

Del 30 de septiembre al 4 de octubre: Semana del Cerebro 2019

## **La Sociedad Española de Neurología realizará pruebas gratuitas para comprobar la salud cerebral y la agilidad mental de los ciudadanos**

- **Un autobús recorrerá 5 ciudades españolas -Madrid, Alcázar de San Juan, Zaragoza, Tarragona y Valencia- para atender a todas aquellas personas que quieran informarse sobre el estado de salud de su cerebro y donde podrán realizarse distintas pruebas.**
- **Las enfermedades neurológicas afectan a 7 millones de personas en toda España, tanto a personas jóvenes como a las de edad avanzada y en muchas de ellas es fundamental tanto la prevención como un diagnóstico precoz.**
- **Las enfermedades neurológicas son la causa de más del 50% de los casos de dependencia por trastornos crónicos.**

**25 de septiembre de 2019.-** Con el lema "Un cerebro sano, en un cuerpo sano", la Sociedad Española de Neurología (SEN) impulsa la celebración de la Semana del Cerebro -del 30 de septiembre al 4 de octubre- con la presencia, en las ciudades de Madrid, Alcázar de San Juan, Zaragoza, Tarragona y Valencia, de un autobús informativo que permitirá ejercitar y poner a prueba el cerebro de los ciudadanos. El objetivo de esta iniciativa es fomentar la concienciación social sobre la importancia de una prevención activa del cerebro y las enfermedades neurológicas, que afectan a un 16% de la población española, así como impulsar el interés social por la Neurología y por los pacientes y sus familiares.

El 30 de septiembre en Madrid, el 1 de octubre en Alcázar de San Juan, el 2 de octubre en Zaragoza, el 3 de octubre en Tarragona, y el 4 de octubre en Valencia, neurólogos locales atenderán de forma gratuita a todos los ciudadanos que se acerquen hasta el autobús y que quieran informarse sobre el estado de salud de su cerebro, donde podrán también realizar distintas pruebas para determinar su salud cerebrovascular, así como su agilidad mental.

*"Las enfermedades neurológicas afectan a 7 millones de personas en toda España. Son, por lo tanto, enfermedades muy frecuentes que afectan tanto a personas jóvenes como a las de edad avanzada y, en muchas de ellas es fundamental tanto la prevención como un diagnóstico precoz", señala el Dr. José Miguel Láinez, Vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología. "Enfermedades como el Ictus, Alzheimer, Parkinson, esclerosis múltiple, ELA, cefaleas, epilepsia, entre otras enfermedades neurológicas son, además, la causa de más del 50% de los casos de dependencia por trastornos crónicos. Por lo tanto, preocuparnos por la salud de nuestro cerebro, enseñando a la población cómo se puede ejercitar, mantenerlo sano y, así, prevenir activamente las enfermedades neurológicas, es uno de los principales objetivos de esta Semana".*

El autobús del cerebro cuenta con 50m2 divididos en tres espacios destinados al diagnóstico, a la formación y al entrenamiento y ejercicio del cerebro. De esta forma, dispone de una zona equipada con camillas y equipos doppler para medir el funcionamiento cerebrovascular de cada persona y el estado de las arterias, así como con utensilios de medición para determinar el riesgo cerebrovascular; de un espacio para la obtención de información sobre la campaña y las enfermedades neurológicas y donde los neurólogos ofrecen una atención personalizada y solventan dudas; y también de otro espacio, destinado tanto a adultos como a niños, con juegos de percepción, juegos de lógica, juegos de planificación y educación, pruebas cognitivas y de habilidad visuoespacial que permiten a los asistentes comprobar su agilidad y destreza mental. Al finalizar la actividad se les entregará a todos los visitantes una tarjeta cerebro-saludable con los resultados que hayan obtenido en cada prueba y con recomendaciones para tener un cerebro sano.

Asimismo, este año, en el exterior del autobús, Bayer habilitará una zona de demostración en la que los asistentes podrán ser capaces de experimentar alguno de los muchos y variables síntomas que pueden padecer las personas que han sufrido un ictus.

*“El cerebro es uno de los órganos más importantes de nuestro cuerpo y para su correcto funcionamiento es necesario cuidarlo de forma continua. Así que algunas de las principales recomendaciones serían realizar actividades que estimulen la actividad cerebral y nos mantengan mentalmente activos como leer, escribir, realizar crucigramas, participar en juegos, realizar actividades manuales etc.; realizar algún tipo de actividad física de forma regular; potenciar las relaciones sociales y afectivas; llevar una dieta equilibrada; dormir adecuadamente unas 8 horas diarias; evitar el consumo de alcohol, tabaco y drogas o controlar la hipertensión”,* comenta el Dr. José Miguel Láinez.

Con motivo de la Semana del Cerebro, también se han programado conferencias-coloquio en distintos centros y colegios, donde los neurólogos realizarán presentaciones enfocadas al público infantil con el objetivo de hacer extensible la celebración de esta semana entre los más pequeños.

La Semana del Cerebro cuenta con la participación de asociaciones de pacientes y sociedades autonómicas de Neurología, autoridades y diversas personas interesadas en participar en esta iniciativa, así como con el patrocinio de Bayer, Novartis y Stada y la colaboración de Cannon Medical Systems, el Consejo Estatal de Estudiantes de Medicina (CEEM), Teva y Zambon, además de Kern Pharma, KRKA Farmacéutica y Rubio.

## Localizaciones:

Horario: de 10:00 a 18:00 horas

- **30 de septiembre: Madrid**

Plaza de Las Ventas

- **1 de octubre: Alcázar de San Juan**

Exterior del Hospital General La Mancha Centro (frente al Hospital de Día Quirúrgico)

- **2 de octubre: Zaragoza**  
Intu Puerto Venencia (Travesía Jardines Reales, 7)
- **3 de octubre: Tarragona**  
Rambla President Lluís Companys (frente al Corte Inglés)
- **4 de octubre: Valencia**  
Ciudad de las Artes y las Ciencias (entre el Hemisfèric y el Museo de las Ciencias)

Más información en [www.semanadelcerebro.es](http://www.semanadelcerebro.es)

**Ana Pérez Menéndez**

**Sociedad Española de Neurología**

**Departamento de Prensa**

Email: [prensa@sen.org.es](mailto:prensa@sen.org.es)

Tlf: +34 91 314 84 53 (ext. 6)

Mov: +34 647953790

Fax: +34 91 314 84 54

*A través del Gabinete de Prensa de la SEN podrá contactar con los mejores especialistas en Neurología. No dude en ponerse en contacto con nosotros. Estaremos encantados de ayudarle tanto para contrastar cualquier información como para colaborar en todo aquello que nos propongan.*