



(<https://ad.doubleclick.net/ddm/trackclk/N836093.3870427BALANCE-SOCIOSANI/>

R35547530.444068658;dc_trk_aid=637327885;dc_trk_cid=252679076;dc_lat=;dc_rdid=;tag_for_child_directed_treatment=;tfua=;gdrp=%24%7BGDRP%7D;gdrp_consent=%24%7BC

index.php)



(<https://bit.ly/4bYe3lh>)

ACTUALIDAD ([HTTPS://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/ACTUALIDAD/](https://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/ACTUALIDAD/)), CALIDAD ([HTTPS://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/CALIDAD/](https://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/CALIDAD/))

I Jornada de Párkinson del Hospital Fundación Jiménez Díaz: La detección precoz de las fluctuaciones



I Jornada de Párkinson del Hospital Fundación Jiménez Díaz: La detección precoz de las fluctuaciones.



REDACCIÓN BALANCE ([HTTPS://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/AUTOR/REDACCION-BALANCE/](https://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/AUTOR/REDACCION-BALANCE/))

PUBLICADO EL 28/04/2026 • 09:00

Última actualización 28/04/2026 • 09:43

En el marco del Día Mundial del Parkinson, el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz (FJD) ha organizado la I Jornada para pacientes con enfermedad de Parkinson en el aula Severo Ochoa del mismo hospital. El encuentro ha contado con la participación de la Asociación Parkinson Madrid y con el apoyo de la compañía biofarmacéutica AbbVie.

La jornada ha dado comienzo con la bienvenida del Dr. Oscar Gómez Martín, director de Continuidad Asistencial de la Fundación Jiménez Díaz, y del Dr. Jesús Porta Etesam, jefe del Servicio de Neurología del hospital y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), que ha completado la Dra. Celia García Menéndez, directora general de Humanización, Atención y Seguridad del Paciente del SERMAS.

En su intervención, el Dr. Porta ha querido destacar el valor de este tipo de encuentros tanto para las personas con párkinson como para su entorno. “La celebración de esta jornada responde al propósito de acercar el conocimiento médico a los pacientes y a su entorno, con el fin de fomentar su participación activa en el manejo de la enfermedad. Esto implica ayudarles a identificar síntomas, animarlos a comunicarlos a su médico y promover, de forma

conjunta, la búsqueda del abordaje más adecuado”.

Detección de síntomas e importancia del entorno en la enfermedad de Parkinson

El encuentro se ha dividido en dos bloques temáticos: un primer bloque dirigido a la “detección de síntomas” – con énfasis en la importancia de la identificación temprana de toda la diversidad de síntomas que abarca la patología, tanto motores como no motores–, y un segundo bloque enfocado en la “importancia del entorno en la enfermedad de Parkinson”. La primera parte de la jornada ha contado con la participación del Dr. Pedro García Ruíz Espiga, jefe asociado de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz, y profesor titular de la Universidad Autónoma de Madrid (UAM); y de la Dra. Cici Feliz, especialista del Servicio de Neurología del hospital.

Los especialistas han explicado a los asistentes que, cuando la enfermedad de Parkinson avanza, la capacidad de controlar los síntomas puede reducirse, produciendo un empeoramiento de los síntomas motores y no motores, dando lugar a las fluctuaciones entre los periodos ON (momentos en los que los síntomas están controlados) y los periodos OFF (momentos que reaparecen o se intensifican síntomas). La Dra. Cici Feliz, señala que, “la detección precoz de las fluctuaciones representa una ventana de oportunidad terapéutica, en la que aún existen opciones de tratamiento eficaces capaces de mejorar la calidad de vida”.

Por ello, el Dr. García Ruíz Espiga ha pedido a los pacientes y su entorno que “sean activos, que salgan a diario y realicen ejercicio físico dentro de sus posibilidades”. “Se ha demostrado que el ejercicio físico mejora los síntomas y la evolución”, asevera.

El entorno de los pacientes, pieza clave en el acompañamiento y recuperación



De izda a dcha. L. Carrasco, I. Noblejas, Dra. C. Feliz, Dr. P. García Ruíz Espiga

En la segunda parte de la jornada la Dra. Marina Mata, del Hospital Ruber Juan Bravo, ha abordado la importancia de cuidar al entorno del paciente, ya que las personas que acompañan a los pacientes con la enfermedad desempeñan un papel clave, porque pueden sufrir una importante carga emocional y estrés. Según el estudio COPPADIS, los cuidadores de pacientes con enfermedad de Parkinson en España presentan altos niveles de carga emocional y física, relacionados con el estado clínico del paciente, sus síntomas motores y no motores, su nivel de dependencia y el estado emocional de ambos.

Con el objetivo de complementar lo comentado por los doctores, ha intervenido también Iñaqui Noblejas, un paciente joven de párkinson, que, además de confirmar el papel clave del entorno en esta enfermedad, ha aprovechado para

preguntar por el papel activo del paciente: “¿cómo puedo autoayudarme?” En este sentido, los especialistas recomiendan **no pasar por alto ningún síntoma nuevo ni fluctuaciones**. Es importante conocer bien en qué consiste la enfermedad para poder trasladarlo a su médico a tiempo.

Beneficios de las realaciones y otras actividades

Por último, la jornada ha concluido con la participación de Laura Carrasco, directora de la Asociación Parkinson Madrid, quien (<https://www.parkinsonmadrid.org/>) ha puesto en relieve el **papel de las asociaciones de pacientes en el acompañamiento a los pacientes y su entorno como entidades de apoyo y de comprensión**. Además, son espacios donde, no solo pueden entablar relaciones con personas en su misma situación, sino que tienen la posibilidad de acceder a sesiones de fisioterapia, logopedia, terapia ocupacional o psicología, entre otras actividades, que impulsan una mejor calidad de vida. “Las asociaciones de pacientes somos también un pilar fundamental del engranaje sanitario. En Parkinson Madrid buscamos atender y dar apoyo a quienes padecen ya la segunda enfermedad neurodegenerativa más prevalente en España. Mediante las acciones que ponemos en marcha desde la asociación buscamos mejorar la calidad de vida de los pacientes y de su entorno”.

Los distintos participantes de la jornada han puesto así en común la importancia de la detección de los síntomas de manera temprana para abordar adecuadamente la enfermedad e intentar evitar el deterioro tanto físico como mental de los pacientes y de su entorno.

Una enfermedad compleja, progresiva y crónica

La Enfermedad de Parkinson (EP), que afecta a más de 150.000 personas en España, es un trastorno neurodegenerativo crónico que afecta al sistema nervioso central, con deterioro progresivo de las neuronas dopaminérgicas, ubicadas en una región del cerebro conocida como sustancia negra.

A medida que la EP progresa, la capacidad de controlar los síntomas se reduce y se produce un empeoramiento tanto de los síntomas motores como de los no motores. Esta heterogeneidad de los síntomas dificulta el diagnóstico inicial e implica que su grado de afectación difiera de un paciente a otro.

Entre los síntomas motores, uno de los más relevantes se denomina bradicinesia, término que se utiliza para referirse a la **ralentización del movimiento que en la vida cotidiana se expresa en forma de lentitud**.

Respecto a los síntomas no motores destacan los problemas que dificultan el sueño que, aunque socialmente son menos conocidos, tienen una prevalencia de entre el 42% y el 98%. También los pacientes pueden presentar otros como: depresión, ansiedad, fatiga, problemas cognitivos, dolor muscular o problemas del tracto gastrointestinal.



(<https://www.ilunion.com/es/landings/teleasistencia>)

◀ (<https://balancesociosanitario.com/actualidad/ara-impulsar-la-inclusion-de-personas-con-demencia/>)

| ETIQUETAS |

ABBVIE ([HTTPS://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/TAG/ABBVIE/](https://balancesociosanitario.com/tag/abbvie/)), ASOCIACIÓN PARKINSON MADRID ([HTTPS://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/TAG/ASOCIACION-PARKINSON-MADRID/](https://balancesociosanitario.com/tag/asociacion-parkinson-madrid/)), DETECCIÓN PRECOZ DE LAS FLUCTUACIONES ([HTTPS://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/TAG/DETECCION-PRECOZ-DE-LAS-FLUCTUACIONES/](https://balancesociosanitario.com/tag/deteccion-precoz-de-las-fluctuaciones/)), ENFERMEDAD DE PARKINSON ([HTTPS://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/TAG/ENFERMEDAD-DE-PARKINSON/](https://balancesociosanitario.com/tag/enfermedad-de-parkinson/)), HOSPITAL FUNDACIÓN JIMÉNEZ DÍAZ ([HTTPS://BALANCESOCIOSANITARIO.COM/TAG/HOSPITAL-FUNDACION-JIMENEZ-DIAZ/](https://balancesociosanitario.com/tag/hospital-fundacion-jimenez-diaz/))

| PUBLICACIONES RELACIONADAS

[Suscríbete hoy y accede a todo el contenido](#)

.com



Comunicación empresarial

[Lotería de Navidad](#) [Edición impresa](#) [Puntos de venta](#) [Suscriptores](#)

DIRECTO Operación Salida Puente de Mayo: última hora del tráfico y el estado de las carreteras

Samsung celebra el primer aniversario de The Mind Guardian con la prevención como pilar en el cuidado de la salud cerebral

- The Mind Guardian, la innovadora aplicación gamificada basada en IA, impulsada por Samsung en colaboración con la Universidad de Vigo para identificar señales de riesgo de deterioro cognitivo, celebra su primer año
- Más del 50% de los españoles descuida hábitos clave para su salud cerebral y el 40% de los casos de Alzheimer podrían prevenirse, según un reciente estudio de la Sociedad Española de Neurología (SEN)

Leer

Cerca

Jugar



Un movimiento silencioso se está formando en toda España

CITL [ABRIR >](#)

The Mind Guardian / CEDIDA

PUBLICIDAD

30 ABR 2026 15:38

Por qué confiar en El Periódico

Samsung refuerza su apuesta por el cuidado de la salud cerebral con **The Mind Guardian**, la herramienta desarrollada junto al **Centro de Investigación atlantTtic de la Universidad de Vigo** para ayudar a identificar posibles señales tempranas de deterioro cognitivo desde una aproximación gamificada, accesible, sencilla y basada en inteligencia artificial. El proyecto, resultado de más de una década de investigación, cuenta con el aval científico-tecnológico de la Sociedad Española de Neurología, el aval científico de la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental, y el aval institucional de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria. Ha alcanzado valores de validación cruzada del 97% y está indicado para personas a partir de 55 años en España, de forma gratuita.

Leer

Cerca

Jugar

PUBLICIDAD

Este primer aniversario llega en un contexto en el que la prevención es más necesaria que nunca. Según un reciente estudio¹ de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, más del **50% de los españoles** descuida hábitos clave para la salud cerebral, como el sueño, la dieta o el ejercicio físico y mental, y hasta el **40% de los casos de Alzheimer** podrían prevenirse adoptando hábitos cerebro-saludables. En ese contexto, The Mind Guardian quiere reforzar una idea central: la salud cerebral también se cuida en el día a día, a través de la prevención, el autocuidado y hábitos sostenidos en el tiempo.

PUBLICIDAD

PUBLICIDAD

Leer

Cerca

Jugar

En su primer año de trayectoria, la aplicación ha superado los 5.000 test realizados, logrando identificar un 5% de casos con posible riesgo de deterioro cognitivo. Este hito refuerza la importancia de democratizar el acceso a la prevención, ofreciendo un primer recurso asistencial que permite intervenir antes de que se manifiesten los primeros síntomas de alarma.

+ Narrativas



Apúntate a la newsletter y recibe en tu correo los mejores reportajes multimedia de El Periódico

REGÍSTRATE

La necesidad de avanzar en prevención es aún más evidente si se tiene en cuenta que, según la SEN, el 44% de la población reconoce no saber con claridad qué hábitos son realmente buenos para el cerebro. Casi un millón de personas en España viven con demencia o deterioro cognitivo grave, siendo el Alzheimer la causa más común (el 77% de casos), cifra que podría duplicarse para 2050. Los datos de la SEN revelan que el Alzheimer afecta ya a 800.000 personas en España y a 57 millones en el mundo, y más del 50% de los casos que aún son leves están sin diagnosticar y el retraso medio entre los primeros síntomas y el diagnóstico supera los 2 años.

Un foro para recordar que la prevención empieza en uno mismo

En este contexto, Samsung organiza el foro *The Mind Guardian: tecnología y prevención*, un encuentro que reúne a expertos en neurología, sueño, nutrición, ejercicio y bienestar emocional para reforzar un mensaje esencial: **los buenos hábitos son la herramienta más poderosa para envejecer mejor y reducir el riesgo de enfermedades cerebrales**. La jornada sitúa la salud cerebral en el centro del debate y refuerza la necesidad de avanzar hacia una **cultura basada en la prevención**, accesible para todos y apoyada en uso de la tecnología para mejorar la vida de las personas.

El foro reúne al presidente de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, Dr. Jesús Porta Etessam; representantes de la **Universidade de Vigo, a la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras demencias de Galicia (AFAGA)** y a expertos como **Aitor Sánchez**, nutricionista y tecnólogo alimentario; **Marta Romo**, pedagoga especializada en neurociencia cognitiva; **Nuria Roure**, psicóloga y especialista en tratamiento del insomnio; y **Manuela Rodríguez Marote**, psicóloga deportiva de alto rendimiento. El evento pone el foco en cinco pilares fundamentales de la salud cerebral y cómo estos pueden influir en el largo plazo: la alimentación, el sueño, el ejercicio físico, la estimulación cognitiva y la gestión emocional. La conversación, conducida por **Jorge Luengo**, convierte la prevención en algo tangible y cotidiano, conectándola con hábitos concretos que pueden marcar la diferencia antes de que aparezcan los síntomas.

PUBLICIDAD

En el centro de esta conversación está **The Mind Guardian²**, concebida como una herramienta de orientación y autoevaluación de la función cognitiva, no de diagnóstico. La aplicación disponible para tablet Android es autoadministrada, gratuita y accesible, y está diseñada específicamente para personas a partir de 55 años sin síntomas evidentes de deterioro cognitivo³. Su valor no está solo en ayudar a identificar posibles señales tempranas, sino en **acercar la prevención al día a día y facilitar un acceso más temprano a la conversación sobre la salud cerebral con los profesionales sanitarios.**

Los primeros datos sociodemográficos de uso ayudan además a perfilar el interés real que despierta este tipo de solución. Según datos facilitados por la Universidad de Vigo⁴, el 86% de los usuarios que han dado su consentimiento para compartir su información con fines científicos tiene entre 55 y 69 años. En concreto, el 41% se sitúa entre los 55 y 59 años y el 44% entre los 60 y 69, mientras que un 55% de los usuarios son hombres. "Este primer año demuestra que el cuidado y la prevención de la salud cerebral puede hacerse más accesible cuando la investigación científica, la tecnología y la experiencia de usuario trabajan juntas. Ese es el sentido de The Mind Guardian, ayudar a que más personas puedan dar un primer paso antes de que aparezca la preocupación", señala **Elena Fernández, CMO de Samsung Electronics Iberia.**

Leer

Cerca

Jugar

Por su parte, el **doctor Jesús Porta Etessam, neurólogo y presidente de la Sociedad Española de Neurología**, afirma: *"Si más del 90% de los ictus y hasta el 40% de las demencias (incluyendo el Alzheimer) pueden prevenirse con hábitos cerebro-saludables, la prevención deja de ser una recomendación general y pasa a ser una prioridad sanitaria. Teniendo en cuenta que la prevalencia de las enfermedades neurológicas va en aumento, prevenir es la herramienta más poderosa que tenemos para reducir su impacto en la población"*.

En palabras de **Manuel Fernández Iglesias, investigador senior en atlantTic** y catedrático de la Escuela de Ingeniería de Telecomunicación de la Universidad de Vigo: *"Hablar de una precisión cercana al 97% significa que la herramienta ofrece una base robusta para orientar un primer cribado, pero no sustituye en ningún caso la evaluación clínica. Su valor está en ayudar a actuar antes y acercar la prevención a más población"*.

"Nuestra experiencia nos dice que la prevención es la herramienta fundamental para abordar el impacto presente y futuro de las demencias. Actuar antes nos ayuda a desarrollar mejores respuestas para preservar la salud cognitiva y a mejorar la vida de las personas con demencia y la de su entorno convivencial. Nuestra alianza con una tecnológica de referencia como Samsung, en torno a esta nueva herramienta de prevención, es una excelente oportunidad para la concienciación social sobre el deterioro cognitivo y sus consecuencias", añade Juan Carlos Rodríguez, presidente de AFAGA.

Con este proyecto, Samsung refuerza además el recorrido de **Tecnología con Propósito**, la iniciativa con la que la compañía impulsa en España innovación aplicada a retos sociales reales. En ese

ámbito del bienestar, la prevención y la salud cerebral, y como una muestra de cómo la tecnología puede ayudar a **normalizar la prevención y a abrir nuevas conversaciones en torno al cuidado del cerebro.**

Además, Samsung ha firmado un acuerdo de colaboración con [AFAGA Alzheimer](#), la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras demencias de Galicia, entidad sin ánimo de lucro orientada a mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer y otras demencias y de sus familiares. Esta alianza permitirá reforzar la dimensión social y preventiva de The Mind Guardian, ampliar el alcance del proyecto y seguir impulsando iniciativas de concienciación, acompañamiento y divulgación en torno al cuidado de la salud cerebral, en conexión con el ecosistema de entidades y expertos que hacen posible esta iniciativa.

¹ Datos extraídos de la "Encuesta poblacional sobre hábitos cerebrosaludables de la población española", presentada por la Sociedad Española de Neurología en noviembre de 2025. El estudio fue realizado entre más de 1.000 personas mayores de 18 años, seleccionadas para que los resultados fueran extrapolables al conjunto de la población española.

² Datos facilitados por la Universidade de Vigo, partner científico de Samsung en el desarrollo de The Mind Guardian, a partir de usuarios de la app que han dado su consentimiento para compartir su información con fines científicos.

³ The Mind Guardian es una herramienta desarrollada por Samsung junto a la Universidade de Vigo para ayudar a identificar posibles señales tempranas de deterioro cognitivo desde una aproximación accesible, sencilla y basada en inteligencia artificial. El proyecto se apoya en más de 10 años de investigación, ha mostrado una precisión cercana al 97%, tiene un alcance potencial estimado de hasta 2,5 millones de personas en España y está diseñado específicamente para personas mayores de 55 años sin síntomas evidentes de deterioro cognitivo. The Mind Guardian es compatible con tablets Android con versión del sistema operativo 10 o superior. Disponible para su uso en idioma castellano, ha sido diseñado para pantallas de 11 pulgadas, aunque no existe una limitación técnica que impida su ejecución en dispositivos de otros tamaños. Sin embargo, los controles y elementos de las pruebas han sido optimizados para ofrecer la mejor experiencia en este formato. La descarga se puede realizar de forma gratuita desde Galaxy Store o Play Store en España. La aplicación requiere conectividad para, opcionalmente, compartir de manera totalmente anónima los datos de interacción del usuario con la app, con fines exclusivamente científicos. Esto contribuye a mejorar los algoritmos de IA que permiten identificar posibles deterioros cognitivos en el centro de investigación.

Noticias relacionadas

⁴La aplicación **The Mind Guardian no es un producto médico ni terapéutico y no debe ser utilizada como instrumento para diagnósticos clínicos ni tratamientos médicos. el titular no asume responsabilidad alguna derivada de su uso como si se tratase de un producto**

realizarse bajo la supervisión y criterio de un profesional de la salud debidamente cualificado.

[Suscríbete hoy y accede a todo el contenido](#)

.com



Sanidad

Ser feliz Sanamente Cuidamos tu salud

DIRECTO Operación Salida Puente de Mayo: última hora del tráfico y el estado de las carreteras

[Aviso del Hub Alzheimer Barcelona](#)

El retraso del lecanemab empuja a enfermos de alzhéimer a buscar el fármaco en el extranjero

- El Hub Alzheimer Barcelona envía una carta al Ministerio de Sanidad y advierte de que la negociación de la financiación en España es "exasperadamente lenta"
- El fármaco, que según los neurólogos supone un "cambio de etapa" en la enfermedad, está disponible en Alemania desde el pasado septiembre
- [Un análisis de sangre podría predecir la demencia en mujeres hasta 25 años antes de la aparición de los primeros síntomas](#)
- [Mercè Boada, neuróloga: "El 60% de los nuevos diagnósticos de alzhéimer son mujeres"](#)

Leer

Cerca

Jugar




El lecanemab, el prometedor fármaco para el alzhéimer aprobado en EEUU. / **EUROPA PRESS**
PUBLICIDAD



Beatriz Pérez

Barcelona

Actualizada 30 ABR 2026 15:29

 Por qué confiar en El Periódico

Los profesionales de las instituciones que conforman el **Hub Alzhéimer Barcelona** —Ace Alzheimer Center Barcelona, Barcelona Beta Brain Research Center (BBRC), la Fundación Pasqual Maragall y los hospitales del Mar, Vall d'Hebron, Sant Pau y el Clínic— han enviado una **carta al Ministerio de Sanidad** para expresar su "**profunda preocupación**" por el retraso en su llegada a España del **lecanemab y el donanemab**, los dos fármacos aprobados por la Agencia Europea del Medicamento (EMA) y que han demostrado ser eficaces a la hora de **modificar el curso de la enfermedad**. En este texto también reclaman un **Plan estatal del Alzhéimer**, pues "la enfermedad está ante un **cambio de etapa** que exige una respuesta de sistema".

Estás leyendo gratis un artículo Premium

Suscríbete y sigue leyendo **sin límites** por solo 59,99€ / año.

Aprovecha esta oferta

Leer

Cerca

Jugar

PUBLICIDAD

En países como **Alemania** el lecanemab está disponible **desde el 1 de septiembre del año pasado** y este país ha pasado ya a la fase de monitorización científica de su uso en vida real. En España, sin embargo, el fármaco no está disponible aún en ningún centro. "En una enfermedad como el alzhéimer, **el tiempo no es neutro**: cada mes de retraso supone pérdida de oportunidad para pacientes y familias. Ante este retraso, algunas familias están acudiendo a países **extranjeros** para poderse tratar", recoge esta carta, enviada el 24 de abril, a la que ha tenido acceso EL PERIÓDICO.

PUBLICIDAD

PUBLICIDAD

Leer

Cerca

Jugar

Los firmantes recuerdan que la EMA emitió una opinión positiva sobre el lecanemab el 14 de noviembre de 2024 y **la Comisión Europea aprobó su comercialización hace un año**, el 15 de abril de 2025. En el caso del donanemab, la Comisión Europea lo autorizó el 25 de septiembre de 2025. "En abril de 2026 los pacientes españoles **siguen sin poder beneficiarse de forma real y equitativa** de estas terapias en el sistema público", denuncia el escrito.

Imperdibles



Cada semana Gemma Martínez, directora adjunta del diario, elige para ti los 10 temas imprescindibles para estar al día

REGÍSTRATE

Disponible ya en 51 países

Según los firmantes, el lecanemab está ya **disponible en 51 países** —EEUU, Reino Unido, Japón, China, Corea del Sur e Israel, entre ellos—. "Estos tratamientos **ya no son una hipótesis regulatoria ni una promesa lejana**: son medicamentos aprobados por las principales agencias internacionales para poblaciones bien definidas y con exigencias estrictas de monitorización", dicen los firmantes del escrito, quienes piden al Ministerio de Sanidad que **"priorice" las negociaciones** —ya en marcha— sobre la financiación pública. Es un proceso **"exasperadamente lento"**, critican. "Las personas con alzhéimer en fases iniciales y sus familias no pueden seguir perdiendo tiempo o buscar opciones en el extranjero", insisten.

PUBLICIDAD

Además, reclaman al Ministerio que haga un **"esfuerzo estructural" del circuito de diagnóstico y atención del alzhéimer**, más allá de la llegada de los fármacos, esto es: **biomarcadores, neuropsicología**, resonancia magnética de seguimiento, consultas especializadas, circuitos asistenciales ágiles y equipos multidisciplinares con experiencia. Como ha advertido la Sociedad Española de Neurología, actualmente los **biomarcadores** se utilizan solo **en torno al 10% o 20% de los diagnósticos** de alzhéimer y plantea como objetivo elevar su uso **al 80% o 90% en los próximos años**. Pero esto requiere de una "inversión" en el campo de esta enfermedad.

Un Plan estatal del alzhéimer

Además, los firmantes creen que España necesita un **Plan de Alzhéimer específico para "afrentar este reto de forma global"**. "Un plan que ordene el **diagnóstico precoz** con biomarcadores, la formación de profesionales, la coordinación entre niveles asistenciales, los registros de práctica clínica real y la equidad territorial. No estamos solo ante la llegada de dos tratamientos, estamos ante un **cambio de etapa** que exige una respuesta de sistema, no medidas parciales", defienden.

Leer

Cerca

Jugar

PUBLICIDAD

El Hub Alzheimer Barcelona denuncia la "discriminación" de esta enfermedad y recuerda que, además de ser "mortal y devastadora", es ya la **"séptima causa de muerte" en el mundo**. También defiende la eficacia de fármacos como el lecanemab o el donanemab: "Ralentizan la **progresión de la enfermedad en torno a un 33%** o, en otras palabras, **ganamos seis meses de autonomía** sobre los 18 en que se hicieron los estudios, además de reducir el riesgo de progresar al siguiente estadio clínico".

Noticias relacionadas y más

El herpes labial podría tener relación con el alzhéimer: el CSIC descubre que provoca alteraciones en modelos de neuronas

La Fundación Pasqual Maragall crea una unidad de alzhéimer en el Hospital del Mar para prevenir la enfermedad en pacientes sin síntomas: "Es algo visionario"

El Hospital del Mar estrena el Brain Center para tratar enfermedades incurables del cerebro: "Es una unidad pionera"

En España, según la Confederación Española de Asociaciones de Familiares de personas con Alzheimer y otras Demencias (CEAFA), esta enfermedad representa **más del 60% de la dependencia** y supone un coste anual de alrededor de **35.000 millones de euros**. En Estados Unidos la propia Alzheimer's

Leer

Cerca

Jugar

INICIAR SESIÓN

SOLO SUSCRIPTORES

EDICIÓN IMPRESA Y DIGITAL



TIENDA

OFERTA EDITORIAL

QUIERO SUSCRIBIRME

CONTACTO



INICIO

NOTICIAS

ARTÍCULOS

ENTREVISTAS

MUJERES REFERENTES

REPORTAJES

ENLACES

NEWSLETTER

ACTUALIDAD 29/04/2026 | BABARIA CONVIERTE LA COSMÉTICA EN PARTE DE LA

BUSCAR ...



EL PUBLICISTA

NOTICIAS

ANUNCIANTES

IA al servicio del cerebro: The Mind Guardian cumple un año impulsando la detección del deterioro cognitivo

SÍGUENOS EN FACEBOOK



El Publicista
12 134 seguidores

Seguir página



VÍDEO DESTACADO

Privacidad

29 DE ABRIL DE 2026

La herramienta, desarrollada junto a la Universidad de Vigo, supera los 5.000 test en su primer año y acerca la detección temprana al día a día

Samsung refuerza su apuesta por la salud digital con The Mind Guardian, una aplicación diseñada para identificar posibles señales tempranas de deterioro cognitivo a través de una experiencia gamificada, accesible y basada en inteligencia artificial.

La herramienta, desarrollada junto al centro de investigación atlantTic de la Universidad de Vigo, cumple su primer año en un contexto marcado por la urgencia de la prevención: más del 50% de los españoles descuida hábitos clave para la salud cerebral y hasta el 40% de los casos de Alzheimer podrían prevenirse, según la Sociedad Española de Neurología.

El núcleo del proyecto es su enfoque práctico: **acercar la prevención al usuario** antes de que existan señales evidentes. The Mind Guardian propone un sistema de autoevaluación cognitiva mediante pruebas interactivas que analizan funciones como la memoria, la atención o la capacidad de respuesta.

El proceso es sencillo: el usuario completa una serie de test gamificados diseñados para tablet Android, mientras los algoritmos de IA analizan su comportamiento en tiempo real. El resultado no es un diagnóstico clínico, sino una orientación que puede servir como punto de partida para consultar con profesionales sanitarios.

Con más de una década de investigación detrás, la aplicación ha alcanzado una **precisión cercana al 97%** en validación cruzada, lo que la posiciona como una herramienta robusta para el cribado inicial. En su primer año, ya ha superado los 5.000 test realizados y ha identificado un 5% de casos con posible riesgo de deterioro cognitivo, evidenciando su potencial como sistema de detección temprana.

IKEA España



Ver en

ARTÍCULOS ALEATORIOS



16/04/2026

‘Cabreiroá con Gas. El agua de la tierra del agua’, de Imaxe para Hijos de Rivera

FICHA TÉCNICA

Anunciante: Hijos de Rivera

Producto: Cabreiroá con

Gas Agencia: Imaxe – The

Creative Partners

Productora: Antiestatico

Director: Kane Kwik

Producción general...

LEER MÁS

Privacidad

Gamificación y accesibilidad para democratizar la prevención

Uno de los elementos diferenciales de The Mind Guardian es su diseño centrado en la experiencia de usuario. Frente a herramientas clínicas tradicionales, la app utiliza dinámicas de juego para reducir la fricción y facilitar su uso entre personas mayores de 55 años, su público principal.

Este enfoque busca romper una barrera clave: la **falta de conciencia y conocimiento**. Según datos del estudio de la Sociedad Española de Neurología, el 44% de la población no sabe con claridad qué hábitos benefician al cerebro. La app se plantea así como una puerta de entrada a la prevención, integrando tecnología, ciencia y usabilidad en un formato accesible y gratuito.

Datos que evidencian la necesidad

El lanzamiento y evolución de la aplicación se enmarcan en un escenario preocupante: cerca de un millón de personas en España vive con demencia o deterioro cognitivo grave, y más del 50% de los casos leves siguen sin diagnosticar. Además, el retraso medio entre los primeros síntomas y el diagnóstico supera los dos años, lo que refuerza la necesidad de herramientas que actúen en fases tempranas.

“El valor de la aplicación está en ayudar a actuar antes y acercar la prevención a más población”, explica Manuel Fernández Iglesias, investigador de atlanTTic.

Tecnología, hábitos y prevención

Más allá de la app, Samsung ha reforzado el proyecto con el foro ‘The Mind Guardian: tecnología y prevención’, donde expertos en neurología, nutrición, sueño o salud emocional han puesto el foco en los cinco pilares clave del cuidado cerebral: alimentación, descanso, ejercicio, estimulación cognitiva y gestión emocional.



13/04/2026

Dom Pérignon presenta ‘Harmony’



19/03/2026

‘Un seguro a tu medida... y a la del Real Madrid’ de Ogilvy ...



31/03/2026

Fallece Fernando Martorell



28/04/2026

‘Beauty for Life Lovers’, de Èxit Up para Babaria



26/03/2026

Purina abre un espacio inmersivo para concienciar sobre la...

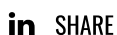
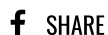
“La prevención deja de ser una recomendación y pasa a ser una prioridad sanitaria”, señala Jesús Porta Etesam, presidente de la Sociedad Española de Neurología.

En este contexto, The Mind Guardian se posiciona como una herramienta que conecta tecnología y hábitos cotidianos, facilitando que la prevención forme parte de la rutina.

Un proyecto con impacto social

La iniciativa forma parte del programa ‘Tecnología con Propósito’ de Samsung y cuenta con la colaboración de entidades como la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Galicia (AFAGA), con el objetivo de ampliar su alcance social y su impacto en la concienciación.

“Este proyecto demuestra que la prevención puede ser más accesible cuando la tecnología y la experiencia de usuario trabajan juntas”, afirma Elena Fernández, CMO de Samsung Electronics Iberia.



CORPORATIVO

Quienes somos

PUBLICACIONES

Tienda

**EDICIONES ESPECIALES
GRATIS**

Especial Tendenc

Privacidad



BAINS DE LLO
Baños termales sulfurosos a 35°C



(https://bains-de-llo.com/es/)



Acollir transforma vides

(https://dretsocials.gencat.cat/ca/ambits_tematicos/acolliments_i_adopcions/acolliments/)



(https://gironanoticias.com/)

Última hora 📌 El Alpine A424 aterriza por primera vez en España y lleva la em

★ Noticias más llegidas



(https://gironanoticias.com/noticia/294820-alianca-catalana-condemna-lassassinat-duna-jove-a-esplugues-presumptament-a-mans-dun-home-dorigen-marroqui.htm)



(https://gironanoticias.com/noticia/294815-el-cpa-olot-torna-a-tocar-el-cel-i-es-proclama-campio-deuropa-per-18a-vegada.htm)





(<https://gironanoticies.com/noticia/294817-figueres-premia-les-millors-creus-de-maig-en-una-edicio-amb-21-entitats-participants.htm>)



(<https://gironanoticies.com/noticia/294828-els-mossos-desmantellen-un-punt-de-venda-de-drogues-en-un-pis-del-carrer-major-de-figueres.htm>)



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



Comunicados

La calidad del sueño, un factor clave en la salud diaria

📌 Comunicados - 📅 30/04/2026

Dormir de forma insuficiente o con una calidad deficiente impacta directamente en la función psicológica y en el rendimiento del sistema nervioso. La falta de descanso reparador puede manifestarse a través de señales como la irritabilidad y el agotamiento, afectando la capacidad del organismo para gestionar el estrés diario y mantener un adecuado equilibrio emocional. Laboratorios Boiron propone un enfoque de salud integrativa que combina hábitos de vida saludables con el apoyo de nutrientes específicos

A+ Augmentar text

A- Disminuir text





(https://static.comunicae.com/photos/notas/1271661/Magnesio_y_sueo.jpg)

Dormir de forma insuficiente o con una calidad deficiente impacta directamente en la función psicológica y en el rendimiento del sistema nervioso. La falta de descanso reparador puede manifestarse a través de señales como la irritabilidad y el agotamiento, afectando la capacidad del organismo para gestionar el estrés diario y mantener un adecuado equilibrio emocional. Laboratorios Boiron propone un enfoque de salud integrativa que combina hábitos de vida saludables con el apoyo de nutrientes específicos

En la actualidad, el ritmo de vida acelerado y la exposición constante a estímulos han convertido el sueño en un pilar de la salud frecuentemente descuidado. Sin embargo, el descanso no es un estado de inactividad, sino un proceso biológico esencial para el mantenimiento del equilibrio físico y mental. Durante el sueño, el organismo lleva a cabo funciones fundamentales como la regulación hormonal, la consolidación de la memoria y la recuperación del sistema nervioso. Laboratorios Boiron, fiel a su misión de considerar la salud como su principal compromiso, destaca la importancia de abordar estos problemas desde un enfoque global, la escucha del organismo y el respeto a los ritmos naturales del cuerpo.

Según datos extraídos de la reciente encuesta sobre el sueño de la Sociedad Española de Neurología., (<https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link495.pdf>) el 56% de la población española adulta no duerme el número de horas recomendadas y más del 50% no tiene un sueño reparador. Esta realidad, que en los casos más graves afecta ya a más de 4 millones de personas en España con trastornos de sueño crónicos, pone de manifiesto que una rutina de sueño inadecuada genera consecuencias que van más allá del cansancio matutino; se trata

Ultima Hora ▶ Raquel Snchez Silva regresa a Telecinco 11 aos des...

< >



(https://

con *Marcos Gutierrez*

Hecho en California

www.hechoencalifornia1010.com)

Emma Alfaro - Fremont
Toyota

(https://www.hechoencalifornia1010.com/patrocinat
emma-alfaro/)



CATEGORIA: SALUD (HTTPS://
WWW.HECHOENCALIFORNIA1010.COM/CATEGORY/
NOTICIAS/SALUD/)

**La Fundación Jiménez Díaz lanza su Escuela de
Pacientes sobre cefaleas para la comprensión y el
abordaje de la migraña**



AUTOR: ADMINISTRADOR

La **migraña** no es solo un dolor de cabeza, es una **enfermedad neurológica** compleja que constituye el **primer motivo de consulta** en los servicios de **Neurología** y que, en muchos casos, resulta **altamente incapacitante**. (<https://www.consalud.es/pacientes/cefalea-en-racimos-uno-de-los-dolores-mas-graves-que-puede-experimentar-el-ser-humano.html>) Con el objetivo de romper el **estigma** y mejorar el **manejo diario** de esta patología, el **Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz** ha inaugurado su **Escuela de Pacientes sobre cefaleas**.



(http://www.consalud.es/web/assets/contenedores/banners/banner_control_de_clicks.php?id=86)

La sesión inaugural ha contado con la presencia del **Dr. Jesús Porta, jefe del Servicio de Neurología del centro y actual presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN)** (<https://www.consalud.es/profesionales/medicina/jesus-porta-sen-se-deben-crear-tres-areas-de-capacitacion-especifica-en-neurologia-y-subir-el-mir-a-cinco-anos.html>), quien ha hecho hincapié en que la **falta de comprensión social** aumenta el **sufrimiento** de quienes la padecen. La vida diaria del paciente "suele verse seriamente limitada por la **migraña**, y el entorno debe **comprender su naturaleza** para reducir ese impacto", ha señalado.

En este sentido, la jornada ha contado con la participación de **los doctores Jaime Rodríguez Vico y Álex Jaimes, especialistas del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz y coordinador y miembro, respectivamente, de su Unidad de Cefaleas, y Paloma Valín, especialista del mismo servicio**, quienes profundizaron en las **claves** para convivir con la enfermedad.



 astellas

Comprometidos a
generar un impacto real

MW42-NON-0001-0001 | Octubre 2022

Saber más 

(<http://www.consalud.es/web/assets/>

[contenedores/banners/banner_control_de_clicks.php?id=88](http://www.consalud.es/web/assets/contenedores/banners/banner_control_de_clicks.php?id=88))

Hicieron hincapié en la **detección** (<https://www.consalud.es/pacientes/cefalea-en-la-infancia-como-identificar-senales-de-alarma-para-garantizar-el-diagnostico-precoz.html>) de los **factores desencadenantes** (estrés, alimentación, cambios de ritmo) que disparan las crisis y se ha recordado que las **cefaleas** son la **tercera causa de años vividos con discapacidad** a nivel global, una cifra que choca con la frecuencia con la que se **infravalora** el **dolor** del paciente.

Lea Tambien: [La tecnología revoluciona los procedimientos quirúrgicos en Europa: más laparoscopias y cirugías ambulatorias](https://www.hechoencalifornia1010.com/la-tecnologia-revoluciona-los-procedimientos-quirurgicos-en-europa-mas-laparoscopias-y-cirugias-ambulatorias/)

(<https://www.hechoencalifornia1010.com/la-tecnologia-revoluciona-los-procedimientos-quirurgicos-en-europa-mas-laparoscopias-y-cirugias-ambulatorias/>)

Además, han destacado la importancia de las **estrategias de prevención** y el acceso a **tratamientos avanzados** a través de unidades especializadas.

La **Escuela de Pacientes** nace no solo como un **canal de información médica**, sino como un **espacio participativo**. Al encuentro ha asistido medio centenar de personas entre **pacientes** y **acompañantes**, quienes pudieron **resolver dudas** y **compartir la complejidad** de una patología que a menudo es difícil de explicar a quienes no la sufren.

Esta **iniciativa refuerza** el compromiso de la **Fundación Jiménez Díaz** con la **educación sanitaria**, proporcionando **herramientas de autocuidado** que permitan a los pacientes **recuperar el control sobre su vida familiar, social y laboral**.

Los especialistas insistieron en que el manejo óptimo de la **migraña crónica** y otras

cefaleas complejas requiere un abordaje en servicios especializados. La **Unidad de Cefaleas de la Fundación Jiménez Díaz** ofrece esa **atención integral**, permitiendo un **diagnóstico preciso** y un plan de **tratamiento personalizado** que va más allá de la medicación sintomática.

*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.

Deja Una Respuesta

Tu dirección de correo electrónico no será publicada. Los campos obligatorios están marcados con *

Comentario *

Nombre *

Correo electrónico *

Web

Guarda mi nombre, correo electrónico y web en este navegador para la próxima vez que comente.

TECNOLOGÍA

The Mind Guardian, la iniciativa de Samsung para reducir el deterioro cognitivo, cumple su primer año con más 5.000 tests realizados

Se trata de una aplicación en forma de juego para tablets Android que ayuda a reconocer los primeros signos del deterioro cognitivo en personas mayores de 55 años.

por **Santiago Lago**

28 de abril de 2026 - 13:45



¿Es posible pasar de 250

El año pasado por estas fechas, Samsung presentaba The Mind Guardian, el último proyecto dentro de su iniciativa “Tecnología con Propósito”. **Una aplicación disponible para tablets Samsung y cualquiera que lleve Android** (disponible completamente gratis en la Play Store) con apariencia de videojuego y enfocado para personas mayores de 55 años. **A través de varios escenarios y pruebas de memoria, la aplicación usa la IA para reconocer algunos patrones** que demuestran que esa persona tiene un alto porcentaje de sufrir una enfermedad neuronal.

La aplicación fue desarrollada por Samsung junto al Centro de Investigación atlanTTic de la Universidad de Vigo y que cuenta con el aval de la Sociedad Española de Neurología, de la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental y de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria. El proyecto, resultado de más de una década de investigación, ha alcanzado valores de validación cruzada del 97%.

Los datos sobre enfermedades neuronales son preocupantes. Según la Sociedad Española de Neurología, **alrededor de un millón de personas en España vive con demencia o deterioro cognitivo grave, siendo el Alzheimer la causa más común** con el 77% de casos y que podría duplicarse para 2050. Además, la propia SEN maneja unos datos donde 800.000 personas en España padecen Alzheimer de los cuales, la mitad son casos leves o están todavía sin diagnosticar.

Un año haciendo más de 5.000 tests y un 5% de casos positivos

Durante este año ha quedado claro que la prevención es el factor más decisivo. No hay que esperar a sufrir los primeros síntomas de alerta para hacer algo. Y eso es lo que busca exactamente The Mind Guardian. Según un reciente estudio de la Sociedad Española de Neurología (SEN), **más del 50% de los españoles descuida hábitos clave para la salud cerebral, como el sueño, la dieta o el ejercicio físico y mental**, y hasta el 40% de los casos de Alzheimer podrían prevenirse adoptando hábitos cerebro-saludables.

Durante estos primeros doce meses en los que la aplicación ha estado disponible, ha realizado más de cinco mil tests, identificando un 5% de casos con posible riesgo de deterioro cognitivo.

Hay que tener en cuenta que **The Mind Guardian no diagnostica**, eso sólo puede hacerlo un médico. Es simplemente una herramienta de orientación y auto evaluación de las funciones cognitivas de cada persona y que puede ser el primer paso para buscar ayuda y tratar de frenar el resto de síntomas de deterioro.

Para el doctor Jesús Porta Etessam, neurólogo y presidente de la Sociedad Española de Neurología, la prevención y los buenos hábitos son clave: “Si más del 90% de los ictus y hasta el 40% de las demencias (incluyendo el Alzheimer) pueden prevenirse con hábitos cerebro-saludables, la prevención deja de ser una recomendación general y pasa a ser una prioridad sanitaria”.

El videojuego que ayuda a identificar señales tempranas de deterioro cognitivo cumple un año

Identificar posibles señales tempranas de deterioro cognitivo: este es el objetivo del videojuego...



Agencia Europa Press >

28/04/202

Identi
es el o
impul
Vigo. l
de la p
1

leonoticias

Estimado lector

El artículo se mostrará inmediatamente después de la
publicidad

o: este
o
de
icio
La

Continuar

esradio.libertaddigital.com

Kilometro Cero: Colaboración de Álexx Risso y Dama y efectos de las pantallas en los jóvenes

Jaume Segalés

~4 minutos

Hoy en Km0, tras repasar la actualidad informativa y deportiva, profundizamos en los siguientes asuntos:

Bachata moderna con sello español

Entrevistamos a los cantantes **Alexx Risso** y **Dama**, que acaban de lanzar el sencillo '**Déjalo**' con videoclip incluido.

Una **bachata moderna** con toques de **pop urbano** que destaca gracias a una producción cuidada al detalle en la que las **guitarras** características del género se combinan con el sonido contemporáneo de los **sintetizadores**. Todo ello para vestir una **letra** que trata sobre la complicada decisión de **abandonar una relación** que ya no suma.

Un tema fruto de la **colaboración** ente el modelo y artista malagueño **Álexx Risso**, figura emergente de la **nueva ola** de la bachata y los ritmos latinos que mezcla de forma muy personal con el pop melódico, y la cantante y compositora sevillana Dámaris Abad, conocida como **Dama**, cuya trayectoria ya la ha consagrado en el género con temas como 'Mal acostumbrao' o 'El canto de la sirena'.

Con el estreno de '**Déjalo**', esta pareja de artistas no presenta una canción que une la **veteranía** de una reina de la bachata con la **frescura** de un representante de la nueva ola de este estilo.

Efectos de las pantallas en los jóvenes

Neurólogos, psiquiatras, psicólogos y pediatras vuelven a advertirnos de los **peligros** que entraña el manejo de las **pantallas a edades tempranas**. Así se expone en el documento "**Protección de niños, niñas y adolescentes en entornos digitales**" donde se explica

que **ningún niño menor de seis años** debería manejar este tipo de dispositivos y en donde se expone cómo se empieza a ver una importante **dependencia emocional** en los **adolescentes** respecto a la **IA**. Dicen algunas voces autorizadas que estamos ante el mayor hackeo de de la historia de las mentes de nuestros niños.

El documento, que aglutina 70 pruebas de los daños que producen las pantallas, está respaldado por la **Asociación Española de Pediatría**, la **Sociedad Española de Neurología**, la **Asociación Española de Psiquiatría de la Infancia y la Adolescencia**, la **Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia**, el **Consejo General de la Psicología**...

Este estudio ya ha sido presentado en el **Congreso de los Diputados**.

Entrevistamos al Dr. Julio Álvarez Pitti, coordinador del Comité de Promoción de la Salud de la **Asociación Española de Pediatría**.

Escucha este programa en cualquier momento y lugar a través de los podcasts de Libertad Digital y esRadio.

Descarga nuestra aplicación para iOS o Android, visita nuestra página web en esradio.fm, o encuéntranos en Apple Podcast, Spotify, Podimo, Amazon Music, Youtube o iVoox. ¡No olvides suscribirte!

Este capítulo puede contener información comercial de anunciantes y/o marcas colaboradoras que contribuyen a la creación y difusión de nuestros contenidos. Gracias por colaborar con nuestras marcas colaboradoras.

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

Mentes de menores hackeadas

Asier Rivera

3-4 minutos

Profesionales de diversos ámbitos **sanitarios** firman un documento conjunto para advertir acerca de los **daños** que conlleva la exposición a los **entornos digitales** durante la **infancia y la adolescencia**. Bajo el título "**Protección de niños, niñas y adolescentes en entornos digitales**", el texto argumenta que **ningún menor de seis años** debería manejar este tipo de dispositivos y también establece un tiempo máximo recomendable de **una hora al día tutelada** para menores de entre **6 y 12 años**.

Dicho estudio, que expone **70 pruebas** de los **perjuicios** que producen las **pantallas**, ha sido coordinado por la [Plataforma Control Z](#) con el respaldo de la [Asociación Española de Pediatría](#) (AEP), la [Sociedad Española de Neurología](#) (SEN), la [Asociación Española de Psiquiatría de la Infancia y la Adolescencia](#) (AEPNYA) y el [Consejo General de la Psicología de España](#) (COP), entre otras entidades.

El **Dr. Julio Álvarez Pitti**, coordinador del [Comité de Promoción de la Salud de la Asociación Española de Pediatría](#), [entrevistado](#) en el programa [Km0](#) de [esRadio](#), alude a los **trastornos del sueño** derivados del uso de pantallas afectando a menores que "duermen pocas horas, disminuye su rendimiento escolar al día siguiente, están más

irascibles y no se relacionan bien con otros niños", lo cual genera "problemas de **bajo nivel educativo** y de relación con los demás". Confirma que el gran número de afectados se traduce en "una generación de personas con menor nivel y con **menores capacidades de relacionarse** con el prójimo, de **tolerancia a la frustración**, de **atención**, e incluso con problemas de **obesidad**". Además, insiste en que más allá del **contenido visualizado** por niños y adolescentes, posiblemente **no controlado**, "el mero hecho estar delante de una pantalla y no estar haciendo lo que es natural para un ser humano, les está haciendo daño".

Álvarez Pitti también ha recordado el [Plan Digital Familiar](#) en el que "damos consejos de cómo gestionar el uso de pantallas para que no sean un problema". Se trata de un conjunto de pautas dirigidas a que las familias gestionen el mundo digital sus casas para disminuir los riesgos físicos, mentales y sociales de la tecnología en la infancia, en la adolescencia y en la edad adulta.

El mayor hackeo de las mentes de la historia

Diversas voces de los sectores implicados en el estudio alertan de que en sus consultas se empieza a ver una importante **dependencia emocional** en los **adolescentes** respecto a la **Inteligencia Artificial**. Algo que califican como el **mayor hackeo de de la historia de las mentes** de nuestros niños.

El texto "**Protección de niños, niñas y adolescentes en entornos digitales**" afirma literalmente que «tras la revisión de la literatura y la reformulación del debate sobre el impacto de los entornos digitales en la infancia y adolescencia, la evidencia reciente permite afirmar, con un grado razonable de **consenso científico**, que determinados usos, contenidos y diseños

digitales contribuyen casualmente, al menos en parte, a **resultados adversos** en la **salud mental**, el **sueño**, el **neurodesarrollo**, la **autorregulación emocional** y la **seguridad** de los menores de edad».

Entre sus postulados, el documento recoge que «las trayectorias de uso adictivo de **redes sociales**, **móviles** y **videojuegos** predicen ideación suicida, conducta suicida y peor salud mental».

Securitas Direct es ahora Verisure

Cambia el nombre, pero no lo que somos: primeros en proteger

Alarma conectada a Policía

Grabación Vigilancia Alarma

verisure
Primeros en proteger

Securitas Direct

ver
Primeros en proteger

Más in

Si tienes la sensación de 'no llegar' puedes tener este síndrome

Bienestar

☑ Fact Checked

Si has normalizado que vivir con prisas y no parar nunca es lo normal, necesitas más que nunca desconectar de la hiperactividad y la hiperconectividad. Un experta te ayuda a darte cuenta de si necesitas salir de este bucle.

Actualizado a: Jueves, 30 Abril, 2026 11:44:51 CEST



La productividad y exigencia constante y tener mil cosas pendientes nos llevan a una saturación que nos agota. (Foto: Luis Villasmil/Unsplash)



¿Quién no sueña algunos días con no tener nada que hacer? Despertarse sin el timbre del despertador, dedicarse a uno mismo, no tener tareas pendientes ni mil planes a la vez ni que ocuparse ni de nada ni de nadie. Si este es tu caso, quizá **estés bajo el yugo del síndrome de la vida ocupada**.

Este fenómeno se caracteriza por una **hiperactividad mental que impide desconectar en este ritmo de vida que nos arrastra** y que nos pone tan difícil cuidarnos y adoptar todos esos consejos de salud que sabemos que necesitamos. La prisa ya no es algo que ocurría a veces sino que es lo normal. Pero ser productivo 24/7 no es algo que nos aporte beneficios, más bien al contrario.

PUBLICIDAD



¿Nos aporta algo? **Daniela Silva**, especialista en Medicina Interna y E-Health Manager de Cigna Healthcare España lo explica de forma clara: La sobreexigencia y la hiperestimulación lo que consiguen es mantenernos en un estado de activación constante y ese estrés mantenido altera todo nuestro organismo y nos agota.

Lo peor es que el agotamiento de muchas personas ya es una realidad muy extendida. Según la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, "el 56% de los adultos españoles duerme menos de lo recomendado para un sueño saludable, lo que ya apunta a un déficit importante de descanso en la población", dice Silva.

Mantener esto a lo largo de los días **no solo implica sentirse cansado, "sino que el organismo empieza a funcionar con menos capacidad de reparación:** se enlentecen procesos de recuperación, baja la energía disponible y aparecen síntomas como **sensación de 'no llegar'**, falta de vitalidad o menor resistencia ante el esfuerzo diario, incluso aunque no haya una causa médica concreta detrás".

PUBLICIDAD



El descanso no es un lujo sino una necesidad fisiológica. Por eso es importante dedicarnos un tiempo para nosotros mismos y procurar no hacer cien cosas a la vez. Porque este ritmo de vida también impacta en nuestra alimentación.

Comer rápido e improvisadamente

Silva alerta de que la falta de tiempo hace que muchas veces **comamos algo rápido e improvisado**, que suele ser una opción poco saludable o que **lo hagamos a la carrera**. Según el estudio *Hábitos alimenticios en el entorno laboral*, "más de la mitad de los empleados (**52,4%**) **reconoce que no dispone del tiempo necesario para preparar comidas equilibradas**, y solo el 49,1% prepara sus comidas con antelación", explica Silva.

Esto refleja que aunque queramos alimentarnos bien las exigencias dificultan que nos organicemos bien y al final comemos peor. En una era en la que ya sabemos que debemos poner los vegetales, las frutas, las legumbres y los cereales integrales en la base de nuestra alimentación, lo tenemos más difícil que nunca. Por eso hay que **frenar y hacer tiempo para algo tan básico para la salud como es alimentarnos bien**.

Si comemos en el **lugar de trabajo**, Silva apunta que a veces la falta de tiempo y de planificación favorece que hagamos **comidas más rápidas, menos equilibradas o más repetitivas**. El estudio sobre hábitos en el trabajo señala que "el **teletrabajo ha supuesto una mejora** para muchos empleados: un 59,8% afirma que esta modalidad le ha ayudado a mantener una alimentación más saludable y un 61% declara haber aumentado el consumo de frutas y verduras desde que trabaja desde casa, probablemente porque tiene más control sobre lo que come y cuándo lo come".

Pero, ojo, si trabajamos desde casa hay que **evitar acudir a la nevera para picar entre horas**. “Esto refleja la necesidad de establecer **límites claros entre el espacio de trabajo y el de alimentación** para evitar el hambre emocional o por aburrimiento”.

Tensión muscular

La vida acelerada, el estrés y la multitarea nos lleva a mantenernos en un **estado de tensión casi continuo**. “En la práctica, esto significa que la musculatura no llega a relajarse del todo y **permanece más contraída de forma sostenida**, especialmente en zonas como el **cuello, la espalda o los hombros**”, explica Silva. Y al pasar el tiempo esta tensión puede acabar provocando rigidez, contracturas y sensación de sobrecarga muscular, “que muchas personas acaban normalizando en su día a día sin ser plenamente conscientes de que está relacionado con ese nivel de estrés continuado”.



(Foto: Cordon Press)

¿Y si no hacemos nada?

Puede no ser un sueño y podemos realmente parar y decir un día: hoy me lo dedico a mí, a descansar y a no hacer nada. Silva propone precisamente eso: “Cuando hablo de no hacer nada, me refiero precisamente a eso: **parar de verdad, aunque sean diez minutos**. No aprovechar ese rato para contestar mensajes, mirar el móvil o adelantar otra tarea, sino simplemente desconectar. Estamos tan acostumbrados a estar siempre haciendo algo que **incluso el descanso lo convertimos en otra obligación**. Pero el cuerpo necesita esos **momentos de pausa real para bajar el nivel de alerta**, recuperar energía y salir de esa sensación constante de prisa, porque parar también forma parte de

cuidar la salud”.

Te recomendamos

Enlaces promovidos por Taboola

Este es el problema de salud del que se ha operado Lydia Bosch, actriz: “Era ya una realidad en mi día a día y cada vez necesitaba más ayuda”

Cuídate Plus

Monica Branni, sexóloga: Estas son las tres fantasías sexuales más frecuentes

Cuídate Plus

La comparación de Gabriel Rufián que enciende al torero Cayetano Rivera y le da un 'zasca': "Un comentario desafortunado"

Marca

Juan del Val, escritor: "Pedro Sánchez ha utilizado a Ayuso y a ella le ha venido de maravilla el antisanchismo"

Marca

El mercado en 2026: 5 activos que acaparan titulares

Actualizaciones de mercado de eToro

Destinos paradisíacos para tus próximas vacaciones.

RIU Hotels & Resorts

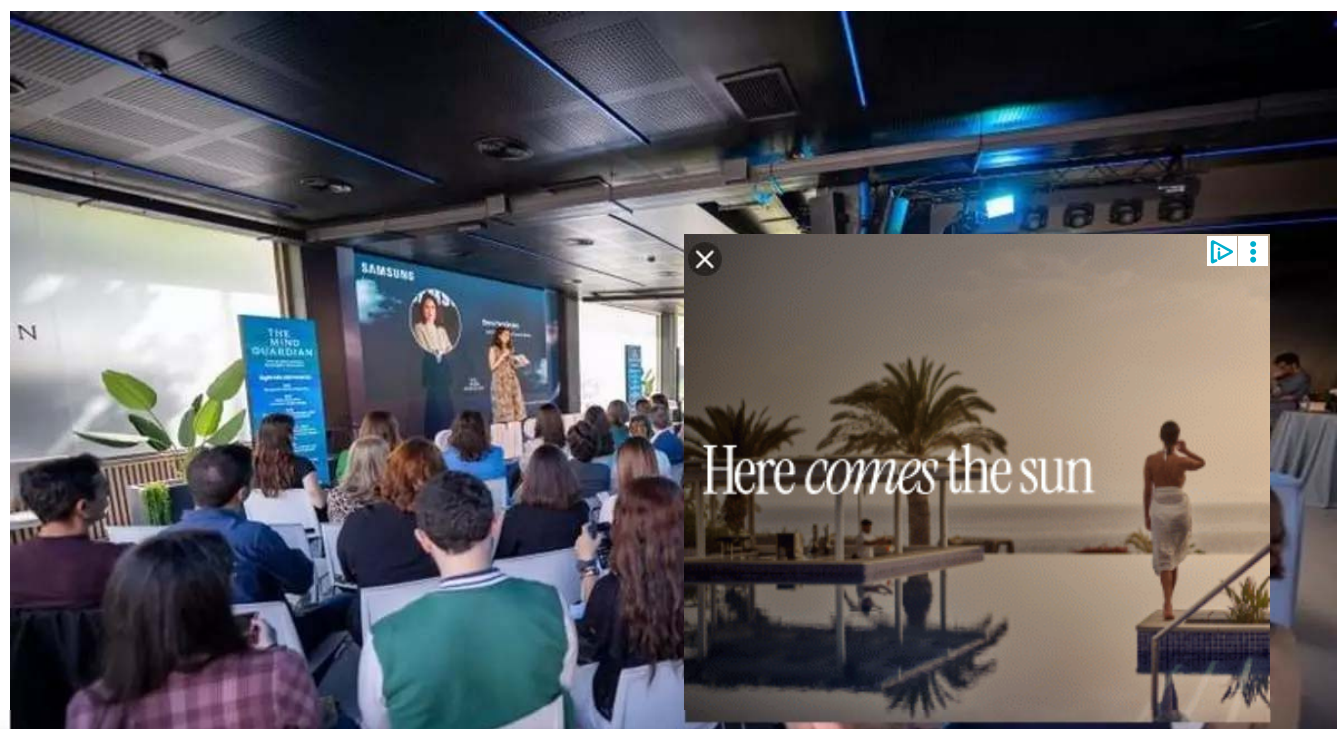
Suscríbete ¡DÍA DE LA MADRE!

Comunicación empresarial

Cerámica de Castellón Finanzas Personales Activos Vivienda Empleo Economía

Samsung celebra el primer aniversario de The Mind Guardian con la prevención como pilar en el cuidado de la salud cerebral

- The Mind Guardian, la innovadora aplicación gamificada basada en IA, impulsada por Samsung en colaboración con la Universidad de Vigo para identificar señales de riesgo de deterioro cognitivo, celebra su primer año
- Más del 50% de los españoles descuida hábitos clave para su salud cerebral y el 40% de los casos de Alzheimer podrían prevenirse, según un reciente estudio de la Sociedad Española de Neurología (SEN)



Leer



Cerca



Jugar

PUBLICIDAD

30 ABR 2026 15:38

Samsung refuerza su apuesta por el cuidado de la salud cerebral con [The Mind Guardian](#), la herramienta desarrollada junto al **Centro de Investigación atlantTic de la Universidad de Vigo** para ayudar a identificar posibles señales tempranas de deterioro cognitivo desde una aproximación gamificada, accesible, sencilla y basada en inteligencia artificial. El proyecto, resultado de más de una década de investigación, cuenta con el aval científico-tecnológico de la Sociedad Española de Neurología, el aval científico de la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental, y el aval institucional de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria. Ha alcanzado valores de validación cruzada del 97% y está indicado para personas a partir de 55 años en España, de forma gratuita.



Leer



Cerca



Jugar

PUBLICIDAD

Este primer aniversario llega en un contexto en el que la prevención es más necesaria que nunca. Según un reciente estudio¹ de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, más del **50% de los españoles** descuida hábitos clave para la salud cerebral, como el sueño, la dieta o el ejercicio físico y mental, y hasta el **40% de los casos de Alzheimer** podrían prevenirse adoptando hábitos cerebro-saludables. En ese contexto, The Mind Guardian quiere reforzar una idea central: la salud cerebral también se cuida en el día a día, a través de la prevención, el autocuidado y hábitos sostenidos en el tiempo.



Leer



Cerca



Jugar

PUBLICIDAD

En su primer año de trayectoria, la aplicación ha superado los 5.000 test realizados, logrando identificar un 5% de casos con posible riesgo de deterioro cognitivo. Este hito refuerza la importancia de democratizar el acceso a la prevención, ofreciendo un primer recurso asistencial que permite intervenir antes de que se manifiesten los primeros síntomas de alarma.



Leer



Cerca



Jugar

Día de la Madre

15€ / 6 meses

0 0 0 0
Días Horas Minutos Segundos

Antes 29,99€

Suscríbete

Cancela cuando quieras.

La necesidad de avanzar en prevención es aún más evidente si se tiene en cuenta que, según la SEN, el 44% de la población reconoce no saber con claridad qué hábitos son realmente buenos para el cerebro. Casi un millón de personas en España viven con demencia o deterioro cognitivo grave, siendo el Alzheimer la causa más común (el 77% de casos), cifra que podría duplicarse para 2050. Los datos de la SEN revelan que el Alzheimer afecta ya a 800.000 personas en España y a 57 millones en el mundo, y más del 50% de los casos que aún son leves están sin diagnosticar y el retraso medio entre los primeros síntomas y el diagnóstico supera los 2 años.



Leer



Cerca



Jugar

Un foro para recordar que la prevención empieza en uno mismo

En este contexto, Samsung organiza el foro *The Mind Guardian: tecnología y prevención*, un encuentro que reúne a expertos en neurología, sueño, nutrición, ejercicio y bienestar emocional para reforzar un mensaje esencial: **los buenos hábitos son la herramienta más poderosa para envejecer mejor y reducir el riesgo de enfermedades cerebrales**. La jornada sitúa la salud cerebral en el centro del debate y refuerza la necesidad de avanzar hacia una **cultura basada en la prevención**, accesible para todos y apoyada en uso de la tecnología para mejorar la vida de las personas.

El foro reúne al presidente de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, Dr. Jesús Porta Etessam; representantes de la **Universidad de Vigo**, a la **Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras demencias de Galicia (AFAGA)** y a



Leer



Cerca



Jugar

especialista en tratamiento del insomnio; y **Manuela Rodríguez Marote**, psicóloga deportiva de alto rendimiento. El evento pone el foco en cinco pilares fundamentales de la salud cerebral y cómo estos pueden influir en el largo plazo: la alimentación, el sueño, el ejercicio físico, la estimulación cognitiva y la gestión emocional. La conversación, conducida por **Jorge Luengo**, convierte la prevención en algo tangible y cotidiano, conectándola con hábitos concretos que pueden marcar la diferencia antes de que aparezcan los síntomas.

PUBLICIDAD

PUBLICIDAD

En el centro de esta conversación está **The Mind Guardian²**, concebida como una herramienta de orientación y autoevaluación de la función cognitiva, no de diagnóstico. La aplicación disponible para tablet Android es autoadministrada, gratuita y accesible, y está diseñada específicamente para personas a partir de 55



Leer



Cerca



Jugar

identificar posibles señales tempranas, sino en **acercar la prevención al día a día y facilitar un acceso más temprano a la conversación sobre la salud cerebral con los profesionales sanitarios.**

Los primeros datos sociodemográficos de uso ayudan además a perfilar el interés real que despierta este tipo de solución. Según datos facilitados por la Universidad de Vigo⁴, el 86% de los usuarios que han dado su consentimiento para compartir su información con fines científicos tiene entre 55 y 69 años. En concreto, el 41% se sitúa entre los 55 y 59 años y el 44% entre los 60 y 69, mientras que un 55% de los usuarios son hombres. "Este primer año demuestra que el cuidado y la prevención de la salud cerebral puede hacerse más accesible cuando la investigación científica, la tecnología y la experiencia de usuario trabajan juntas. Ese es el sentido de The Mind Guardian, ayudar a que más personas puedan dar un primer paso antes de que aparezca la preocupación", señala **Elena Fernández, CMO de Samsung Electronics Iberia.**

PUBLICIDAD



Leer



Cerca



Jugar

Sociedad Española de Neurología, afirma: *"Si más del 90% de los ictus y hasta el 40% de las demencias (incluyendo el Alzheimer) pueden prevenirse con hábitos cerebro-saludables, la prevención deja de ser una recomendación general y pasa a ser una prioridad sanitaria. Teniendo en cuenta que la prevalencia de las enfermedades neurológicas va en aumento, prevenir es la herramienta más poderosa que tenemos para reducir su impacto en la población"*.

En palabras de **Manuel Fernández Iglesias, investigador senior en atlantTic** y catedrático de la Escuela de Ingeniería de Telecomunicación de la Universidad de Vigo: *"Hablar de una precisión cercana al 97% significa que la herramienta ofrece una base robusta para orientar un primer cribado, pero no sustituye en ningún caso la evaluación clínica. Su valor está en ayudar a actuar antes y acercar la prevención a más población"*.

"Nuestra experiencia nos dice que la prevención es la herramienta fundamental para abordar el impacto presente y futuro de las demencias. Actuar antes nos ayuda a desarrollar mejores respuestas para preservar la salud cognitiva y a mejorar la vida de las personas con demencia y la de su entorno convivencial. Nuestra alianza con una tecnológica de referencia como Samsung, en torno a esta nueva herramienta de prevención, es una excelente oportunidad para la concienciación social sobre el deterioro cognitivo y sus consecuencias", **añade Juan Carlos Rodríguez, presidente de AFAGA**.

Con este proyecto, Samsung refuerza además el recorrido de **Tecnología con Propósito**, la iniciativa con la que la compañía impulsa en España innovación aplicada a retos sociales reales. En ese marco, **The Mind Guardian** se consolida como uno de sus proyectos más representativos en el ámbito del bienestar, la prevención y la salud cerebral, y como una muestra de cómo la tecnología puede ayudar a **normalizar la prevención y a abrir nuevas conversaciones en torno al cuidado del cerebro**.

Además, Samsung ha firmado un acuerdo de colaboración con **AFAGA Alzheimer**, la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer y otras demencias de Galicia, entidad sin ánimo de lucro orientada a mejorar la calidad de vida de las personas con Alzheimer y otras demencias y de sus familiares. Esta alianza permitirá reforzar la dimensión social y preventiva de The Mind Guardian, ampliar el alcance del proyecto y seguir impulsando iniciativas de concienciación, acompañamiento y divulgación en torno al cuidado de la salud cerebral, en conexión con el ecosistema de entidades y expertos que hacen posible esta iniciativa.



Leer



Cerca



Jugar

población española", presentada por la Sociedad Española de Neurología en noviembre de 2025. El estudio fue realizado entre más de 1.000 personas mayores de 18 años, seleccionadas para que los resultados fueran extrapolables al conjunto de la población española.

² Datos facilitados por la Universidad de Vigo, partner científico de Samsung en el desarrollo de The Mind Guardian, a partir de usuarios de la app que han dado su consentimiento para compartir su información con fines científicos.

³ The Mind Guardian es una herramienta desarrollada por Samsung junto a la Universidad de Vigo para ayudar a identificar posibles señales tempranas de deterioro cognitivo desde una aproximación accesible, sencilla y basada en inteligencia artificial. El proyecto se apoya en más de 10 años de investigación, ha mostrado una precisión cercana al 97%, tiene un alcance potencial estimado de hasta 2,5 millones de personas en España y está diseñado específicamente para personas mayores de 55 años sin síntomas evidentes de deterioro cognitivo. The Mind Guardian es compatible con tablets Android con versión del sistema operativo 10 o superior. Disponible para su uso en idioma castellano, ha sido diseñado para pantallas de 11 pulgadas, aunque no existe una limitación técnica que impida su ejecución en dispositivos de otros tamaños. Sin embargo, los controles y elementos de las pruebas han sido optimizados para ofrecer la mejor experiencia en este formato. La descarga se puede realizar de forma gratuita desde Galaxy Store o Play Store en España. La aplicación requiere conectividad para, opcionalmente, compartir de manera totalmente anónima los datos de interacción del usuario con la app, con fines exclusivamente científicos. Esto contribuye a mejorar los algoritmos de IA que permiten identificar posibles deterioros cognitivos en el centro de investigación.

Noticias relacionadas

⁴La aplicación **The Mind Guardian no es un producto médico ni terapéutico y no debe ser utilizada como instrumento para diagnósticos clínicos ni tratamientos médicos. el titular no asume responsabilidad alguna derivada de su uso como si se tratase de un producto médico.** Cualquier interpretación de los resultados obtenidos a través de la Aplicación deberá realizarse bajo la supervisión y criterio de



Leer



Cerca



Jugar



Patrocinado



Saber Vivir

Seguir

8.4K Seguidores



Cómo empieza el párkinson: 5 señales sutiles que conviene escuchar y qué podemos hacer

Historia de Pablo Cubí del Amo • 2 semana(s) •

4 minutos de lectura

El **párkinson** es una de las **enfermedades neurodegenerativas más frecuentes** en el mundo. Es uno de los grandes retos que tiene planteada hoy la medicina. No es una sentencia tan catastrófica como el alzhéimer, puesto que no es una enfermedad mortal de necesidad. Pero **tampoco tiene cura**.



Detalles únicos para grandes...

Eurolores · Patrocinado

Gracias al protagonista de *Regreso al futuro*, el actor Michael J. Fox, hoy conocemos un poco mejor, que se puede vivir muchos años con párkinson. Eso no quita que es una enfermedad muy discapacitante. Además, si no has convivido con ella por algún familiar, en general tenemos **ideas equivocadas de su inicio y desarrollo**.



Comentarios



El párkinson es una de las enfermedades neurodegenerativas más frecuentes en el mundo.
© Saber Vivir

Aprovechando que el 11 de abril coincide con el **Día Mundial de Párkinson**, vamos a recordar los datos más significativos de una enfermedad que, según cálculos recientes, en 2050 afectará a **más de 25 millones** de personas en todo el planeta.

Cómo empieza el párkinson: Las señales clave

Continuar leyendo

Contenido patrocinado

Comentarios



Patrocinado



2



La Razón

Seguir

113.7K Seguidores



Ya es posible rastrear el alzhéimer con un análisis de sangre

Historia de Raquel, Bonilla • 3 día(s) •

2 minutos de lectura



Las piezas del puzle del alzhéimer empiezan a encajar
© LA RAZÓN

La [enfermedad de Alzheimer](#) afecta a más de **800.000 personas en España**, con unos 40.000 nuevos pacientes anuales, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), que estima que entre el 30% y el 40% de los casos están sin diagnosticar.

Comentarios

✉ senrhb@gmail.com (mailto:senrhb@gmail.com)

f t (https://twitter.com/seneurorreha) in

(/)

 **Sociedad Española de Neurorehabilitación**



Envío de Comunicaciones a la XXIV Jornadas de la Sociedad Española de Neurorehabilitación – 2026



El próximo **13 de mayo** se abre la plataforma de envío de comunicaciones a las próximas **XXIV Jornadas de la Sociedad Española de Neurorehabilitación** dentro de la **LXXVIII Reunión Anual de la Sociedad Española de Neurología 2026**, que se llevará a cabo en Sevilla del 17 al 21 de noviembre.

Este plazo estará abierto hasta el **8 de septiembre**, pero recomendamos a todos aquellos grupos de investigación interesados, vayan enviando con ~~utilizamos cookies para asegurarnos de brindarle la mejor experiencia en~~ ~~debida antelación sus comunicaciones tanto en formato de interés póster,~~ ~~nuestro sitio web. Mas información (<http://www.neuro-reha.com/la-sociedad/>,~~ ~~como oral para poder cumplir con los tiempos indicados de evaluación y~~ ~~política-de-cookies)~~ aceptación posterior por parte de la organización.

Acepto

El envío de comunicaciones será a través de **plataforma virtual en nuestra**

misma página web.

Para más información acerca de las normas de envío y presentación acceder a: (<https://comunicaciones.neuro-reha.com>)<https://comunicaciones.neuro-reha.com> (<https://comunicaciones.neuro-reha.com>)

¡Esperamos contar con la participación de todos ustedes! ¡Nos vemos pronto!

SIGUIENTE ► (</236-CURSO-MANEJO-CLINICO-DEL-ENDOSCOPIO-EN-LA-PRACTICA-LOGOPEDICA-APLOCACION-EN-DISFAGIAS-Y-TRASTORNOS-VOCALES>)

Post

Guardar

BUSCADOR

Buscar...

**SOLICITUD DE AVAL CIENTÍFICO A LA SENR**

(</avales-cientificos/normas-de-solicitud-de-avales-cientificos-de-la-senr>)

XXIV JORNADA DE LA SENR

(<https://comunicaciones.neuro-reha.com/>)
Utilizamos cookies para asegurarnos de brindarle la mejor experiencia en nuestro sitio web. Más Información (<http://www.neuro-reha.com/la-sociedad/politica-de-cookies>)

Acepto

La detección precoz de las fluctuaciones, eje de la "I Jornada para pacientes con enfermedad de Párkinson" de la Fundación Jiménez Díaz



24 de abril de 2026

HOSPITAL UNIVERSITARIO FUNDACIÓN JIMÉNEZ DÍAZ

- La jornada puso el foco en la importancia de la detección temprana de los síntomas motores y no motores
- Los especialistas destacaron la necesidad e importancia del ejercicio físico como medida básica en el tratamiento
- El encuentro subrayó el papel clave del entorno y de las asociaciones de pacientes en el acompañamiento y apoyo a las personas con párkinson y sus cuidadores

En el marco del Día Mundial del Parkinson, recientemente celebrado, el **Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz** celebró ayer su "I Jornada para pacientes con enfermedad de Parkinson", que contó con la participación de la Asociación Parkinson Madrid.

La jornada dio comienzo con la bienvenida del **Dr. Oscar Gómez Martín**, director de Continuidad Asistencial del hospital madrileño; y del **Dr. Jesús Porta Etesam**, jefe del Servicio de Neurología del centro y presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), que completó la **Dra. Celia García Menéndez**, directora general de Humanización, Atención y Seguridad del Paciente del Servicio Madrileño de Salud (Sermas). En su intervención, el **Dr. Porta** quiso destacar el valor de este tipo de encuentros tanto para las personas con párkinson como para su entorno. "La celebración de esta jornada responde al propósito de acercar el conocimiento médico a los pacientes y a su entorno, con el fin de fomentar su participación activa en el manejo de la enfermedad", dijo, añadiendo: "Esto implica ayudarles a identificar síntomas, animarlos a comunicarlos a su médico y promover, de forma conjunta, la búsqueda del abordaje más adecuado".

El encuentro se dividió en dos bloques temáticos: un primero dirigido a la "detección de síntomas" -con énfasis en la importancia de la identificación temprana de toda la diversidad de síntomas que abarca la patología, tanto motores como no motores-, y un segundo enfocado en la "importancia del entorno en la enfermedad de Parkinson".

La primera parte de la jornada contó con la participación del **Dr. Pedro García Ruíz Espiga**, jefe asociado del Servicio Neurología de la Fundación Jiménez Díaz, coordinador de su Unidad de Trastornos del Movimiento y profesor titular de la Universidad Autónoma de Madrid (UAM); y de la **Dra. Cici Feliz**, especialista de los citados servicio y unidad.

Los especialistas explicaron los asistentes que, cuando la enfermedad de Parkinson avanza, la capacidad de controlar los síntomas puede reducirse, produciendo un empeoramiento de los síntomas motores y no motores, dando lugar a las fluctuaciones entre los periodos ON (momentos en los que los síntomas están controlados) y los periodos OFF (momentos que reaparecen o se intensifican síntomas). La **Dra. Feliz**, señaló que, "la detección precoz de las fluctuaciones representa una ventana de oportunidad terapéutica, en la que aún existen opciones de tratamiento eficaces capaces de mejorar la calidad de vida".

Por ello, el **Dr. García Ruíz Espiga** pidió a los pacientes y su entorno que "sean activos, que salgan a diario y realicen ejercicio físico dentro de sus posibilidades". "Se ha demostrado que el ejercicio físico mejora los síntomas y la evolución"¹, aseveró.

El entorno de los pacientes, pieza clave en el acompañamiento y recuperación

En la segunda parte de la jornada la **Dra. Marina Mata**, del Hospital Ruber Juan Bravo, abordó la importancia de cuidar al entorno del paciente, ya que las personas que acompañan a los pacientes con la enfermedad desempeñan un papel clave, porque pueden sufrir una importante carga emocional y estrés. Según el estudio COPPADIS, los cuidadores de pacientes con enfermedad de Parkinson en España presentan altos niveles de carga emocional y física, relacionados con el estado clínico del paciente, sus síntomas motores y no motores, su nivel de dependencia y el estado emocional de ambos².

Con el objetivo de complementar lo comentado por los doctores, intervino también **Iñaquí Noblejas**, un paciente joven de párkinson, que, además de confirmar el papel clave del entorno en esta enfermedad, ha aprovechado para preguntar por el papel activo del paciente: "¿cómo puedo autoayudarme?". En este sentido, los especialistas recomiendan no pasar por alto ningún síntoma nuevo ni fluctuaciones. Es importante conocer bien en qué consiste la enfermedad para poder trasladarlo a su médico a tiempo, insisten.

Por último, la jornada concluyó con la participación de **Laura Carrasco**, directora de la Asociación Parkinson Madrid, quien puso de relieve el papel de las asociaciones de pacientes en el acompañamiento a los pacientes y su entorno como entidades de apoyo y de comprensión. Además, son espacios donde, no solo pueden entablar relaciones con personas en su misma situación, sino que tienen la posibilidad de acceder a sesiones de fisioterapia, logopedia, terapia ocupacional o psicología, entre otras actividades, que impulsan una mejor calidad de vida. "Las asociaciones de pacientes somos también un pilar fundamental del engranaje sanitario", dijo. "En Parkinson Madrid buscamos atender y dar apoyo a quienes padecen ya la segunda enfermedad neurodegenerativa más prevalente en España -añadió-. Mediante las acciones que ponemos en marcha desde la asociación buscamos mejorar la calidad de vida de los pacientes y de su entorno".

Los distintos participantes de la jornada, que contó con el apoyo de la compañía biofarmacéutica AbbVie, pusieron así en común la importancia de la detección de los síntomas de manera temprana para abordar adecuadamente la enfermedad e intentar evitar el deterioro tanto físico como mental de los pacientes y de su entorno.

Una enfermedad compleja, progresiva y crónica

La Enfermedad de Parkinson, que afecta a más de 150.000 personas en España², es un trastorno neurodegenerativo crónico que afecta al sistema nervioso central, con deterioro progresivo de las neuronas dopaminérgicas, ubicadas en una región del cerebro conocida como sustancia negra^{3, 4}.

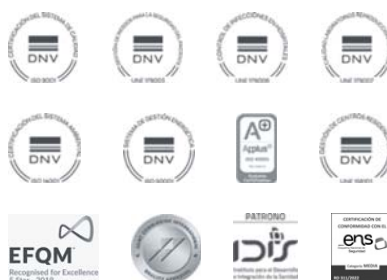
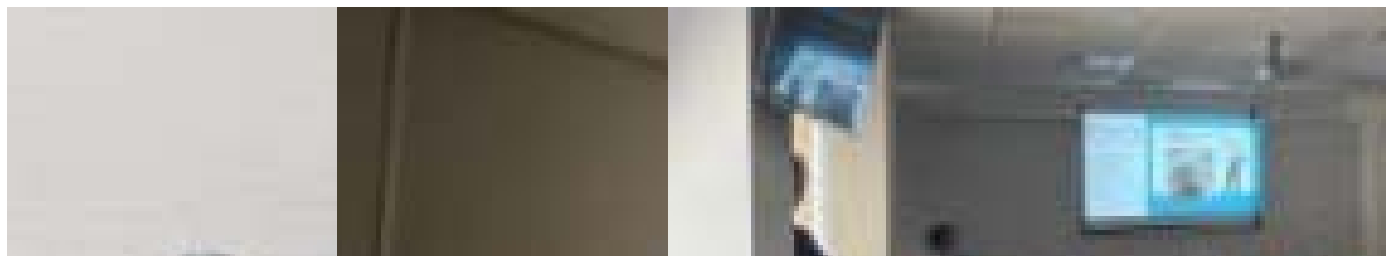
A medida que la enfermedad progresa, la capacidad de controlar los síntomas se reduce y se produce un empeoramiento tanto de los síntomas motores como de los no motores⁵. Esta heterogeneidad de los síntomas dificulta el diagnóstico inicial e implica que su grado de afectación difiera de un paciente a otro.

Entre los síntomas motores, uno de los más relevantes se denomina bradicinesia, término que se utiliza para referirse a la ralentización del movimiento que en la vida cotidiana se expresa en forma de lentitud⁶.

Respecto a los síntomas no motores destacan los problemas que dificultan el sueño que, aunque socialmente son menos conocidos, tienen una prevalencia de entre el 42 y el 98 por ciento⁷. También los pacientes pueden presentar otros como: depresión, ansiedad, fatiga, problemas cognitivos, dolor muscular o problemas del tracto gastrointestinal⁶.

1. García Ruíz PJ, Luquin Piudo R, Martínez Castrillo JC **On Disease Modifying and Neuroprotective Treatments for Parkinson's Disease: Physical Exercise**. Front Neurol. 2022 Jul 14;13:938686. doi: 10.3389/fneur.2022.938686.
1. extensión://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.sen.es/pdf/2024/Informe_sociosanitario_2024.pdf
2. Martínez-Castrillo JC, Martínez-Martín P, Burgos Á, Arroyo G, García N, Luquin MR, Arbelo JM. (2021). Prevalence of Advanced Parkinson's Disease in Patients Treated in the Hospitals of the Spanish National Healthcare System: The PARADISE Study. Brain Sci. 24;11(12):1557.
3. Nyholm D. The rationale for continuous dopaminergic stimulation in advanced Parkinson's disease. Parkinsonism Relat Disord. septiembre de 2007;13 Suppl:S13-17.
4. Organization WH. Neurological disorders: public health challenges [Internet]. World Health
5. Daniel Weintraub, Cynthia L. Comella and Stacy Horn. (2008). Parkinson's Disease – Part 1: Pathophysiology, Symptoms, Burden, Diagnosis, and Assessment. Cranbury: American Journal of Managed Care.
6. CLAVERO, P. y RODRIGUEZ-OROZ, M.C.. Trastornos del sueño en la enfermedad de Parkinson y otros trastornos del movimiento. Anales Sis San Navarra [online]. 2007, vol.30, suppl.1 [citado 2024-01-17], pp.143-153. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-6627200700200013&lng=es&nrm=iso>. ISSN 1137-6627.

Galería de imágenes





Forbes incluye a 20 facultativos del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz entre “Los 100 mejores médicos de España 2026”



Dres. Sastre Domínguez, Ibáñez Cabezas, Aldámiz-Echevarría del Castillo, García Olmo, Muguruza Trueba, Ybáñez Carrillo y Albi González.



Dres. Llamas Sillero, Heili Frades, Díez Valle, Porta Etesam, Jiménez-Alfaro Morote y García Foncillas.



Dres. Bolle, Luna Tirado, Villacampa Aubá, Calvo Crespo, Álvarez-Galovich, González Enguita y Cabello Benavente.

29 de abril de 2026

HOSPITAL UNIVERSITARIO FUNDACIÓN JIMÉNEZ DÍAZ

- **La publicación destaca a los doctores Sastre Domínguez, Ibáñez Cabezas, Aldámiz-Echevarría del Castillo, García Olmo, Muguruza Trueba, Ybáñez Carrillo, Albi González, Llamas Sillero, Heili Frades, Díez Valle, Porta Etessam, Jiménez-Alfaro Morote, García Foncillas, Bolle, Luna Tirado, Villacampa Aubá, Calvo Crespo, Álvarez Galovich, González Enguita y Cabello Benavente entre los nombres más importantes de 26 especialidades, reconocidos a nivel nacional e internacional por la excelencia en el desarrollo de su actividad asistencial, clínica, investigadora, divulgadora y docente**

Por noveno año, la revista *Forbes* destaca los nombres más importantes del sector de la Medicina en España, profesionales reconocidos a nivel nacional e internacional por la excelencia en el desarrollo de su actividad asistencial, clínica, investigadora, docente y divulgadora que confirman que nuestro país cuenta con una Medicina de primer nivel, y accesible para todos.

La selección, ordenada por especialidades, ha sido elaborada en base a la opinión de periodistas del sector sanitario y teniendo factores como la presencia en medios, los reconocimientos, la ocupación de puestos de relevancia y las aportaciones realizadas en el ámbito de la asistencia, la investigación y la docencia por parte de los profesionales médicos que ejercen en centros hospitalarios españoles.

En total, 26 especialidades glosan este listado, en el que destacan 20 profesionales del **Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz**, en la cima de la Medicina española:

- **Dr. Joaquín Sastre Domínguez**, jefe del Servicio de Alergología de la Fundación Jiménez Díaz.
- **Dr. Borja Ibáñez Cabezas**, cardiólogo intervencionista de la Fundación Jiménez Díaz -además de director científico del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC)-.
- **Dr. Gonzalo Aldámiz-Echevarría del Castillo**, jefe del Servicio de Cirugía Cardíaca de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos (Móstoles) y General de Villalba (Collado Villalba)-.
- **Dr. Damián García Olmo**, jefe del Departamento de Cirugía General y del Aparato Digestivo de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos, General de Villalba e Infanta Elena (Valdemoro); los cuatro centros de Quirónsalud que forman parte de la Red Sanitaria Única de Utilización Pública del Servicio Madrileño de Salud (Sermas)- y director de su Unidad de Terapia Celular.
- **Dr. Ignacio Muguruza Trueba**, jefe del Departamento de Cirugía Torácica de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos, General de Villalba e Infanta Elena-.
- **Dr. Fernando Ybáñez Carrillo**, jefe del Departamento de Diagnóstico por la Imagen de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos, General de Villalba e Infanta Elena-.
- **Dr. Manuel Albi González**, jefe del Departamento de Ginecología y Obstetricia de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos, General de Villalba e Infanta Elena-.
- **Dra. Pilar Llamas Sillero**, jefe del Departamento de Hematología y Hemoterapia de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos, General de Villalba e Infanta Elena-.
- **Dra. Sarah Béatrice Heili Frades**, jefa asociada del Servicio de Neumología y responsable de la Unidad de Cuidados Intermedios Respiratorios (UCIR) de la Fundación Jiménez Díaz.
- **Dr. Ricardo Díez Valle**, jefe del Departamento de Neurocirugía de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos, General de Villalba e Infanta Elena-.
- **Dr. Jesús Porta Etessam**, jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz -además de presidente de la Sociedad Española de Neurología-.
- **Dr. Ignacio Jiménez-Alfaro Morote**, jefe del Departamento de Oftalmología de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos, General de Villalba e Infanta Elena-.
- **Dr. Jesús García Foncillas**, jefe del Departamento de Oncología Médica de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos, General de Villalba e Infanta Elena-, director de su Comprehensive Cancer Center y de la División de Oncología Traslacional de su Instituto de Investigación Sanitaria-Universidad Autónoma de Madrid (IIS-FJD/UAM), y presidente para la Fundación de la Excelencia y la Calidad de la Oncología.

- **Dra. Stephanie Bolle**, jefa del Servicio de Oncología Radioterápica del Centro de Protonterapia Fundación Jiménez Díaz.
- **Dr. Javier Luna Tirado**, jefe del Servicio de Oncología Radioterápica de la Fundación Jiménez Díaz.
- **Dr. José Miguel Villacampa Aubá**, jefe asociado del Servicio de Otorrinolaringología de la Fundación Jiménez Díaz -y especialista del mismo servicio en los hospitales universitarios Infanta Elena y General de Villalba-.
- **Dr. Emilio Calvo Crespo**, jefe del Departamento de Cirugía Ortopédica y Traumatología de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios Rey Juan Carlos, General de Villalba e Infanta Elena-, y presidente de la Sociedad Europea de Cirugía de Hombro y Codo.
- **Dr. Luis Álvarez Galovich**, jefe de la Unidad de Patología de Columna en la Fundación Jiménez Díaz y presidente de la Sociedad Española de Columna.
- **Dra. Carmen González Enguita**, jefa del Departamento de Urología de la Fundación Jiménez Díaz -y de los hospitales universitarios General de Villalba e Infanta Elena- y presidenta de la Asociación Española de Urología.
- **Dr. Ramiro Cabello Benavente**, jefe asociado del Servicio de Urología de la Fundación Jiménez Díaz.





El mejor regalo para tu vista

Hospital
quirónsalud
Sagrado Corazón


(<https://www.quironsalud.com/laser-ojos>)



SEVILLA buenas
noticias

(<https://sevillabuenasnoticias.com>)

La calidad del sueño, un factor clave en la salud diaria

 abril 30, 2026(<https://sevillabuenasnoticias.com/2026/04/30/>)

Facebook

Twitter

LinkedIn

WhatsApp

Email

Print



(https://static.comunicae.com/photos/notas/1271661/Magnesio_y_sueo.jpg)

Dormir de forma insuficiente o con una calidad deficiente impacta directamente en la función

notimérica / vida

El 97% de los adultos españoles con TDAH no están diagnosticados



Archivo - Mujer estresada, sin concentración.
- NENSURIA/ ISTOCK - Archivo

MADRID 24 Abr. (EUROPA PRESS) -

La jefa de servicio de psiquiatría del Hospital Universitario Sanitas La Zarzuela, Belinda Manzano Balsera, ha explicado que estas personas, con frecuencia, han desarrollado estrategias para compensar el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), pero con "un elevado coste en esfuerzo y desgaste".

En muchos casos, según detalla la especialista, el trastorno no se identifica en la infancia, por lo que conviven con síntomas sin reconocer esta condición durante años.

El 97 por ciento de los adultos españoles con TDAH no están diagnosticados, sufriendo dificultades en el ámbito laboral, personal o en la gestión de tareas cotidianas, destacan, señalando los datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Esta condición, de origen neurobiológico, está caracterizada por dificultades persistentes en la atención, la organización, la gestión del tiempo o el control de impulsos. En los adultos, estos síntomas suelen ser menos evidentes que en la infancia, pero pueden afectar de "manera relevante" al funcionamiento diario y al bienestar emocional.

La prevalencia en adultos se sitúa en torno al 4,4 por ciento, pero esta infradetección "significativa" hacen que los casos registrados en el sistema sanitario sean muy inferiores.

UNIDAD ESPECIALIZADA EN TDAH

Te puede gustar

La clave para una bolsa más fuerte: acercar las empresas a los pequeños inversores

Europa Press

El programa 'Astronauta por un día' llega a su recta final con un vuelo de microgravedad en San Javier

Europa Press

¡Familiares por 6'95€! ¡Familiares por 6'95€!

Telepizza | Patrocinado

Ante esta situación, el Hospital Universitario Sanitas La Zarzuela dispone de una unidad especializada en TDAH en adultos, orientada al diagnóstico, tratamiento y seguimiento de esta condición. En él, abordan el trastorno desde una "perspectiva clínica integral", con criterios internacionales y un plan adaptado a las características de cada paciente.

El proceso diagnóstico incluye una "entrevista clínica específica, la evaluación de los síntomas actuales y la posible presencia de manifestaciones en la infancia, junto con el uso de herramientas validadas para adultos". También se valoran las funciones ejecutivas y se realiza un diagnóstico diferencial para descartar trastornos como ansiedad o depresión, que pueden presentar síntomas similares.

"Diagnosticar TDAH en adultos implica ir más allá de los síntomas visibles. Es fundamental reconstruir la historia clínica, analizar la evolución de las dificultades y diferenciar este trastorno de otros cuadros que pueden enmascararlo. Solo así es posible definir un plan terapéutico ajustado", ha señalado la psiquiatra.

Este tratamiento se plantea de "forma individualiza", por lo que puede incluir fármacos psicoestimulantes o no estimulantes, siempre con ajuste según la respuesta clínica. A esto se le añade la intervención psicológica, orientada a mejorar la organización, el control de impulsos y la gestión del tiempo mediante técnicas específicas.

Esta unidad también incorpora técnicas de neuromodulación como la Estimulación Magnética Transcraneal (EMT), que en pacientes seleccionados puede contribuir a "mejorar la atención y reducir síntomas asociados como ansiedad o depresión".

Además, tiene en cuenta la "frecuente asociación" del TDAH con otros problemas como los trastornos del sueño, adicciones o dificultades emocionales, lo que refuerza la necesidad de un "enfoque integral que permita mejorar el funcionamiento diario y la calidad de vida".

Los especialistas han recomendado, a su vez, valorar una consulta especializada cuando existen dificultades persistentes de concentración, problemas para finalizar tareas, desorganización mantenida o impulsividad que interfiere en la vida personal o profesional. En estos casos, una evaluación especializada facilita "el análisis de la situación y la definición

de un plan diagnóstico y terapéutico adecuado".

"Recibir un diagnóstico en la edad adulta puede suponer un punto de inflexión. Comprender el origen de estas dificultades permite ajustar expectativas y acceder a herramientas que facilitan el día a día con mayor estabilidad y control", ha concluido Belinda Manzano.

Contenido patrocinado

● La madre de Noelia Castillo pide ayuda contra la eutanasia | ⚡ La emotiva carta de Sara Carbonero a su mac

Los mejores médicos especialistas de España en 2026, según Forbes: de oncología a c...



Salud

MÉDICOS

Los mejores médicos especialistas de España en 2026, según Forbes: de oncología a cardiología



Fotomontaje de algunos de los médicos incluidos en el listado de Forbes. De izquierda a derecha María Victoria Mateos, Borja Ibáñez Cabeza, Leticia Fernández-Friera, Rafael Arroyo González, José María de la Torre, Roberto Martín Reyes y Salvador Morales Conde. ONCOPEPTIDES / CNIC / HM HOSPITALES / QUIRON SALUD / COLEGIO DE MÉDICOS / EUROPA PRESS



Candela Hornero

Madrid, 30 ABR 2026 - 13:32h.

Cuando surge un **problema de salud** complejo o un diagnóstico incierto, una de las primeras preguntas es a qué especialista acudir. Sin embargo, identificar a los **profesionales más reconocidos en cada área** no siempre es sencillo.



En este contexto, la revista Forbes ha publicado su listado anual con algunos de

especializados en el área de la salud y factores como la trayectoria profesional, la investigación, la docencia o el reconocimiento público de los profesionales.

Alergología

La especialidad de alergología destaca con **Carmen Vidal Ben del Campalio**

Angiología y Cirugía Vascular

En la especialidad de angiología y cirugía vascular destacan a **Pablo Gallo González**, jefe del Servicio de Angiología y Cirugía Vascular del Hospital Riber Internacional en Madrid y director de su Unidad de Patología Vascular.

Newsletter



¡Suscríbete a la newsletter de **Salud** para enterarte de todo!

Introduce tu correo electrónico

Acepto la [política de privacidad](#)

Recibir noticias



En la especialidad de cardiología destacan a **Jose Angel Cabrera Rodríguez** del Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, Hospital Universitario Ruber Juan Bravo y Hospital Quirónsalud San José, a **José María de la Torre** del Hospital Universitario Marqués de Valdecilla, **Roberto Martín Reyes** del Hospital Universitario La Luz y a **Borja Ibáñez Cabeza** del Centro Nacional de Investigaciones Cardiovasculares (CNIC) y del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz.



Síguenos en nuestro canal de WhatsApp de Informativos Telecinco

Únete

También a **Carlos Macaya Miguel** del Hospital Universitario Nuestra Señora del Rosario, a **Leticia Fernández-Friera** de ATRIA Clinic y de HM Hospitales y a **José Luis Zamorano Gómez** del Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid y del Hospital Universitario Sanitas La Zarzuela.

Cirugía Cardíaca y Cardiovascular

En la especialidad de cirugía cardíaca y cardiovascular destacan a **Gonzalo Aldamiz-Echevarría del Castillo** del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz y del Hospital Quirónsalud Albacete, a **Alberto Forteza Gil** del Hospital Universitario Quirónsalud Madrid y del Hospital Universitario La Luz y a **Xavier Ruyra Baliarda** del Hospital Universitario Germans Trias i Pujol.

También a **Manuela Camino López** del Hospital Materno Infantil Gregorio Marañón y a **José Enrique Rodríguez Hernández** del Hospital Ruber Internacional y del Hospital Universitario Sanitas La Zarzuela.



José Enrique Rodríguez Hernández, experto en cirugía cardíaca. RUBER INTERNACIONAL

Cirugía General y del Aparato Digestivo

En la especialidad de cirugía general y del aparato digestivo destacan a **Damián García Olmo** del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, a **Salvador Morales Conde** del Hospital Universitario Virgen del Rocío de Sevilla y a **César Canales Bedoya** del Hospital Ruber Internacional.

Cirugía Maxilofacial

En la especialidad de cirugía maxilofacial destacan a **Lorena Pingarrón Martín**, jefa del Servicio de Cirugía Oral y Maxilofacial del Hospital Universitario Rey Juan Carlos.

Cirugía Plástica, Estética y Reparadora

En la especialidad de cirugía plástica, estética y reparadora destacan a **Mireia Ruíz Castilla** del Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitari Dexeus, a **Pedro Cavadas Rodríguez** del Hospital Vithas Valencia 9 de Octubre y a **Pedro Tomás Gómez Cía** del Hospital Universitario Virgen del Rocío de Sevilla.

También a **José Luis Martín del Yerro Coca** del Hospital Universitario

General de Villalba y a **Juan José Fibla Alfara** del Hospital Universitari Sagrat Cor.

Dermatología

En la especialidad de dermatología destacan a **Ricardo Ruiz Rodríguez** de la Clínica Dermatológica Internacional, **Daniel Candelas Prieto** de la Clínica Dermatológica Dr. Candelas y a **Eduardo López Bran** del Hospital Clínico San Carlos.

También a **Pedro Jaén Olasolo** del Hospital Universitario Ramón y Cajal y a **José Luis Ramírez** del IMR.



El jefe del Servicio de Dermatología del Hospital Clínico San Carlos, Eduardo López Bran.
HOSPITAL CLÍNICO SAN CARLOS

En la especialidad de endocrinología y nutrición destacan a **Susana Monereo Megías** del Hospital Universitario Gregorio Marañón y del Hospital Ruber Internacional, a **Esteban Jódar Gimeno** de los hospitales Universitario Ruber Juan Bravo, Quirónsalud San José y Universitario Quirónsalud Madrid, y a **Pilar García Durruti** del Hospital HM Montepíncipe y HM Torrelodones.

Fertilidad y Reproducción Asistida

En la especialidad de fertilidad y reproducción asistida destacan a **Ramón Aurell Ballesteros** del Hospital Quirónsalud Barcelona y del Centro Médico Teknon, a **Ernesto Bosch Aparicio** del IVI Valencia, a **Marcos Ferrando Serrano** del IVI Bilbao, a **Ana Isabel Salazar** del IVI Madrid y a **Juan Antonio García Velasco** del Centro de investigación IVIRMA.



En la especialidad de medicina interna destacan a **Francisco Javier de la Haza** del Hospital Ruber Internacional y del Hospital Infanta Sofía de San Sebastián de los Reyes y **Rafael Jiménez Ruiz** del Hospital Ruber Internacional.

Hematología

En la especialidad de hematología destacan a **Francesc Bosch Albareda** del Hospital Universitario Vall d'Hebron, a **Pilar Llamas Sillero** del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz y a **María Victoria Mateos** del Hospital Universitario de Salamanca.

Inmunología

En la especialidad de inmunología destacan a **Diana Alecsandru** del IVI Madrid y a **Silvia Sánchez Ramón** del Hospital Clínico San Carlos y del Hospital Ruber Internacional.

Medicina Interna

En la especialidad de medicina interna destacan a **Ángel Charre González** del Servicio Médico Quirónsalud de MotoGP™ y del Hospital Universitari Dexeus, a **Antonio Núñez** del Hospital Universitario General de Villalba y del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz y a **Augusto Anguita** del Centro Médico Teknon.

Neumología

En la especialidad de neumología destacan a **José María Echave-Sustaeta**

Quirónsalud Sur, a **Jorge Diamantopoulos Fernández** del HM Hospitales y a **Pablo Clavel Laria** del Instituto Clavel, Hospital Quirónsalud Barcelona.

También a **Ricardo Díez Valle** del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz y del Hospital Ruber Internacional y a **Francisco Villarejo Ortega** del Hospital Universitario La Luz y del Hospital Niño Jesús de Madrid.

Neurología

En la especialidad de neurocirugía destacan a **Rafael Arroyo González** del Hospital Universitario Quirónsalud Madrid y del Hospital Universitario Ruber Juan Bravo, a **Jesús Porta-Etessam** del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, a **José Obeso** del Centro Integral de Neurociencias Abarca Campal HM CINAC y a **Oriol Franch Ubía** del Hospital Ruber Internacional.



Center Montepíncipe.

Oncología

En la especialidad de oncología destacan a **Lluís Cirera Nogueras** del Hospital Universitari Sagrat Cor, a **Jesús García-Foncillas López** del Instituto Oncológico OncoHealth y del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz y **Enrique Grande Pulido** del Hospital Ruber Internacional y del MD Anderson Cancer Center Madrid.

También a **Lucía G. Cortijo** del Hospital Universitario Quirónsalud Madrid, **Antonio Cubillo Gracián** del Centro Integral Oncológico Clara Campal HM CIOCC, Hospital Universitario HM Sanchinarro y a Luis Madero López del Hospital Infantil Universitario Niño Jesús.

Oncología Radioterápica

En la especialidad de oncología radioterápica destacan a **Stephanie Bolle** del Centro de Protonterapia Fundación Jiménez Díaz, a **Elia del Cerro Peñalver** del Hospital Universitario La Luz y del Hospital Universitario Quirónsalud Madrid y a **Aurora Rodríguez Pérez** del Hospital Ruber Internacional.

También a **Virginia Ruíz Martín** del Hospital Universitario de Burgos y a **Francisco Javier Luna Tirado** del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz.

Otorrinolaringología

En la especialidad de otorrinolaringología destacan a **José Miguel Villacampa**

Alonso del Hospital Universitari Dexeus.

Traumatología y Cirugía Ortopédica

En la especialidad de traumatología y cirugía ortopédica destacan a **Emilio Calvo Crespo** de los hospitales Universitario Fundación Jiménez, Universitario Infanta Elena, Universitario General de Villalba y Universitario Rey Juan Carlos, a **Ferrán Pellisé Urquiza** del Hospital Quirónsalud Barcelona, del Hospital Universitari Vall d'Hebron y de la Columna Dr. Pellisé y a **Luis Álvarez-Galovich** del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz.

También a **Ramón Cugat Bertomeu** del Hospital Quirónsalud Barcelona, a **Inmaculada Gómez Arrayás** del Hospital Ruber Internacional y a **Mikel Sánchez** del Hospital MIKS.

Urología

En la especialidad de urología destacan a **Miguel Sánchez Encinas** del Hospital Universitario Rey Juan Carlos y del Hospital Ruber Internacional, a **Carlos Balmori Boticario** del IVI Madrid y del Hospital Ruber Internacional, a **Carmen González Enguita** del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, a **Ramiro Cabello Benavente** del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz y a **Antonio Alcaraz Asensio** del Centro Médico Teknon.

TEMAS

Actualidad

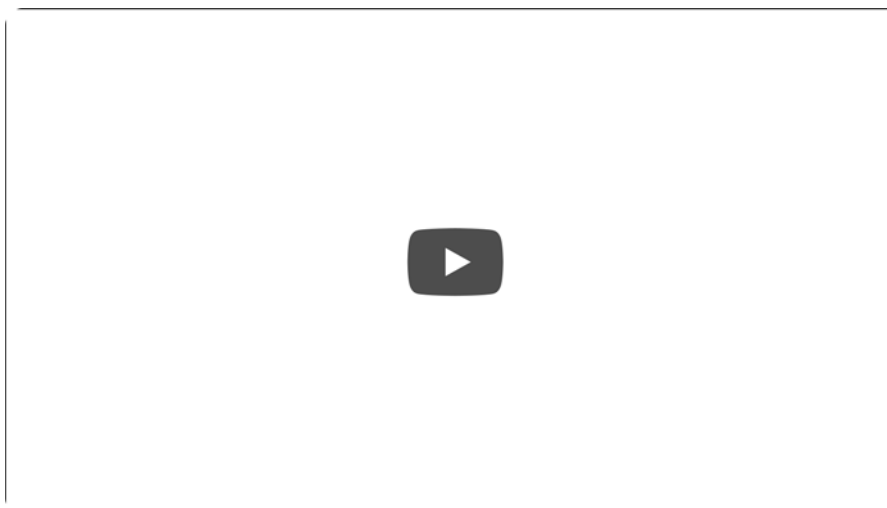
Salud

Médicos

Hospitales

Contenido patrocinado

Enlaces Promovidos por Taboola



Todos Inteligencia Relacionad >

- Puffin Colony Cam - Skomer ...**
The Wildlife Trust of S...
529 usuarios
EN DIRECTO
- Storchennest Live Webcam i...**
Stadtverwaltung Bad S...
1,7 K usuarios
EN DIRECTO
- MEDIACIÓN sin JUICIOS: ...**
Aire de Santa Fe ✓
320 visualizaciones · h...
- 10 Hábitos "NORMALES" QUE SON AUTISMO**
Ritos de Conciencia
1,2 M de visualizaciones
13:56
- Comedero de aves en ...**
BrunoMC
448 usuarios
EN DIRECTO
- 30 Eurovision Records That ...**
Say Eurovision!
19 K visualizaciones · ha Nuevo
8:01
- LIVE Santissimo Sacramento — ...**
Popolo di Dio
22 usuarios
EN DIRECTO
- 1 Hour Aura Timer - Deep ...**
AuraTimer
1,1 M de visualizaciones
1:00:20
- Amaia: Tiny Desk Concert**
NPR Music ✓
1 M de visualizaciones · Para recaudar fondos
22:05
- 1H Blue & Green Colors Mood ...**
Color Waves
60 K visualizaciones · ha
1:02:06
- Bad Bunny's Apple Music ...**
NFL y 2 más
137 M de visualizaciones
13:42
- Coach Vocal Analiza a ...**
Beth Roars ✓
274 K visualizaciones · h...
10:13
- Tony Grox & LUCYCALYS - "...**
RTVE Música
21 K visualizaciones · ha
2:41

Samsung lanza app para detectar deterioro cognitivo con IA

Noticias LAT 757 suscriptores Suscribirse 👍 0 👎 🔗 Compartir ⋮

0 visualizaciones hace 14 horas #noticias #actualidad #internacional
 LEER NOTA COMPLETA AQUÍ:
<https://www.noticias.lat/articulo/69f...>
 ...más

0 comentarios ☰ Ordenar por

Añade un comentario...

STICK NOTICIAS

La calidad del sueño, un factor clave en la salud diaria

Dormir de forma insuficiente o con una calidad deficiente impacta directamente en la función psicológica y en el rendimiento del sistema nervioso. La falta...

Dormir de forma insuficiente o con una calidad deficiente impacta directamente en la función psicológica y en el rendimiento del sistema nervioso. La falta de descanso reparador puede manifestarse a través de señales como la irritabilidad y el agotamiento, afectando la capacidad del organismo para gestionar el estrés diario y mantener un adecuado equilibrio emocional. Laboratorios Boiron propone un enfoque de salud integrativa que combina hábitos de vida saludables con el apoyo de nutrientes específicos

En la actualidad, el ritmo de vida acelerado y la exposición constante a estímulos han convertido el sueño en un pilar de la salud frecuentemente descuidado. Sin embargo, el descanso no es un estado de inactividad, sino un proceso biológico esencial para el mantenimiento del equilibrio físico y mental. Durante el sueño, el organismo lleva a cabo funciones fundamentales como la regulación hormonal, la consolidación de la memoria y la reparación del sistema nervioso. Laboratorios Boiron, fiel

a su misión de considerar la salud como su principal compromiso, destaca la importancia de abordar estos problemas desde un enfoque global, la escucha del organismo y el respeto a los ritmos naturales del cuerpo.

Según datos extraídos de la reciente [encuesta sobre el sueño de la Sociedad Española de Neurología](#), el 56% de la población española adulta no duerme el número de horas recomendadas y más del 50% no tiene un sueño reparador. Esta realidad, que en los casos más graves afecta ya a más de 4 millones de personas en España con trastornos de sueño crónicos, pone de manifiesto que una rutina de sueño inadecuada genera consecuencias que van más allá del cansancio matutino; se trata de una alteración que afecta al organismo de manera integral. Dormir pocas horas o hacerlo de forma irregular puede impactar negativamente en la capacidad de concentración, la toma de decisiones y la estabilidad emocional.

"En la actualidad, el ritmo de vida acelerado y la exposición constante a estímulos han convertido el sueño en un pilar de la salud frecuentemente descuidado", comenta Sylvaine Balmy farmacéutica responsable científica de Laboratorios Boiron. "Cada vez es más importante promover hábitos de autocuidado del sueño, ayudando a las personas a reconocer la importancia del descanso y a incorporar rutinas sencillas que contribuyan a mejorar su calidad de vida y bienestar general".

El impacto emocional: más allá del mal humor Una de las primeras señales de que la rutina de sueño no es la correcta es la alteración del bienestar psicológico. El sistema nervioso requiere del descanso para procesar la información, regular las emociones y favorecer el equilibrio mental. Cuando este proceso se interrumpe, es común experimentar episodios de irritabilidad, falta de concentración, mayor sensibilidad emocional y una menor resiliencia ante el estrés.

creatividad y la claridad mental, generando una sensación de saturación incluso ante tareas cotidianas. Esta desconexión emocional no solo afecta al individuo, sino que también tiene un impacto directo en sus relaciones personales y su productividad profesional.

Consecuencias físicas: el agotamiento del organismo A nivel físico, las consecuencias son igualmente significativas. El cuerpo utiliza las horas de sueño para regenerar tejidos, fortalecer el sistema inmunitario y mantener funciones vitales. La falta de un sueño reparador puede debilitar la respuesta del organismo ante factores externos, aumentar la sensación de cansancio acumulado y alterar procesos metabólicos básicos. Asimismo, la tensión muscular, la dificultad para relajarse antes de dormir o la sensación de cansancio persistente durante el día pueden ser señales de que el organismo necesita recuperar su equilibrio.

Higiene del sueño y consejos para el bienestar Para revertir estas consecuencias, los expertos de Boiron recomiendan integrar hábitos de vida saludables en la rutina diaria que favorecen un descanso de calidad:

- **Sincronización de horarios:** Mantener una regularidad en las horas de acostarse y levantarse ayuda a estabilizar el reloj biológico y mejora la calidad de sueño.
- **Preparación para el descanso:** Reducir la intensidad lumínica y evitar dispositivos electrónicos al menos una hora antes de dormir para facilitar la conciliación del sueño.
- **Ambiente adecuado:** Mantener el dormitorio en condiciones de temperatura, silencio y oscuridad favorece un descanso más profundo.

aporte de nutrientes necesarios que contribuyan al funcionamiento normal del sistema nervioso, puede ayudar a mejorar la calidad del sueño.

- Rutinas relajantes: Incorporar actividades como la lectura, la respiración consciente o la meditación puede favorecer la transición hacia el descanso nocturno.
- Y cuando estas medidas no son suficientes, puede valorarse el uso puntual de complementos alimenticios como Magnesium Duo Noche. La fórmula contiene *Melissa officinalis* que ayuda a la conciliación del sueño y a tener un sueño reparador. Y se completa con el aporte de magnesio y de polifenoles de la pepita de uva, conocida fuente de antioxidantes.

Con este enfoque integral, Laboratorios Boiron reafirman su compromiso con el bienestar diario, promoviendo soluciones que acompañen al organismo de manera respetuosa y contribuyan a recuperar el equilibrio nocturno y la calidad del descanso.

Te recomendamos



Zizur Mayor presenta su programa deportivo 2026-2027 con actividades para todas las edades desde octubre



Grande Panda, life is Pandastic
Gasolina, híbrido o eléctrico.
Estilo y confort en cada viaje.



Se acercan con normalidad... y ocurre en segundos
La Guardia Civil advierte sobre una técnica que ya acumula decenas de robos.



Nuevo Fiat 500 Híbrido
La ciudad se vive mejor en híbrido, con estilo y carácter italiano.



Nuevo Toyota C-HR
Nuevo Toyota C-HR, atrevido y compacto: diseño impactante que no pasa desapercibido.

DISCOVER WITH addoor

ÚNETE A NUESTRO BOLETÍN

Su dirección de email...

Selecciona el periódico...

Zizur Mayor presenta su programa deportivo 2026-2027 con actividades para todas las edades desde octubre

/acidad

INSCRIBIRME

LO MÁS LEIDO

- 1 [VIDEO] La Federación de Coros de Navarra presenta su programación más ambiciosa con más de 200 conciertos**
- 2 Una joven de 26 años resulta herida muy grave tras una colisión múltiple en la N-240-A, a la altura de Sarasa**
- 3 Activan un dispositivo preventivo ante un objeto sospechoso en el centro de Pamplona**
- 4 La Txantrea abre sus fiestas populares 2026 con el txupinazo este jueves cargo de Akelarre Kultur Elkartea**
- 5 Baluarte acoge el sábado un festival de danza ucraniana con subasta de un piano pintado por niños refugiados**
- 6 [VIDEO] Comienzan las visitas guiadas al Monumento a los Caídos**
- 7 Pamplona estrena discoteca: Esencia abre sus puertas en el local que fue Sector, Caney o el mítico Guacamayo**
- 8 25 artistas llenan de color los pasillos de la Casa de la Misericordia de Pamplona**