cuerpo cuándo es hora de dormir y cuándo despertar. Su producción aumenta en la noche, ayudando a inducir el sueño y a mantenerlo, y disminuye durante el día, favoreciendo la vigilia.

La importancia del sueño radica en que permite al cuerpo y al cerebro recuperarse del estrés diario, consolidar la memoria, fortalecer el sistema inmunológico y mantener el equilibrio hormonal.

MÁS TEMAS:

VER COMENTARIOS

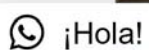
Inicio > FUERTEVENTURA > El Hospital General de Fuerteventura crea una consulta específica para el tratamiento...

EL HOSPITAL GENERAL DE FUERTEVENTURA CREA UNA CONSULTA ESPECÍFICA PARA EL TRATAMIENTO DEL DOLOR NEUROPÁTICO

FUERTEVENTURA

16 OCTUBRE, 2025

POR DUNAS FM





Compartir

Con motivo del Día Mundial del Dolor, que se conmemora el 17 de octubre, el Hospital General de Fuerteventura Virgen de la Peña ha puesto en marcha una nueva consulta monográfica dedicada al abordaje del dolor neuropático. Esta iniciativa, activa desde septiembre, surge gracias al refuerzo del servicio de Neurología con nuevos especialistas y busca ofrecer un tratamiento integral en coordinación con Anestesiología y Atención Primaria.

Según la Organización Mundial de la Salud, el dolor crónico debe considerarse una enfermedad y no solo un síntoma, ya que afecta de forma continua y prolongada a quienes lo padecen. En Fuerteventura, se estima que unas 26.000 personas viven con dolor crónico, de las cuales unas 6.450 sufren dolor neuropático, uno de los tipos más complejos de tratar.

La neuróloga Montserrat González Platas, promotora de la consulta y coordinadora del grupo de estudio de dolor neuropático de la Sociedad Española de Neurología, explica que “este tipo de dolor no responde a los analgésicos convencionales y menos del 60% de los pacientes logra un alivio adecuado con los tratamientos actuales”.

El dolor neuropático puede prolongarse durante meses o años, afectando al descanso, el ánimo y la calidad de vida: el 85% de los pacientes afirma que repercute en su día a día, el 60% sufre insomnio y el 34% presenta depresión asociada.

En España, el 30% de la población sufre algún tipo de dolor y un 25% de las consultas en Atención Primaria están relacionadas con el dolor neuropático. En Europa, alrededor de 50 millones de personas padecen esta patología, considerada uno de los principales retos clínicos del manejo del dolor crónico.

Con esta nueva consulta, el Área de Salud de Fuerteventura refuerza su compromiso con la atención integral a los pacientes, promoviendo un enfoque multidisciplinar para mejorar la calidad de vida y bienestar de quienes conviven con el dolor crónico.