



N3WS

Tercera Edad



Red de instaladores especializados en geriatría y ortopedia

Servicio profesional en toda España



Solicita tu
instalación aquí

NOTICIAS - PORTADA

La incidencia de depresión y ansiedad en pacientes con esclerosis múltiple triplica a la de la población general

📅 17 diciembre, 2024 👤 moon

Mañana, 18 de diciembre, es el Día Nacional de la Esclerosis Múltiple, una enfermedad neurológica de carácter autoinmune que se caracteriza por la destrucción de la mielina, la capa aislante que se forma alrededor de los nervios del sistema nervioso central. Según datos de la Sociedad Española de Neurología, la esclerosis múltiple afecta en España a más de 55.000 personas y, cada año, se diagnostican alrededor de 2.000 nuevos casos, principalmente en adultos jóvenes, ya que generalmente los primeros síntomas suelen aparecer en los pacientes entre los 20 y 40 años y, sobre todo, en mujeres.

Después de los traumatismos craneoencefálicos, la esclerosis múltiple constituye la segunda causa de discapacidad neurológica en los adultos jóvenes españoles. Porque a pesar de que en los últimos años se han producido numerosos avances en el tratamiento de esta enfermedad,

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra [política de cookies](#), pinche el enlace para mayor información.

ACEPTAR

plugin cookie

“Aproximadamente un 85% de los pacientes padecen el tipo de esclerosis múltiple que denominamos remitente-recurrente (EM-RR) y que se caracteriza por la aparición de brotes o recaídas en los síntomas, seguidos de períodos de remisión”, explica la Dra. Ana Belén Caminero, Coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la Sociedad Española de Neurología. “Por otro lado, el 15% de los casos restantes serían formas progresivas de la enfermedad. Bien porque se manifiesta así desde el principio (primariamente-progresiva) o porque progresa gradualmente después de iniciarse como remitente-recurrente (secundaria progresiva)”.

Se denominan brotes a los síntomas producidos por la aparición de una o más nuevas lesiones desmielinizantes en el sistema nervioso central que, dependiendo de la zona en la que se ha producido esa destrucción de la mielina, pueden ser muy variados. Esta variedad en los síntomas ha llevado incluso a que esta enfermedad se la conozca también como la enfermedad de las mil caras. Pero a pesar de la gran heterogeneidad clínica de la esclerosis múltiple, los principales primeros síntomas de esta enfermedad suelen ser debilidad, fatiga, entumecimiento en el rostro y/o en las extremidades, problemas de visión, espasmos musculares que pueden ir acompañados de dolor, así como problemas de coordinación y equilibrio. En todo caso, y a lo largo de la evolución de la enfermedad, prácticamente la totalidad de los pacientes llegará a desarrollar problemas de visión y síntomas motores y sensitivos; y alrededor del 50% de los pacientes otro tipo de síntomas como cognitivos o de control esfinteriano.

“Aunque la velocidad a la que progresa la enfermedad varía mucho de un paciente a otro, los pacientes de esclerosis múltiple experimentarán con el paso del tiempo una disminución en su calidad de vida, en mayor o menor grado, causada por la discapacidad física progresiva, el deterioro cognitivo y/o la fatiga propia de la enfermedad. Además, la coexistencia de la esclerosis múltiple con otras enfermedades, como por ejemplo la hipertensión o la diabetes, entre otras, puede complicar el manejo de esta enfermedad, aumentar la morbilidad e incluso puede reducir la esperanza de vida en estos pacientes”, comenta la Dra. Ana Belén Caminero. “Pero los pacientes también suelen ver afectada su calidad de vida por la alta prevalencia de trastornos psicosociales -como la ansiedad y depresión- que existe entre los pacientes con esclerosis múltiple. Hasta un 50% de los pacientes refieren haber sido diagnosticados de depresión o ansiedad en algún momento, una cifra casi tres veces mayor que la que encontramos en la población general”.

“Por lo tanto, la discapacidad física, el deterioro cognitivo y el impacto psicológico continúan siendo desafíos importantes para los pacientes con esclerosis múltiple, a pesar de los avances diagnósticos y terapéuticos. Si bien, gracias a ellos, en los últimos años se ha producido un acusado descenso en el tiempo transcurrido desde la aparición de los primeros síntomas hasta el momento del

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra [política de cookies](#), pinche el enlace para mayor información.

ACEPTAR

plugin cookie

(tratamientos, hospitalizaciones, dispositivos de asistencia) como en costes indirectos (pérdida de productividad, reducción de horas de trabajo y otras oportunidades laborales). Un impacto que afecta también a familiares y cuidadores, quienes deben asumir roles de apoyo, generando una enorme carga económica y emocional”.

De acuerdo al informe “Impacto socio sanitario de las enfermedades neurológicas en España” que acaba de publicar la Sociedad Española de Neurología, los costes económicos directos relacionados tanto con el tratamiento y manejo de la esclerosis múltiple, como los asumidos por pacientes y familiares pueden suponer más de 50.000€ por paciente al año, dependiendo de la gravedad de la enfermedad. Además, los costes indirectos, relacionados con la pérdida de productividad, la incapacidad laboral y la necesidad de terceras personas para ayudar a los pacientes en su cuidado diario, también suponen un enorme coste: el 73% de los pacientes ven afectada su vida laboral o académica; el 25% ha tenido que dejar de trabajar, el 21% ha tenido que reducir su jornada y más del 15% se ha visto obligado a renunciar a un ascenso o promoción.

 Post Views: 71

← La POP reclama más profesionales de enfermería y trabajo social en Atención Primaria

‘CUANDO CAE EL OTOÑO’ de François Ozon →

También te puede gustar

La presencia femenina en los órganos de gobierno del Tercer Sector roza la paridad

 3 marzo, 2023

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra [política de cookies](#), pinche el enlace para mayor información.

ACEPTAR

plugin cookie

65YMAS.COM

ACTUALIDAD

Las cifras de ansiedad y depresión se disparan en pacientes con esclerosis múltiple

ÚRSULA SEGOVIANO

Foto: **Bigstock**

MIÉRCOLES 18 DE DICIEMBRE DE 2024

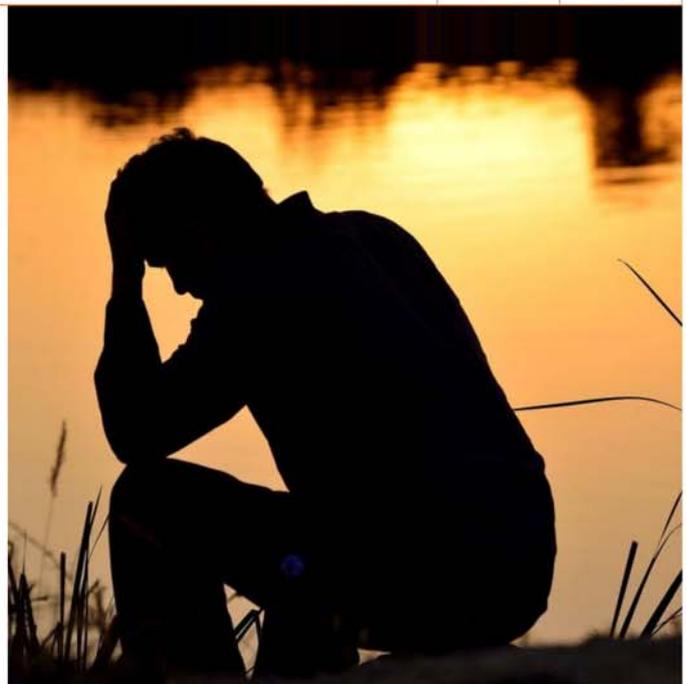
7 MINUTOS

En el Día Nacional de la patología los expertos alertan de elevadas cifras de problemas mentales



Este miércoles 18 de diciembre es el **Día Nacional de la Esclerosis Múltiple**, una enfermedad neurológica de carácter autoinmune que se caracteriza por la destrucción de la mielina, la capa aislante que se forma alrededor de los nervios del sistema nervioso central. Según datos de la **Sociedad Española de Neurología**, la **esclerosis múltiple** afecta en España a **más de 55.000 personas y, cada año, se diagnostican alrededor de 2.000 nuevos casos**, principalmente en adultos jóvenes, ya que generalmente los primeros síntomas suelen aparecer en los pacientes entre los 20 y 40 años y, sobre todo, en mujeres.

Después de los traumatismos craneoencefálicos, la esclerosis múltiple constituye la segunda causa de discapacidad neurológica en los adultos



esta enfermedad, que han conseguido cambiar el pronóstico y la evolución de la enfermedad en muchos pacientes, la esclerosis múltiple sigue siendo una enfermedad crónica, que tiende a progresar con el tiempo.

"Aproximadamente un 85% de los pacientes padecen el tipo de esclerosis múltiple que denominamos remitente-recurrente (EM-RR) y que se caracteriza por la aparición de brotes o recaídas en los síntomas, seguidos de períodos de remisión", explica la Dra. Ana Belén Caminero, Coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la Sociedad Española de Neurología. **"Por otro lado, el 15% de los casos restantes serían formas progresivas de la enfermedad. Bien porque se manifiesta así desde el principio (primariamente-progresiva) o porque progresa gradualmente después de iniciarse como remitente-recurrente (secundaria progresiva)".**

Se denominan brotes a los síntomas producidos por la aparición de una o más nuevas lesiones desmielinizantes en el sistema nervioso central que, dependiendo de la zona en la que se ha producido esa destrucción de la mielina, pueden ser muy variados. Esta variedad en los síntomas ha llevado incluso a que esta enfermedad se la conozca también como la enfermedad de las mil caras. Pero a pesar de la gran heterogeneidad clínica de la esclerosis múltiple, los principales primeros síntomas de esta enfermedad suelen ser debilidad, fatiga, entumecimiento en el rostro y/o en las extremidades, problemas de visión, espasmos musculares que pueden ir

Afectación

En todo caso, y a lo largo de la evolución de la enfermedad, prácticamente la totalidad de los pacientes llegará a desarrollar problemas de visión y síntomas motores y sensitivos; y alrededor del 50% de los pacientes otro tipo de síntomas como cognitivos o de control esfinteriano.

“Aunque la velocidad a la que progresa la enfermedad varía mucho de un paciente a otro, los pacientes de esclerosis múltiple experimentarán con el paso del tiempo una disminución en su calidad de vida, en mayor o menor grado, causada por la discapacidad física progresiva, el deterioro cognitivo y/o la fatiga propia de la enfermedad. Además, la coexistencia de la esclerosis múltiple con otras enfermedades, como por ejemplo la hipertensión o la diabetes, entre otras, puede complicar el manejo de esta enfermedad, aumentar la morbilidad e incluso puede reducir la esperanza de vida en estos pacientes”, comenta la Dra. Ana Belén Caminero.

“Pero los pacientes también suelen ver afectada su calidad de vida por la alta prevalencia de trastornos psicosociales –como la **ansiedad** y **depresión**– que existe entre los pacientes con esclerosis múltiple. Hasta un 50% de los pacientes refieren haber sido diagnosticados de depresión o ansiedad en algún momento, una cifra casi tres veces mayor que la que encontramos en la población general”.



65YMAS.COM

“Por lo tanto, la discapacidad física, el deterioro cognitivo y el impacto psicológico continúan siendo desafíos importantes para los pacientes con esclerosis múltiple, a pesar de los avances diagnósticos y terapéuticos. Si bien, gracias a ellos, en los últimos años se ha producido un acusado descenso en el tiempo transcurrido desde la aparición de los primeros síntomas hasta el momento del diagnóstico, así como una reducción media en la escala de discapacidad“, señala la Dra. Ana Belén Caminero.

Los cuidadores

"Y a pesar de las mejoras en el diagnóstico y a los nuevos tratamientos modificadores de la enfermedad, la esclerosis múltiple sigue representando una carga socioeconómica significativa para los sistemas de salud y la economía debido a los elevados costes médicos directos (tratamientos, hospitalizaciones, dispositivos de asistencia) como en costes indirectos (pérdida de productividad, reducción de horas de trabajo y otras oportunidades laborales). **Un impacto que afecta también a familiares y cuidadores, quienes deben asumir roles de apoyo, generando una enorme carga económica y emocional**".

De acuerdo al informe [“Impacto sociosanitario de las enfermedades neurológicas en España”](#) que acaba de publicar la Sociedad Española de

65YMAS.COM

tratamiento y manejo de la esclerosis múltiple, como **los asumidos por pacientes y familiares pueden suponer más de 50.000€ por paciente al año, dependiendo de la gravedad de la enfermedad**. Además, los costes indirectos, relacionados con la pérdida de productividad, la incapacidad laboral y la necesidad de terceras personas para ayudar a los pacientes en su cuidado diario, también suponen un enorme coste: el 73% de los pacientes ven afectada su vida laboral o académica; el 25% ha tenido que dejar de trabajar, el 21% ha tenido que reducir su jornada y más del 15% se ha visto obligado a renunciar a un ascenso o promoción.

La **Asociación Española de Esclerosis Múltiple (AEDEM-COCEMFE)** y sus 44 asociaciones miembros, celebramos cada 18 de Diciembre, el Día Nacional de la Esclerosis Múltiple.

Nuestra intención, además de dar a conocer la enfermedad, es mostrar el impacto que su diagnóstico produce en las personas con esclerosis múltiple, y que tratamos de hacer ver a través de los relatos con historias reales, recopilados para la II edición de la campaña **'ContEMos historias (con Esclerosis Múltiple)'**, que se irán sumando en el blog hasta el 18 de diciembre, fecha en la que se dará a conocer la **historia ganador**.

Esta año, además, hemos querido destacar la que consideramos en este momento una reivindicación necesaria: **garantizar una financiación estable, suficiente y puntual para las asociaciones de esclerosis múltiple**. Las asociaciones somos una **primera línea de apoyo imprescindible** para las personas con esclerosis múltiple y sus familias.

65YMAS.COM

diagnóstico, pero la supervivencia de nuestras entidades está en riesgo debido a la falta de un respaldo económico adecuado. Por ello, solicitamos un compromiso firme de las administraciones públicas para garantizar nuestra continuidad y asegurar que podamos seguir desarrollando esta labor fundamental.

Sobre el autor:

Úrsula Segoviano

Redactora especializada en temas de salud y dependencia.

... [saber más sobre el autor](#)

Relacionados

Los pacientes con esclerosis múltiple necesitan más cuidados a partir de los 50 años

Las personas con esclerosis múltiple tienen muchas menos probabilidades de tener Alzheimer

Los signos de la esclerosis múltiple aparecen en la sangre años antes de los primeros síntomas

Etiquetas NEUROLOGÍA

SALUD MENTAL

ESCRIBE TU COMENTARIO AQUÍ





FORMACIÓN

La OMC lanza un programa formativo para mejorar el abordaje de la miastenia gravis

El objetivo de las nuevas Pautas de Actuación y Seguimiento (PAS) es informar y formar a los profesionales sanitarios para mejorar la atención recibida por los pacientes con esta enfermedad poco frecuente, que afecta a unas 15.000 personas en España

17 de diciembre de 2024



Redacción

La Organización Médica Colegial de España (**OMC**), a través de su [Fundación para la Formación \(Ffomc\)](#) y **argenx** han presentado hoy un **programa**

formativo sobre las Pautas de Actuación y Seguimiento (**PAS**) referentes a la **miastenia gravis**. El objetivo de las PAS es **informar y formar a los profesionales sanitarios** para mejorar la atención recibida por los pacientes con esta enfermedad poco frecuente, que afecta a unas **15.000 personas en España**, según datos de la Sociedad Española de Neurología (**SEN**) de 2024.

Estas pautas consisten en un conjunto de publicaciones que tienen como fin la transición de una **práctica centrada en la enfermedad a la atención enfocada en el paciente**, teniendo en cuenta además la continuidad de la asistencia y el posterior seguimiento de estas personas. Además, es una **actividad de formación continuada y acreditada**. Los profesionales sanitarios interesados en evaluarse y en optar al diploma acreditativo, deberán dirigirse al [Campus Virtual de la Fundación para la Formación de la Organización Médica Colegial](#).

*“Esta publicación continúa la línea de acción de la corporación médica de **ofrecer conocimiento científico a los profesionales** que redunde en una **mejor prestación y atención clínica** a los pacientes, **rebajar coste** para el sistema y, por tanto, obtener un **beneficio para todo el Sistema Nacional de Salud**”,* ha señalado el **Dr. José María Rodríguez Vicente**, secretario general de la OMC y la Ffomc y coordinador de las PAS.

Las PAS de miastenia gravis es una actividad de formación continuada y acreditada

Nuevas opciones terapéuticas

La coordinadora científica de las PAS ha sido la **Dra. Elena Cortés Vicente**, de la Unidad de Patología Neuromuscular del servicio de Neurología del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau de Barcelona. *“Son unas guías **muy prácticas y útiles para los neurólogos y otros profesionales que no se dedican tanto a esta patología** porque, al ser una enfermedad muy heterogénea y en los que los síntomas fluctúan mucho, dificulta el diagnóstico y el tratamiento. Estamos en un momento muy ilusionante, con **nuevas opciones terapéuticas** que estamos aprendiendo a manejar, con mecanismos de acción más específicos con mejor eficacia y menos efectos adversos. Estoy muy contenta del resultado de las PAS”,* ha destacado.

Por su parte, la **Dra. Teresa Sevilla Mantecón**, del servicio de Neurología del Hospital Universitari i Politècnic La Fe de Valencia, se ha encargado de situaciones especiales, como el abordaje de la paciente durante el **embarazo, el parto y la lactancia**. *“Es importante ofrecer información y asesoramiento proactivo a las mujeres que deseen reproducirse y a sus parejas, despejar sus*

dudas respecto a la evolución durante el embarazo, riesgo por los fármacos que toma y ofrecer una atención integral desde el especialista en neurología, junto con expertos de otras especialidades como obstetricia, neonatología y, si fuera necesario, cuidados intensivos neonatales”, ha indicado.

También ha explicado que es importante hablar respecto al **tipo de lactancia según los fármacos que estén tomando**. *“Hay que tener en cuenta que la miastenia gravis afecta frecuentemente a mujeres en edad fértil y los especialistas vamos a tener que asesorar a las mujeres y su familia desde el inicio de la planificación familiar hasta la lactancia”, ha recordado.*

Las PAS componen una serie de publicaciones cuya finalidad es impulsar el paso de una práctica que se centre en la enfermedad a la atención centrada en el enfermo

En esta línea, **Bibiana Da Rocha Souto**, directora médica en argenx, ha subrayado que desde la compañía trabajan para mejorar la salud de los pacientes, teniendo en cuenta que la responsabilidad va más allá del simple acceso a las terapias. *“Por eso consideramos que este tipo de iniciativas como lo que representa el programa formativo, sobre las Pautas de Actuación y Seguimiento (PAS) demuestran nuestra vocación de prestar apoyo a los colectivos científicos y clínicos de una forma activa y respetuosa, repercutiendo positivamente en el bien de los pacientes con miastenia gravis”, ha resaltado.*

Finalmente, **Elena Fernández**, directora de la Fundación para la Formación de la OMC ha explicado que este curso *“es de **autoformación** porque es el propio profesional el que adapta los contenidos a su disponibilidad horaria y laboral”*. Además, esta formación está acreditada con **20 Créditos Ecmecs** (European Continuous Medical Education Credits) de **Seaformec** (Consejo Profesional Médico Español de Acreditación) y **UEMS** (Union Européenne de Médecins Spécialistes), que, en virtud de los acuerdos con el Ministerio de Sanidad, tienen una equivalencia de **3 Créditos Españoles de Formación Continuada** del Sistema Nacional de Salud.

Debilidad muscular fluctuante

La miastenia gravis es una enfermedad autoinmune crónica y rara, mediada por autoanticuerpos IgG, que alteran la comunicación neuromuscular, dando lugar a debilidad muscular fluctuante. Aproximadamente el **85% de las personas con miastenia gravis evolucionan a miastenia gravis generalizada en 24 meses**, pudiendo verse afectados músculos de todo el cuerpo.

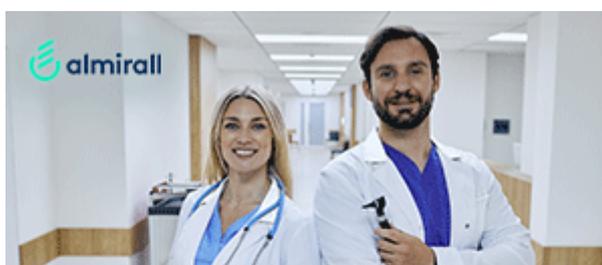
Como la enfermedad afecta a la transmisión neuromuscular, los pacientes sufren **debilidad o fatigabilidad de los músculos voluntarios**, que empeora con la actividad física. La debilidad puede aparecer en varios grupos musculares, pudiendo causar diplopía o ptosis palpebral, a nivel ocular, o afectando a otras zonas, como la cara o la garganta, causando dificultad para hablar, masticar, tragar o, incluso, respirar.

Noticias complementarias



Tomar el control en una enfermedad fluctuante: una aplicación monitoriza semanalmente la miastenia gravis para detectar exacerbaciones de forma precoz

ARGENX , C1 , FORMACION , MIASTENIA , MIASTENIA GRAVIS , OMC



almirallmed

Portal Exclusivo para
Profesionales Sanitarios



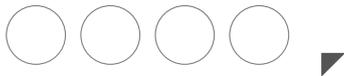
COMARCAS

Connoción en Aitona por la muerte de un joven de 18 años

Aitona se viste de luto después de la repentina muerte del joven Pol Guàrdia Escuer, actual 'hereu' de la villa

+ [Un padre y su hijo, de 60 y 21 años y vecinos de Madrid, mueren tras un brutal choque en Lleida](#)

+ [Imágenes de la gran riada de noviembre de 1982](#)





Pol Guàrdia Escuer, vestido de 'hereu' de Aitona



SEGRE

Creado: 18.12.2024 | 08:47

Actualizado: 18.12.2024 | 08:48

La localidad leridana de Aitona se encuentra inmersa en una profunda tristeza después de la repentina defunción de Pol Guàrdia Escuer, un joven de tan sólo 18 años que ocupaba el cargo de *hereu* de la villa este 2024. La tragedia ha sacudido este municipio de la comarca del Segrià, que se ha vestido de duelo para despedir a quien tenía que ser su máximo representante en los próximos días.

Según ha informado el ayuntamiento, Pol murió ayer en el hospital después de sufrir un **derrame cerebral** el pasado domingo mientras esquiba con sus padres a la estación de esquí de Boí Taüll. A pesar de ser atendido de urgencia en la enfermería del complejo y posteriormente evacuado en helicóptero a un centro hospitalario de Barcelona, los esfuerzos médicos no pudieron salvarle la vida.

Una pérdida que deja un gran vacío

La noticia ha causado una gran conmoción entre el vecindario de Aitona. "Es una muerte que nos ha dejado a todos tremendamente afectados. Pol era un chico muy amado y activo en la vida del pueblo, su sonrisa y compromiso con la villa dejarán un gran vacío difícil de llenar"

durante los cuales las banderas ondearán a media asta. Además, se han suspendido varios actos y celebraciones previstas para los próximos días, como la Fiesta de los Quintos, las cenas de hermandad de diferentes colectivos o el baile dominical de la asociación de personas mayores.

También se han aplazado las actividades extraescolares que la Escuela Francesc Feliu tenía programadas, en señal de pésame hacia la familia y amigos del joven en estos momentos tan difíciles.

Investigación sobre hemorragias cerebrales en jóvenes

Aunque las hemorragias cerebrales o ictus hemorrágicos son más frecuentes en personas de edad avanzada, en torno a un 15% de los casos afectan a menores de 45 años según datos de la Sociedad Española de Neurología. Los factores de riesgo en jóvenes suelen ser malformaciones arteriovenosas congénitas, trastornos de coagulación, tumores cerebrales, consumo de drogas o traumatismos craneales severos.

La investigación médica se centra en mejorar las técnicas de diagnóstico precoz y los tratamientos de emergencia para minimizar los daños y secuelas de un derrame en edades tempranas. La prevención y la detección de factores de riesgo modificables también son clave para reducir la incidencia de estas patologías potencialmente letales en jóvenes.

Hoy también te recomendamos



Restablecida la circulación de trenes entre Lleida y La Pobla tras 4 horas de corte



Gobierno y Generalitat liquidan la MAT de Forestalia por el Pallars Jussà



La nueva RL4 solo llegará a Manresa y habrá que hacer transbordo hasta Barcelona

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



Portada [Etiquetas](#)

La OMC presenta una guía para mejorar el abordaje de la miastenia gravis



Agencias

Martes, 17 de diciembre de 2024, 15:58 h (CET)

MADRID, 17 (SERVIMEDIA)

La Organización Médica Colegial de España (OMC), a través de su Fundación para la Formación (Ffomc), presentó este martes un programa formativo sobre las Pautas de Actuación y Seguimiento (PAS) referentes a la miastenia gravis, una enfermedad autoinmune crónica y rara que provoca debilidad muscular fluctuante.

Según informó la OMC, estas pautas consisten en un conjunto de publicaciones que tienen como fin la transición de una práctica centrada en la enfermedad a la atención enfocada en el paciente, teniendo en cuenta además la continuidad de la asistencia y el posterior seguimiento de estas personas.

La miastenia gravis es una enfermedad autoinmune crónica y rara, mediada por autoanticuerpos IgG, que alteran la comunicación neuromuscular, dando lugar a debilidad muscular fluctuante. Cerca del 85% de los pacientes con miastenia gravis evolucionan a miastenia gravis generalizada en 24 meses, pudiendo verse afectados músculos de todo el cuerpo.

Como la enfermedad afecta a la transmisión neuromuscular, los afectados padecen debilidad y/o fatigabilidad de los músculos voluntarios, que empeora con la actividad física. La debilidad puede aparecer en varios grupos musculares, pudiendo causar diplopía o ptosis palpebral -a nivel ocular- o afectando a otras zonas, como la cara o la garganta, causando dificultad para hablar, masticar, tragar o, incluso, respirar.

OBJETIVO DE LAS PAS

El objetivo de las PAS es informar y formar a los profesionales sanitarios para mejorar la atención recibida por los pacientes con esta enfermedad poco frecuente, que afecta a unas 15.000 personas en España, según datos de la Sociedad Española de Neurología de 2024.

Las PAS de miastenia gravis es una actividad de formación continuada y acreditada. Los profesionales sanitarios interesados en evaluarse y en optar al

Lo más leído

1 Siete consejos para implementar una campaña de email marketing que debes conocer

2 Éxito de participación en la Olimpiada Matemática Catalana organizada por la Sociedad Catalana de Matemáticas (SCM)

3 Cese del fuego para soplar brasas

4 (D)evaluación continua

5 Wrapped Digital 2024: ¿qué ha sido lo más consumido en Internet en España?

Noticias relacionadas

El racismo y el abuso sexualizado siguen utilizándose en un 48% para atacar a los atletas en redes sociales

La Asociación Mundial de Atletismo (World Athletics) publicó este jueves las conclusiones de un estudio realizado durante los Juegos Olímpicos de Paris 2024 con el objetivo de identificar y proteger a los atletas de los mensajes abusivos enviados a través de las plataformas de las redes sociales, siendo el racismo, con un 18%, y el abuso sexualizado (30%) los principales problemas.

Pesadillas fiscales y sueños monetarios

Menuda semana tras el breve descanso. Precios del petróleo, cifras de inflación, titulares fiscales y debates sobre la reunión del BCE de la próxima semana. Nos visitaron fantasmas del pasado, del presente y, potencialmente, del futuro próximo.

IAG pide más control en los pasaportes en los aeropuertos

El consejero delegado de International Airlines Group (IAG), Luis Gallego, destacó este viernes "el buen funcionamiento" de los aeropuertos españoles en comparación con otros de Europa, entre los que citó los de Londres, Ámsterdam y Frankfurt, según dijo una conferencia con periodistas en relación con los resultados del 'holding' de Iberia y Vueling en el primer semestre.

diploma acreditativo, deberán dirigirse al Campus Virtual de la Fundación para la Formación de la Organización Médica Colegial.

A este respecto, el secretario general de la OMC y la Ffomc y coordinador de las PAS, el doctor José María Rodríguez Vicente, resaltó que “esta publicación continúa la línea de acción de la corporación médica de ofrecer conocimiento científico a los profesionales que redunde en una mejor prestación y atención clínica a los pacientes, rebajar coste para el sistema y, por tanto, obtener un beneficio para todo el Sistema Nacional de Salud”.

OPCIONES TERAPÉUTICAS

La coordinación científica de las PAS corrió a cargo de la doctora Elena Cortés Vicente, de la unidad de Patología Neuromuscular del servicio de Neurología del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau de Barcelona.

“Son unas guías muy prácticas y útiles para los neurólogos y otros profesionales que no se dedican tanto a esta patología porque, al ser una enfermedad muy heterogénea y en los que los síntomas fluctúan mucho, dificulta el diagnóstico y el tratamiento. Estamos en un momento muy ilusionante, con nuevas opciones terapéuticas que estamos aprendiendo a manejar, con mecanismos de acción más específicos con mejor eficacia y menos efectos adversos. Estoy muy contenta del resultado de las PAS”, destacó.

Por su parte, la doctora Teresa Sevilla Mantecón, del servicio de Neurología del Hospital Universitari i Politècnic La Fe de Valencia, remarcó que “es importante ofrecer información y asesoramiento proactivo a las mujeres que deseen reproducirse y a sus parejas, despejar sus dudas respecto a la evolución durante el embarazo, riesgo por los fármacos que toma y ofrecer una atención integral desde el especialista en Neurología, junto con expertos de otras especialidades como Obstetricia, Neonatología y, si fuera necesario, cuidados intensivos neonatales”.

Finalmente, la directora de la Fundación para la Formación de la OMC, Elena Fernández, explicó que este curso “es de autoformación porque es el propio profesional el que adapta los contenidos a su disponibilidad horaria y laboral. Además, esta formación está acreditada con 20 Créditos Ecmecs (European Continuous Medical Education Credits) de Seaformec (Consejo Profesional Médico Español de Acreditación) y UEMS (Union Européenne de Médecins Spécialistes), que, en virtud de los acuerdos con el Ministerio de Sanidad, tienen una equivalencia de 3 Créditos Españoles de Formación Continuada del Sistema Nacional de Salud”.

TE RECOMENDAMOS

[← Volver atrás](#) [Al día](#)
13 DICIEMBRE 2024



Los neurólogos presentan el informe "Impacto sociosanitario de las enfermedades neurológicas en España"



Infórmate y mantente actualizado con nuestra newsletter

Disfruta de contenido actualizado, formaciones y mucho más con la newsletter que enviamos cada semana.

Correo Electrónico

ACEPTO SUSCRIBIRME A LA NEWSLETTER

He leído y acepto la Política de Privacidad y consiento el tratamiento de mis datos personales con dicha finalidad

Conócenos

Explora

Asociaciones

Actualidad

Nuestros premios

Accede al apartado personal de asociaciones

Contacta con nosotros



[Política de Privacidad](#)

[Política de Cookies](#)

[Aviso legal](#)



diferente gravedad, pero cuya morbilidad produce un impacto muy significativo en las condiciones de salud, económicas o laborales de las personas que las padecen. El informe también señala además, que, en todas las edades de la vida, se trata de un grupo de enfermedades más prevalente en mujeres que en hombres.

"Las enfermedades neurológicas son enfermedades frecuentes y en ocasiones muy incapacitantes como por ejemplo, migraña, esclerosis múltiple o epilepsia o incluso mortales, como la ELA. Y, dado que muchas de estas enfermedades -como son el ictus, la enfermedad de Parkinson, las demencias y otras enfermedades neurodegenerativas- van asociadas al envejecimiento, por las características poblacionales de nuestro país, es previsible un incremento de todas estas patologías", señala el Dr. Javier Camiña, vocal de la Sociedad Española de Neurología.

Precisamente referido a España, este informe refleja cómo **la prevalencia de las enfermedades neurológicas es un 18% superior a la media global**, y en concreto un 1,7% por encima de la de otros países de nuestro entorno, lo que se relaciona con las características de nuestra pirámide poblacional así como con la alta esperanza de vida de los españoles.



El impacto de las enfermedades neurológicas

Las enfermedades neurológicas constituyen, además, una gran carga que condiciona la calidad de vida, no solo del paciente sino también de sus familias y de la sociedad en su conjunto por la discapacidad que producen: solo en 2021, se calcula que **los años vividos con discapacidad por enfermedades neurológicas, suponen alrededor de un millón de años y los años de vida perdidos más de medio millón en nuestro país.**

Respecto al impacto que las enfermedades neurológicas supone en la asistencia hospitalaria, los datos indican que se ha producido un incremento en el volumen de la atención hospitalaria. Si en 2001, **el total**

de pacientes ingresados en los hospitales españoles por enfermedades neurológicas suponían el 4,2%, estas cifras han ido creciendo hasta suponer el 5,5% en 2018. Y este incremento es especialmente significativo en demencias, incluyendo la enfermedad de Alzheimer. En todo caso, de entre todas las patologías neurológicas, el ictus es la enfermedad más frecuente como causa de hospitalización y constituye la tercera enfermedad por número de ingresos hospitalarios en nuestros hospitales.

El informe también destaca que, además del número de pacientes, **las enfermedades neurológicas suponen un volumen muy alto de estancias hospitalarias:** cada paciente ingresado por patología neurológica supone de media una estancia de 11,8 días, siendo la demencia la segunda enfermedad específica con la mayor estancia media por paciente. Por otra parte, también estima que entre 2.196.000 y 3.928.000 españoles, pasarían por las consultas de Neurología a lo largo de un año. Es decir que entre el 5 y 8% de la población española requerirán consultar con un neurólogo a lo largo de un año.

INFORME SEN

IMPACTO SOCIOSANITARIO DE LAS ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS EN ESPAÑA



Además, **las enfermedades neurológicas son las responsables del 19% de la mortalidad de nuestro país**, con un mayor peso entre las mujeres (23,5%) frente a los hombres (14,5%). "El informe también ha

analizado la progresión de la mortalidad de las cinco principales enfermedades neurológicas causantes de fallecimientos en los últimos 10 años y, en números absolutos, se ha producido un incremento en la mortalidad en todas ellas, excepto en ictus, donde la mejora en los cuidados y los tratamientos instaurados en los últimos años (unidades de ictus, fibrinólisis, trombectomía) han disminuido esta mortalidad de forma significativa", comenta el Dr Javier Camiña. "Pero el resto de las patologías, han mostrado una progresión creciente, muy llamativa por ejemplo en el conjunto de las demencias".

Otro indicador más de la relevancia de la patología neurológica respecto a la mortalidad es el relativo a las muertes por eutanasia, de la cual se recogen datos desde el año 2021, y que señalan que **las patologías neurológicas fueron la causa más frecuente entre las personas a las que se practicó la eutanasia (260 fallecidos en 2022)**. Dentro de este grupo, el 42% sufrían ELA, el 11%, esclerosis múltiple y el 8,5%, enfermedad de Parkinson.

"En base a todas estas cifras queda mostrado el porqué es necesario poner en marcha estrategias de salud que ayuden a contribuir a disminuir el impacto de las enfermedades en la población", concluye el Dr. Jesús Porta-Etessam, presidente de la SEN. "Son necesarios los programas de prevención (por ejemplo, de salud vascular o salud cognitiva) y programas de formación de la población. Pero también estrategias para el diagnóstico precoz de las enfermedades, garantizando el acceso a la valoración neurológica y a las exploraciones necesarias, así como promocionar la investigación en el ámbito neurológico para garantizar la existencia y disponibilidad de tratamientos eficaces para cada una de las patologías".

Noticias relacionadas



Más del 50% de las mujeres sufrirá...

Un homenaje en forma de vídeo para...



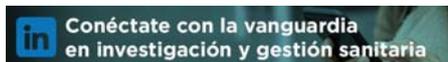
L
◀



INICIATIVA CREDITADA PARA LA INNOVACIÓN MÉDICA

Más investigación y concienciación para la esclerosis múltiple

El 18 de diciembre se conmemora el Día Nacional de la Esclerosis Múltiple, fecha para poner de manifiesto la situación de los afectados por esta enfermedad crónica neurodegenerativa que afecta a más de 55.000 personas en España.



17/12/2024

Como explica **Pedro Cuesta Aguilar**, presidente de la Asociación Española de Esclerosis Múltiple (AEDEM-COCEMFE), "los síntomas más comunes incluyen fatiga extrema, problemas de visión, debilidad muscular, hormigueos, espasmos, vértigos y dificultades de equilibrio y coordinación. Además, existen síntomas menos visibles pero muy incapacitantes, como el deterioro cognitivo, la depresión, la ansiedad y el dolor crónico. Esta diversidad y variabilidad en los síntomas hace que cada caso sea único y que el impacto en la vida diaria sea muy diferente de una persona a otra".

En este sentido, contextualiza que "estamos en un momento donde se han logrado avances importantes, pero aún enfrentamos muchos desafíos". Como describe, se diagnostica mayoritariamente entre los 20 y 40 años, una etapa clave para el desarrollo personal y profesional. Y resalta que, "por suerte, la investigación va dando frutos y cada año surgen nuevos medicamentos para controlar la enfermedad. Por ejemplo, en el Congreso ECTRIMS se han presentado resultados de un fármaco en fase III que podría reducir la progresión de la discapacidad en un 30 % y que podría ser aprobado en Europa a finales de 2025. Además, los métodos de diagnóstico han mejorado con nuevas técnicas de resonancia magnética y análisis del líquido cefalorraquídeo, lo que facilita una detección más temprana y precisa".

No obstante, matiza que, a pesar de estos avances, aún queda mucho por investigar para comprender las causas exactas de la enfermedad y desarrollar tratamientos más efectivos. Además, explica que, hoy en día, se cuenta con terapias modificadoras de la enfermedad que pueden ralentizar su progresión y reducir las recaídas. Sin embargo, hay síntomas, como la fatiga o el deterioro cognitivo, para los que aún no disponemos de tratamientos totalmente efectivos. Por eso, "es fundamental que sigamos invirtiendo en investigación para descubrir nuevas terapias que no solo frenen la enfermedad, sino que también reparen los daños causados".

Cómo concienciar más a la sociedad

El experto opina que, para ello, "no estamos completamente preparados. La esclerosis múltiple afecta áreas fundamentales de la vida, y muchos de sus síntomas son invisibles, como el dolor crónico, la fatiga o los problemas cognitivos, lo que lleva a una falta de comprensión en el entorno laboral y social". Así, informa de que "es esencial aumentar la concienciación a través de campañas informativas y educativas que den visibilidad a las experiencias reales de las personas afectadas. Iniciativas como nuestra campaña 'ContEMos historias (con Esclerosis Múltiple)' ayudan a visibilizar el impacto del diagnóstico en la vida diaria de las personas con esclerosis múltiple y sus familias. Además, es necesario implementar políticas que faciliten el mantenimiento del empleo y facilitar el acceso a medidas de protección social desde el momento del diagnóstico".

Principales reivindicaciones del colectivo

Cuesta Aguilar detalla que, desde AEDEM-COCEMFE, llevan años reclamando mayor protección social desde el diagnóstico, para facilitar el acceso a medidas de apoyo que permitan mantener la calidad de vida y participación en la sociedad de las personas con esclerosis múltiple. "Otra demanda clave es asegurar una financiación estable y suficiente para las asociaciones de esclerosis múltiple, que ofrecen servicios esenciales como rehabilitación, apoyo psicológico e información desde el momento del diagnóstico. Sin una financiación garantizada y abonada a tiempo, corremos el riesgo de no poder dar continuidad a estos servicios fundamentales y que gran parte del tejido asociativo desaparezca", asegura el presidente de la asociación, quien remarca, además, que "es fundamental que los pacientes reciban una atención integral que incluya rehabilitación física, apoyo psicológico y asesoramiento social".

En este sentido, "mantener una rutina con actividad física adaptada, una dieta equilibrada y un buen descanso ayuda a gestionar mejor los síntomas. Además, es crucial contar con una red de apoyo familiar, social y profesional. Las asociaciones de pacientes son un recurso muy valioso, ya que ofrecen servicios específicos y un espacio para compartir experiencias con otras personas que viven con la enfermedad", apunta.

A lo que la Dra. **Ana Belén Caminero**, coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la Sociedad Española de Neurología (SEN), añade que es importante un acceso equitativo a tratamientos innovadores: garantizar que

todas las personas con esclerosis múltiple, independientemente de su lugar de residencia, puedan acceder a los últimos tratamientos modificadores de la enfermedad (TME), tratamientos sintomáticos, rehabilitación física y cognitiva, y apoyo psicológico. Esto incluye eliminar barreras administrativas o económicas. También una mayor inversión en investigación en campos como la neuroprotección y la remielinización.

Asimismo, la doctora considera fundamental fomentar estudios que exploren factores ambientales y genéticos asociados a la enfermedad, que puedan ayudar a prevenirla y disminuir su incidencia. A lo que suma una flexibilidad laboral y protección de derechos: adaptar las leyes laborales para proteger a las personas con esclerosis múltiple, incluyendo el teletrabajo, horarios flexibles, y evitar despidos discriminatorios por motivos de salud, así como fortalecer la atención multidisciplinaria.

Por otra parte, también es preciso ampliar el acceso a servicios de rehabilitación física, cognitiva, psicológica y social para mejorar la calidad de vida y prevenir el deterioro funcional; crear equipos de atención integral en hospitales y centros especializados. También un reconocimiento de la discapacidad progresiva: facilitar el acceso rápido y sencillo al reconocimiento del grado de discapacidad, evitando trámites burocráticos excesivos y adaptándolo a las características fluctuantes de la enfermedad.

Y una concienciación social y eliminación del estigma: promover campañas de educación y sensibilización para que la sociedad comprenda los síntomas visibles e invisibles de la esclerosis múltiple, como la fatiga o las alteraciones cognitivas.

La experta también apunta en qué es verdad que "el diagnóstico se hace de forma mucho más precoz, con más seguridad y esto permite implementar tratamientos en fases muy precoces, lo que se sabe que incide en el pronóstico de la enfermedad. Además, disponemos de múltiples tratamientos modificadores de la enfermedad (TME), que han demostrado eficacia en reducir la frecuencia de recaídas, ralentizar la progresión de la discapacidad y controlar la actividad inflamatoria detectada en resonancia magnética. Sin embargo, todavía no contamos con una cura definitiva ni con terapias que ralenticen el componente degenerativo de la enfermedad o que logren una regeneración completa del daño neurológico".

Según cuenta, la investigación actual se centra en identificar los factores de riesgo genéticos y ambientales; identificar biomarcadores en líquidos biológicos (sobre todo en sangre) que tengan valor pronóstico para poder predecir el curso de la enfermedad y determinar la respuesta terapéutica de una forma precoz, así como encontrar tratamientos que ralenticen la progresión de la discapacidad independiente de brotes y con ello, que mejoren el pronóstico a medio y largo plazo, más allá del componente inflamatorio focal de la enfermedad (causante de brotes y de la aparición de nuevas lesiones focales radiológicas). También mejorar las terapias neuroprotectoras y regenerativas y optimizar los tratamientos según las características individuales de los pacientes (medicina personalizada).

Así, detalla Caminero, "la esclerosis múltiple es significativamente más frecuente en mujeres que en hombres, con una proporción aproximada de 3:1. Este predominio femenino sugiere un rol importante de factores hormonales y genéticos en la susceptibilidad a la enfermedad. Además, la mayor incidencia en mujeres se ha incrementado en las últimas décadas, aunque las razones no están completamente claras".

Otro problema, insiste, es que la esclerosis múltiple tiene un impacto significativo en la vida laboral, personal y social de quienes la padecen. Aunque se han dado pasos importantes en diagnóstico, tratamiento y apoyo, aún queda mucho por hacer en esta enfermedad. Algunos aspectos que inciden negativamente en los pacientes con esta enfermedad de cara a conciliar su enfermedad con la vida laboral, familiar, personal o social son:

- **Estigmatización.** Las personas con esclerosis múltiple enfrentan incompreensión sobre los síntomas invisibles, como fatiga, dolor, problemas cognitivos, trastornos esfinterianos y otros.
- **Adaptaciones laborales insuficientes.** Muchas empresas desconocen cómo integrar y apoyar a trabajadores con esclerosis múltiple, lo que dificulta su continuidad en el empleo.
- **Falta de acceso equitativo a tratamientos y terapias.** No todos los pacientes reciben los mismos niveles de atención médica, especialmente en regiones con menos recursos y en lo referente a rehabilitación física y cognitiva.

¿Cómo se podría encontrar más para afrontar esta realidad?

La doctora Caminero opina que hay varias cosas que se podrían hacer para mejorar. Entre ellas:

- **Campañas de sensibilización pública.** Promover el conocimiento sobre los síntomas visibles e invisibles de la esclerosis múltiple, explicando cómo afecta la vida diaria; y utilizar medios de comunicación y redes sociales para destacar historias reales de personas con esclerosis múltiple y cómo superan los desafíos.
- **Educación en el entorno laboral.** Impulsar programas de formación para empleadores y compañeros de trabajo sobre cómo apoyar a personas con discapacidades crónicas; y promover la implementación de medidas de flexibilidad laboral, como el teletrabajo o la adaptación de horarios.
- **Fortalecer el apoyo social y comunitario.** Fomentar redes de apoyo, tanto a nivel familiar como comunitario, para ayudar a las personas con esclerosis múltiple a mantener su independencia; y aumentar la presencia de grupos de pacientes y asociaciones en actividades locales.
- **Políticas inclusivas.** Exigir a las autoridades medidas que garanticen acceso equitativo a medicamentos, rehabilitación y apoyo psicológico, y promover leyes y programas que protejan los derechos laborales de las personas con esclerosis múltiple.
- **Educación desde edades tempranas.** Incluir temas de discapacidad y enfermedades crónicas en los planes educativos para fomentar la empatía y la inclusión desde la niñez.

Sin duda, "es crucial crear un entorno más inclusivo, educar a la sociedad y garantizar el acceso equitativo a los recursos. La clave para afrontar esta realidad es combinar el esfuerzo de individuos, instituciones y gobiernos", concluye.

Algunos consejos

Como describe **Beatriz Martínez de la Cruz**, directora de Esclerosis Múltiple España, el abanico de síntomas que se pueden presentar es impresionante. La fatiga, los problemas de visión, la debilidad muscular, la falta de coordinación y equilibrio, son algunos de los más frecuentes, pero también se pueden presentar otros, como déficit cognitivo, trastornos en la sensibilidad, incontinencia, problemas de habla y deglución, y un largo etcétera.

Por ello, explica que tener hábitos de vida saludables es siempre un buen punto de partida para que la calidad de vida sea óptima cuando se vive con esclerosis múltiple. Por supuesto, también lo es acceder a información fiable.

Asimismo, seguir los tratamientos médicos adecuados en cada caso, hacer rehabilitación cuando es preciso, recurrir a apoyo emocional en los momentos más delicados, y asesorarse bien de mano de profesionales especializados, también son puntos a tener en cuenta para paliar los efectos de la esclerosis múltiple. "También recomendamos que las personas con esclerosis múltiple acudan a su asociación más cercana. Allí les van a acompañar en todo el proceso que lleva el diagnóstico de una enfermedad tan compleja y heterogénea", agrega.

Es necesario, además, "apoyar la investigación en la esclerosis múltiple", asegura, y añade: "Tenemos que resolver aspectos importantes de la calidad de vida, que es muy necesario, pero solo con la investigación llegaremos a la solución".

Puedes leer el artículo en PDF aquí.



#esclerosis múltiple #investigación #concienciación #aedem-cocemfe

TE RECOMENDAMOS



Monitorización neurofisiológica intraoperatoria para minimizar posibles lesiones neurológicas

Publicidad

¡Aproveche la oferta!

Publicidad Slimdoo.com



Reseña: Por qué todo el mundo se vuelve loco por este enrutador WiFi portát...

Publicidad Ryoko



europa press Europa Press

Seguir

42.8K Seguidores



La Unidad de Esclerosis Múltiple del Macarena celebra este jueves su jornada anual sobre la enfermedad

Historia de Europa Press • 1 semana(s) • 1 minutos de lectura



Equipo de la Unidad de Esclerosis Múltiple del Macarena © HOSPITAL MACARENA

SEVILLA, 11 (EUROPA PRESS)

Este destacado foro, un encuentro con el aval docente y cientí Comentarios

la Sociedad Española de Neurología, que tendrán carácter presencial y telemática, contará con la participación de profesionales de la Unidad de Esclerosis del Hospital Universitario Virgen Macarena (UEMAC), Unidad que es centro de referencia nacional en el tratamiento de esta enfermedad autoinmune.



LOWI

Ha llegado a LOWI Netflix.
Disfruta de la perfecta...

Publicidad

El evento contará con líderes de opinión en Esclerosis Múltiple a nivel nacional y europeo, y estará dirigido a profesionales sanitarios y no sanitarios interesados en la patología.

El manejo integral de la enfermedad; novedades en el ámbito de los biomarcadores; el abordaje de la enfermedad en poblaciones especiales como personas con edad avanzada; innovación en el diagnóstico de esclerosis múltiple; y actualización en terapias en enfermedades desmielinizantes, son las materias que se explorarán en esta jornada científica.

La Esclerosis Múltiple es la patología crónica autoinmune más común del sistema nervioso central que afecta a personas jóvenes, aunque también aparece en población pediátrica y mayores de 55 años. La UEMAC atiende cada año a más 2.500 pacientes que acuden desde diferentes zonas del territorio nacional.

Aunque hoy día sigue siendo desconocido el origen de esta enfermedad, sí se han identificado factores ambientales de riesgo, entre otros el antecedente de mononucleosis por virus Epstein Barr (VEB).

Contenido patrocinado



Guías de Salud

HLA Vistahermosa QUIRÓNSALUD Más que salud Medicina Dietas Fitness Cuidamos tu salud

NEUROLOGÍA

Por qué llaman a la incurable esclerosis múltiple "la enfermedad de las mil caras"

Se trata de una dolencia difícil de diagnosticar porque dependiendo del área afectada, los síntomas serán completamente distintos

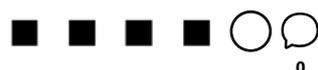


Esclerosis múltiple es la enfermedad de las mil caras / IMAGEN DE CODIPUNNETT EN PIXABAY

PUBLICIDAD

Rebeca Gil

18 DIC 2024 17:30 Actualizada 18 DIC 2024 17:30



0

La palabra esclerosis múltiple **produce escalofríos** cuando la escuchamos.

PUBLICIDAD

Pero en muchas ocasiones, cuando la pronunciamos no sabemos realmente a qué nos estamos refiriendo.

Noticias relacionadas

Día Mundial Esclerosis Múltiple: ¿Cuáles son los primeros síntomas que nos pueden hacer sospechar?

¿Por qué hay que ir en ayunas a un análisis de sangre? ¿Se puede beber agua?

El **doctor Miguel Ángel Llaneza, Coordinador Grupo de Estudio de Enfermedades Desmielinizantes de la Sociedad Española de Neurología** , explica que **hay muchas esclerosis** que pueden no afectar al organismo:

"Este término médico significa un endurecimiento de cualquier tejido del organismo. Y por tanto hay diferentes tipos como:

PUBLICIDAD

- Esclerosis **tuberosa**
- **esclerodermia**
- Esclerosis **cutánea**
- Esclerosis **sistémica...**"

En España, más de 50.000 personas padecen esclerosis múltiple y cada año se diagnostican unos 2.000 casos nuevos.

Día Nacional de la Esclerosis Múltiple: Controlar la inflamación de manera temprana previene la discapacidad

Día Nacional de la Esclerosis Múltiple: Controlar la inflamación de manera temprana previene la discapacidad

¿Por qué es la enfermedad de las mil caras?

La **esclerosis múltiple es una** enfermedad neurológica **crónica y degenerativa, que se produce porque el sistema inmunológico ataca de forma anormal a la mielina** (la capa aislante, o vaina, que recubre los nervios, incluso los que se encuentran en el cerebro y la médula espinal.) produciendo lesiones en el sistema nervioso central.

PUBLICIDAD



La causa que provoca la aparición de esta enfermedad **es todavía desconocida.**

PUBLICIDAD

Los expertos **piensan que puede haber algún factor ambiental**, como una infección viral, la falta de exposición a la luz solar, algún tóxico que puede desencadenarla en individuos con una predisposición genética a ella.

- “En un momento dado – explica el doctor Llaneza- y **por causas desconocidas, el sistema inmune, encargado de defendernos** de infecciones víricas, bacterianas, y de vigilar que no se desarrollen espontáneamente tumores, **se vuelve loco y comienza a atacar las estructuras propias del organismo** al reconocerlas como extrañas”.

En el caso de la esclerosis múltiple, **la diana del sistema inmune es la mielina** que recubre las fibras nerviosas situadas en el encéfalo o la médula.

- Este tipo de esclerosis es conocido también como **la enfermedad de las 1.000 caras** .

La razón es que **dependiendo del área del sistema del encéfalo o de la médula afectada, los síntomas serán completamente distintos**.



Esclerosis múltiple, tantas caras como síntomas puede presentar / FOTO DE IVAN SAMKOV: [HTTPS://WWW.PEXELS.COM/ES-ES](https://www.pexels.com/es-es)

Síntomas de la esclerosis múltiple

Es una enfermedad que puede cursar de muy diferentes maneras.

- Con la pérdida de **visión** de un ojo, si afecta a un **nervio óptico**
- Como un cuadro de **vértigos** cuando la afectación se produce en el **cerebelo**, la parte que controla el equilibrio.
- También puede afectar a la **sensibilidad del brazo y la pierna** de un lado del cuerpo o de las dos piernas, en función de la parte de la **médula** que sea afectada.

Pero hay otros **síntomas muy inespecíficos como:**

- Fatiga
- Cansancio
- problemas cognitivos
- Trastornos de memoria
- Pérdida de la capacidad de concentración
- Disminución de la capacidad de procesar la información.

Y la realidad es que no pocas veces estos síntomas se achacan, en un primer momento, a otras patologías como depresión, ansiedad, o al síndrome de fatiga crónica.

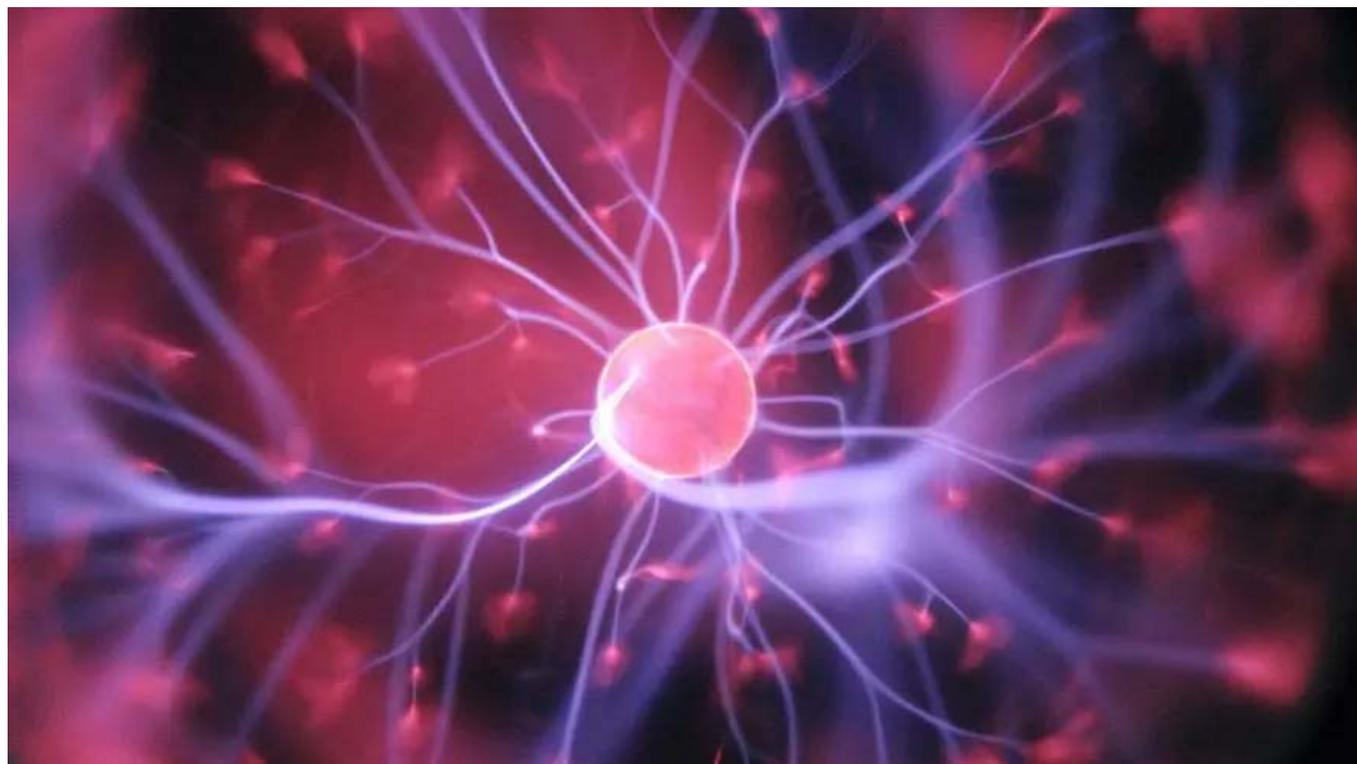
Demasiadas consultas antes de llegar al especialista

Esta variedad de síntomas inespecíficos hace que en muchas ocasiones los pacientes tengan que realizar un periplo por distintos especialistas como **traumatólogos, reumatólogos, oculistas... antes de llegar al neurólogo** y ser diagnosticados con lo que verdaderamente 'esconden', que es una esclerosis múltiple.

El problema añadido es que como en muchas otras enfermedades, **el tiempo es vital en el desarrollo de la esclerosis múltiple**.

El doctor Miguel Ángel Llaneza afirma que:

- **"La demora en el diagnóstico supone un retraso en el tratamiento que se va a traducir en una peor evolución de la enfermedad, con más secuelas a corto, medio y largo plazo"**.



Día Mundial de la esclerosis múltiple / FOTO DE HAL GATEWOOD EN UNSPLASH

Tipos de esclerosis múltiple

Hay varios tipos de esclerosis múltiple que **se pueden dividir en dos grupos**.

- Las formas de **esclerosis que cursan en brotes**.

Denominada esclerosis múltiple **recurrente-remitente**, suponen aproximadamente el **75% de los casos**.

“Son aquellos pacientes que tienen un **brote, un ataque, una crisis aguda, y luego se recuperan** , bien parcial o bien totalmente. Después pasan tiempo sin síntomas hasta que se vuelve a desatar otra crisis, pasado un tiempo, y así sucesivamente”.

▪ **El otro grupo son las formas progresivas** , entre las que se distinguen dos:

1. La **esclerosis múltiple primaria progresiva**, aquella en la que desde el inicio de la enfermedad **no hay brotes**, sino que el paciente empeora progresivamente.
2. La otra forma son las **secundarias progresivas** que son la evolución de las formas en brotes, es decir, con el tiempo tienden a disminuir el número de brotes hasta que desaparecen, pero comienza a haber un empeoramiento progresivo.

Una enfermedad que afecta especialmente a mujeres jóvenes

La esclerosis múltiple es una enfermedad que provoca discapacidad física y cognitiva y cuyos **primeros síntomas suelen comenzar a manifestarse cuando los pacientes son jóvenes, entre 20 y 30 años** , y afecta en especial a las mujeres.

3 de cada 4 pacientes con esclerosis remitente-recurrente son mujeres .

Según explica el neurólogo:

- “Con la esclerosis **ocurre lo mismo que con otras enfermedades autoinmunes, y es que sucede de forma especial a las mujeres** . Se cree que la causa podría tener alguna influencia hormonal”.
- “En la infancia, la prevalencia de esta enfermedad **es similar en niños y en niñas**.
- **Pero tras la pubertad** , las diferencias entre sexos de la incidencia de esclerosis múltiple se disparan.
- Y vuelven a igualarse tras la edad de la menopausia”.

Incapacitante física y psicológicamente

Dado el carácter crónico de esta enfermedad, **es común que los pacientes con esclerosis múltiple desarrollen otras comorbilidades** , siendo las más frecuentes los trastornos de **ansiedad y depresión** (22% y 24%, respectivamente).

Según un estudio realizado en Cataluña entre más de 5.500 pacientes, las personas con esclerosis múltiple no solo tienen más riesgo de desarrollar comorbilidades psiquiátricas, sino también **otras enfermedades como ictus o epilepsia** , que pueden retrasar el diagnóstico de la propia esclerosis múltiple, incrementar la tasa de brotes y aumentar la discapacidad que desarrollan los enfermos.

deterioro cognitivo

Aproximadamente el 50% de los pacientes con esclerosis desarrollará un deterioro cognitivo múltiple después de los 5 primeros años de evolución de la enfermedad.

- Los **problemas de memoria son las primeras señales de este deterioro, seguidas de las dificultades de atención** y, posteriormente, la pérdida de velocidad en el procesamiento de la información.

A pesar de las difíciles circunstancias que rodean a la esclerosis múltiple, **el doctor Llaneza asegura que “las cosas han cambiado mucho en los últimos 25 años** para esta enfermedad.

1. El primer tratamiento se comenzó a aplicar en el año 1995.
2. Desde entonces **se disponen de hasta 16 fórmulas farmacéuticas** para tratar la esclerosis múltiple”.

Te puede interesar

NUTRICIÓN

La nutricionista desmonta mitos sobre alimentación: ¿Los huevos suben el

PODOLOGÍA

El melanoma también puede aparecer en tus pies: ¿cómo protegerlos del sol?

NUTRICIÓN

“La regla de cinco”: la receta que adelgaza y alarga la vida, según

ENDOCRI

¿Has r

colesterol? ¿Y la zanahoria mejora la vista?

expertos de Harvard

lo que

“Gracias a estos tratamientos conseguimos que los pacientes tengan una **mayor esperanza de vida y una mejor calidad de vida**, logrando que el grado de discapacidad llegue a desarrollarse sea menor al de hace algunos años”, concluye el neurólogo.

TEMAS

NEUROLOGÍA

RESPONDE EL DOCTOR

TRAUMATOLOGÍA

REUMATOLOGÍA

CONTENIDO PATROCINADO

Taboola Feed

Las personas con sobrepeso deberían leer esto

Healthy Life

Haz clic aquí

Máquina de café Nespresso Pro

NespressoB2B

Más información

El regalo perfecto para estas fiestas

Nespresso

Ver más

Las primeras confesiones de Bárbara Rey en su entrevista: 'Lo que me hizo el rey, hoy se llamaría acoso

Woman

Este es el mayor error con el hongo de las uñas!

Gesundheits Woche

Más información

Quim Gutiérrez sorprende en televisión confesando cuál es su talento más oculto

Woman

Comenta esta noticia

PUBLICIDAD



Guías de Salud

[Dietas](#) [Fitness](#) [Cuidamos tu salud](#) [Vida equilibrium](#) [Consulta del doctor Vidal](#)

NEUROLOGÍA

Por qué llaman a la incurable esclerosis múltiple "la enfermedad de las mil caras"

Se trata de una dolencia difícil de diagnosticar porque dependiendo del área afectada, los síntomas serán completamente distintos



Esclerosis múltiple es la enfermedad de las mil caras / IMAGEN DE CODIPUNNETT EN PIXABAY

PUBLICIDAD

Rebeca Gil

18 DIC 2024 17:30 Actualizada 18 DIC 2024 17:31



0

La palabra **esclerosis múltiple** produce escalofríos cuando la escuchamos.

PUBLICIDAD

Pero en muchas ocasiones, cuando la pronunciamos no sabemos realmente a qué nos estamos refiriendo.

Noticias relacionadas

Día Mundial Esclerosis Múltiple: ¿Cuáles son los primeros síntomas que nos pueden hacer sospechar?

¿Por qué hay que ir en ayunas a un análisis de sangre? ¿Se puede beber agua?

El **doctor Miguel Ángel Llana**, **Coordinador** [Grupo de Estudio de Enfermedades Desmielinizantes de la Sociedad Española de Neurología](#), explica que **hay muchas esclerosis** que pueden no afectar al organismo:

"Este término médico significa un endurecimiento de cualquier tejido del organismo. Y por tanto hay diferentes tipos como:

PUBLICIDAD

- Esclerosis **tuberosa**
- **esclerodermia**

- Esclerosis **cutánea**
- Esclerosis **sistémica**...”

En España, más de 50.000 personas padecen esclerosis múltiple y cada año se diagnostican unos 2.000 casos nuevos.

Día Nacional de la Esclerosis Múltiple: Controlar la inflamación de manera temprana previene la discapacidad

Día Nacional de la Esclerosis Múltiple: Controlar la inflamación de manera temprana previene la discapacidad

¿Por qué es la enfermedad de las mil caras?

La **esclerosis múltiple es una [enfermedad neurológica](#) crónica y degenerativa, que se produce porque el sistema inmunológico ataca de forma anormal a la mielina** (la capa aislante, o vaina, que recubre los nervios, incluso los que se encuentran en el cerebro y la médula espinal.) produciendo lesiones en el sistema nervioso central.

La causa que provoca la aparición de esta enfermedad **es todavía desconocida.**

PUBLICIDAD

Los expertos **piensan que puede haber algún factor ambiental**, como una infección viral, la falta de exposición a la luz solar, algún tóxico que puede desencadenarla en individuos con una predisposición genética a ella.

- “En un momento dado – explica el doctor Llaneza- y **por causas desconocidas, el sistema inmune, encargado de defendernos** de infecciones víricas, bacterianas, y de vigilar que no se desarrollen espontáneamente tumores, **se vuelve loco y comienza a atacar las estructuras propias del organismo** al reconocerlas como extrañas”.

En el caso de la esclerosis múltiple, **la diana del sistema inmune es la mielina** que recubre las fibras nerviosas situadas en el encéfalo o la médula.

- Este tipo de esclerosis es conocido también como **la enfermedad de las 1.000 caras** .

La razón es que **dependiendo del área del sistema del encéfalo o de la médula afectada, los síntomas serán completamente distintos**.



Esclerosis múltiple, tantas caras como síntomas puede presentar / FOTO DE IVAN SAMKOV: [HTTPS://WWW.PEXELS.COM/ES-ES](https://www.pexels.com/es-es)

Síntomas de la esclerosis múltiple

Es una enfermedad que puede cursar de muy diferentes maneras.

- Con la pérdida de **visión** de un ojo, si afecta a un **nervio óptico**
- Como un cuadro de **vértigos** cuando la afectación se produce en el **cerebelo**, la parte que controla el equilibrio.
- También puede afectar a la **sensibilidad del brazo y la pierna** de un lado del cuerpo o de las dos piernas, en función de la parte de la **médula** que sea afectada.

Pero hay otros **síntomas muy inespecíficos como:**

- Fatiga
- Cansancio
- problemas cognitivos
- Trastornos de memoria
- Pérdida de la capacidad de concentración
- Disminución de la capacidad de procesar la información.

Y la realidad es que no pocas veces estos síntomas se achacan, en un primer momento, a otras patologías como depresión, ansiedad, o al síndrome de fatiga crónica.

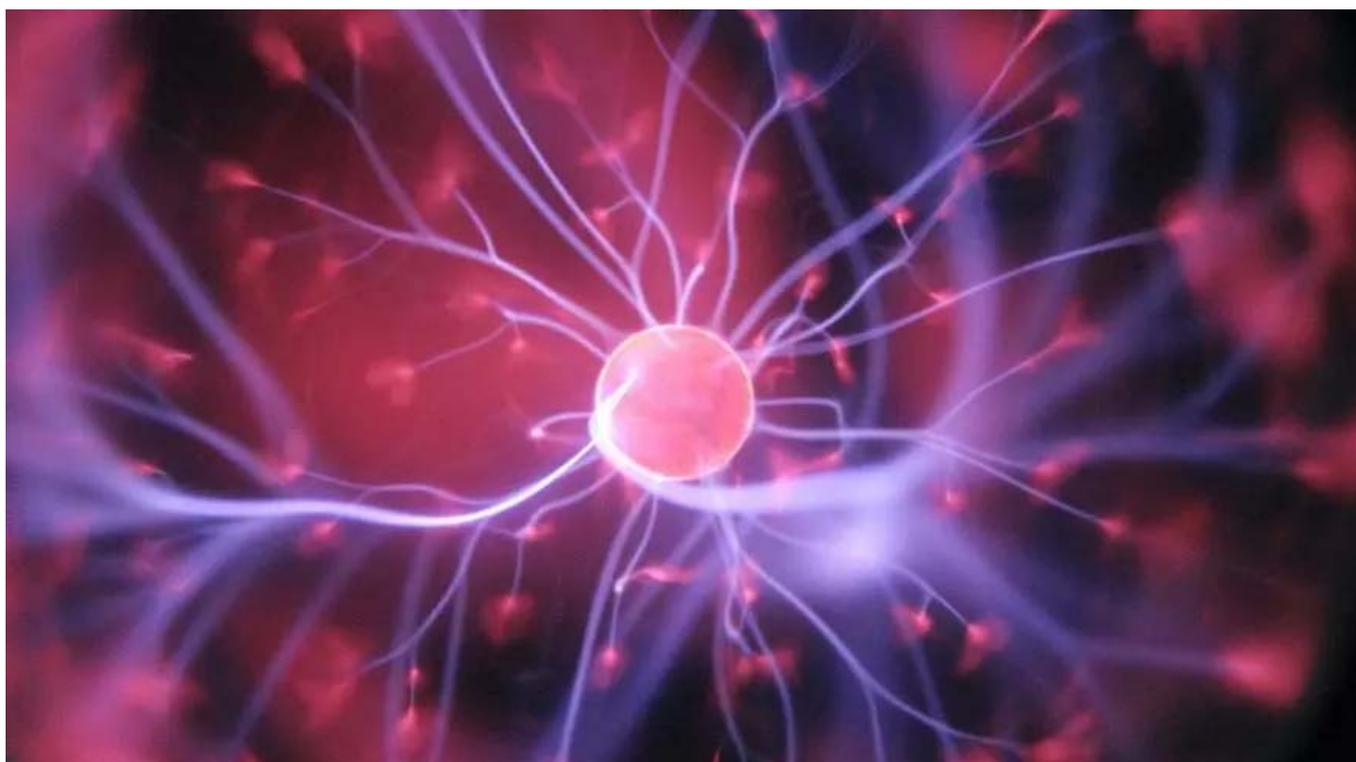
Demasiadas consultas antes de llegar al especialista

Esta variedad de síntomas inespecíficos hace que en muchas ocasiones los pacientes tengan que realizar un periplo por distintos especialistas como **traumatólogos, reumatólogos, oculistas... antes de llegar al neurólogo** y ser diagnosticados con lo que verdaderamente 'esconden', que es una esclerosis múltiple.

El problema añadido es que como en muchas otras enfermedades, **el tiempo es vital en el desarrollo de la esclerosis múltiple**.

El doctor Miguel Ángel Llaneza afirma que:

- **"La demora en el diagnóstico supone un retraso en el tratamiento que se va a traducir en una peor evolución de la enfermedad, con más secuelas a corto, medio y largo plazo"**.



Día Mundial de la esclerosis múltiple / FOTO DE HAL GATEWOOD EN UNSPLASH

Tipos de esclerosis múltiple

Hay varios tipos de esclerosis múltiple que **se pueden dividir en dos grupos** .

- Las formas de **esclerosis que cursan en brotes**.

Denominada esclerosis múltiple **recurrente-remitente**, suponen aproximadamente el **75% de los casos**.

“Son aquellos pacientes que tienen un **brote, un ataque, una crisis aguda, y luego se recuperan** , bien parcial o bien totalmente. Después pasan tiempo sin síntomas hasta que se vuelve a desatar otra crisis, pasado un tiempo, y así sucesivamente”.

- **El otro grupo son las formas progresivas** , entre las que se distinguen dos:

1. La **esclerosis múltiple primaria progresiva**, aquella en la que desde el inicio de la enfermedad **no hay brotes**, sino que el paciente empeora progresivamente.
2. La otra forma son las **secundarias progresivas** que son la evolución de las formas en brotes, es decir, con el tiempo tienden a disminuir el número de brotes hasta que desaparecen, pero comienza a haber un empeoramiento progresivo.

Una enfermedad que afecta especialmente a mujeres jóvenes

La esclerosis múltiple es una enfermedad que provoca discapacidad física y cognitiva y cuyos **primeros síntomas suelen comenzar a manifestarse cuando los pacientes son jóvenes, entre 20 y 30 años** , y afecta en especial a las mujeres.

3 de cada 4 pacientes con esclerosis remitente-recurrente son mujeres .

Según explica el neurólogo:

- “Con la esclerosis **ocurre lo mismo que con otras enfermedades autoinmunes, y es que sucede de forma especial a las mujeres** . Se cree que la causa podría tener alguna influencia hormonal”.
- “En la infancia, la prevalencia de esta enfermedad **es similar en niños y en niñas**.
- **Pero tras la pubertad** , las diferencias entre sexos de la incidencia de esclerosis múltiple se disparan.
- Y vuelven a igualarse tras la edad de la menopausia”.

Incapacitante física y psicológicamente

Dado el carácter crónico de esta enfermedad, **es común que los pacientes con esclerosis múltiple desarrollen otras comorbilidades** , siendo las más frecuentes los trastornos de **ansiedad y depresión** (22% y 24%, respectivamente).

Según un estudio realizado en Cataluña entre más de 5.500 pacientes, las personas con esclerosis múltiple no solo tienen más riesgo de desarrollar comorbilidades psiquiátricas, sino también **otras enfermedades como ictus o epilepsia** , que pueden retrasar el diagnóstico de la propia esclerosis múltiple, incrementar la tasa de brotes y aumentar la discapacidad que desarrollan los enfermos.

deterioro cognitivo

Aproximadamente el 50% de los pacientes con esclerosis desarrollará un deterioro cognitivo múltiple después de los 5 primeros años de evolución de la enfermedad.

- Los **problemas de memoria son las primeras señales de este deterioro, seguidas de las dificultades de atención** y, posteriormente, la pérdida de velocidad en el procesamiento de la información.

A pesar de las difíciles circunstancias que rodean a la esclerosis múltiple, **el doctor Llaneza asegura que “las cosas han cambiado mucho en los últimos 25 años** para esta enfermedad.

1. El primer tratamiento se comenzó a aplicar en el año 1995.
2. Desde entonces **se disponen de hasta 16 fórmulas farmacéuticas** para tratar la esclerosis múltiple".

Te puede interesar

NUTRICIÓN

La nutricionista desmonta mitos sobre alimentación: ¿Los huevos suben el colesterol? ¿Y la zanahoria mejora la vista?

PODOLOGÍA

El melanoma también puede aparecer en tus pies: ¿cómo protegerlos del sol?

NUTRICIÓN

"La regla de cinco": la receta que adelgaza y alarga la vida, según expertos de Harvard

ENDOCI

¿Has p magn lo que



"Gracias a estos tratamientos conseguimos que los pacientes tengan una **mayor esperanza de vida y una mejor calidad de vida**, logrando que el grado de discapacidad llegue a desarrollarse sea menor al de hace algunos años", concluye el neurólogo.

TEMAS

NEUROLOGÍA

RESPONDE EL DOCTOR

TRAUMATOLOGÍA

REUMATOLOGÍA

Comenta esta noticia

PUBLICIDAD

Te puede interesar

GENTE

Jessica Bueno desvela cómo es Kiko Rivera como padre del hijo...
2024-12-16





Guías de Salud

Dietas Fitness Cuidamos tu salud Vida Equilibrium

DÍA NACIONAL DE LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple: los primeros síntomas aparecen entre los 20 y 40 años

En España, la prevalencia de esta patología neurológica se clasifica como media-alta, con una ratio de entre 80 y 180 personas por cada 100.000 habitantes



Cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple: los primeros síntomas aparecen entre los 20 y 40 años / FREEPIK

PUBLICIDAD

Rafa Sardiña

18 DIC 2024 15:00 Actualizada 18 DIC 2024 16:51



Este miércoles, como cada 18 de diciembre, se celebra el **Día Nacional de la Esclerosis Múltiple**. Según datos de la [Sociedad Española de Neurología](#) (SEN) afecta a 55.000 personas y cada año se diagnostican más de 2.500 nuevos casos.

PUBLICIDAD

- Se trata de la **segunda causa de discapacidad más frecuente en los adultos jóvenes españoles**.
- También es, después de la epilepsia, la **segunda enfermedad neurológica más frecuente** entre los jóvenes españoles.
- Y aunque la esclerosis múltiple puede afectar a personas de todas las edades, es más común que se inicie entre 20 a 40 años

Noticias relacionadas

Incontinencia anal: así es la enfermedad tabú que el 52% no se atreve a contar al médico

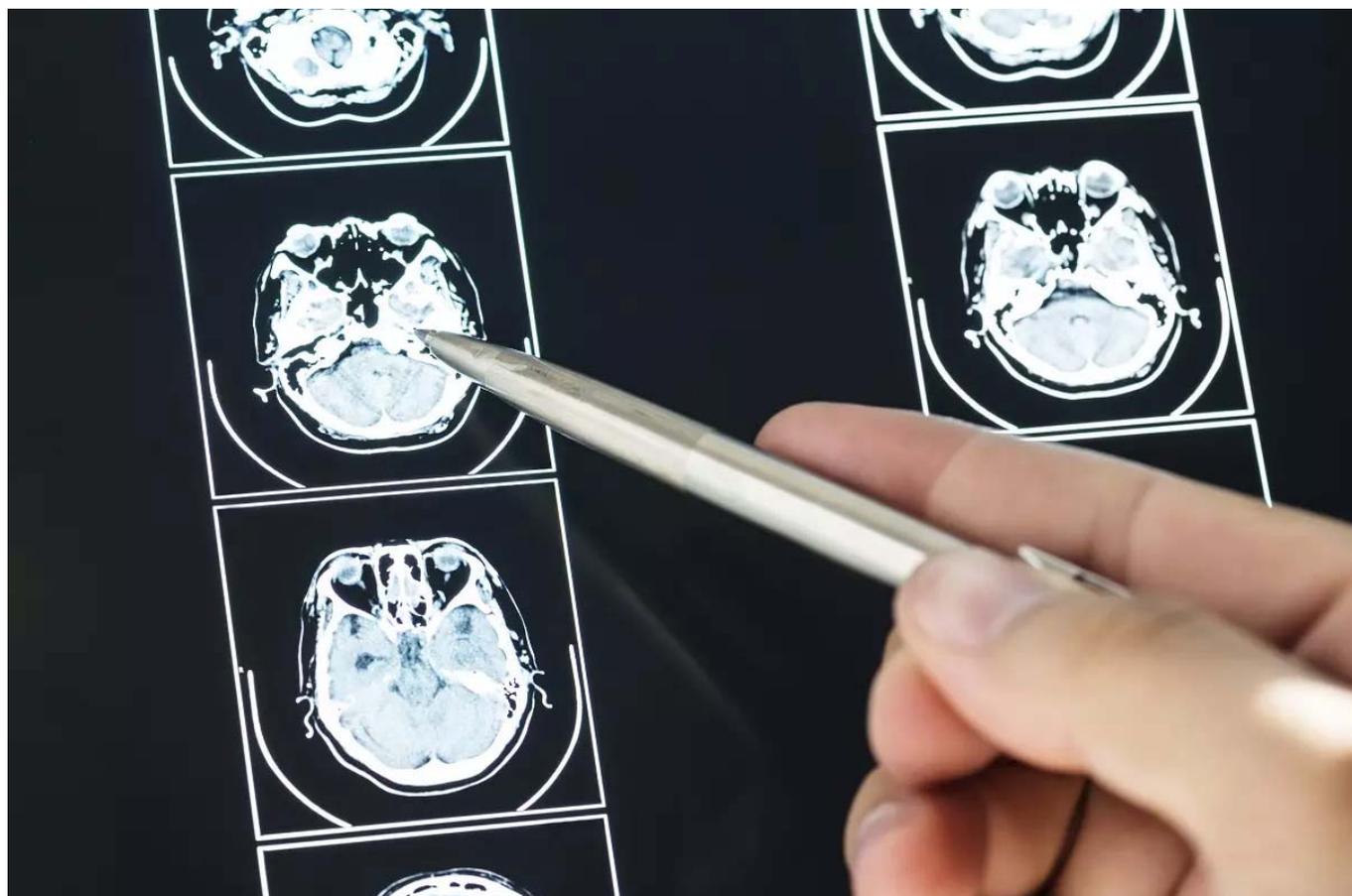
Raphael sufre un accidente cerebrovascular durante la grabación de 'La Revuelta': así es como se detecta y se trata

¿Qué es el Síndrome de alfa-gal, que se produce después de comer carne roja?

De acuerdo a la [Federación Internacional de Esclerosis Múltiple](#) (MSIF), existen alrededor de 2,8 millones de personas diagnosticadas con **esclerosis múltiple** en todo el mundo. Esto significa que una de cada 3.000 personas padecen esta enfermedad, aunque existen países en los que la prevalencia es aún más alta.

En España, la prevalencia de esta patología neurológica **se clasifica como media-alta, con una ratio de entre 80 y 180 personas por cada 100.000 habitantes**, dependiendo de la comunidad autónoma.

PUBLICIDAD



Aumentan un 20% los casos de esclerosis múltiple en los últimos 5 años / RAWPIXEL. FREEPIK

La esclerosis múltiple también afecta a los niños

Cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso. Pero, en los **últimos 10 años**, en todo el mundo, el número de personas con **esclerosis múltiple** ha aumentado en más de un 22%.

Este aumento se ha producido casi exclusivamente en las formas en brotes y sobre todo a expensas de un **incremento del número de casos en mujeres, pero también en población infantil**.

Además, también ha **incrementado considerablemente el número de pacientes menores de 18 años**, aunque sigue siendo algo poco habitual.

Ya hay **al menos 30.000 niños diagnosticados de esclerosis múltiple en todo el mundo**. Como explican desde la SEN, esta incidencia infantil puede estar justificada tanto por la mejora de las técnicas diagnósticas como por el incremento de

las opciones de tratamiento, pero también, por causas que aún se desconocen.

PUBLICIDAD

Síntomas de la esclerosis múltiple

- Problemas de visión
- Dificultad para caminar o mantener el equilibrio
- Entumecimiento en brazos y piernas
- Rigidez muscular
- Depresión
- Problemas en la función sexual o la micción
- Sensación de mucho cansancio

Por qué aparece la esclerosis múltiple

La **doctora Ana Belén Caminero**, Coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la Sociedad Española de Neurología señala que:

- “La esclerosis múltiple se produce como resultado del **ataque del sistema inmunitario al sistema nervioso central**, pero las causas últimas detrás de la enfermedad aún no están claras.
- Se cree que se origina en **personas genéticamente predispuestas ante la exposición a ciertos factores ambientales** como infecciones (sobre todo el virus de **Epstein-Barr**), niveles bajos de vitamina D en suero, **tabaquismo**, **obesidad** (sobre todo durante la adolescencia)...
- Y probablemente a ciertos **factores hormonales** que hacen que las **mujeres tengan el doble de riesgo** de desarrollar esta enfermedad”.



La esclerosis múltiple es la segunda causa de discapacidad entre los jóvenes. / FREEPIK

También se estudia si cambios en los estilos de vida, **aumento de la exposición a los factores de riesgo** y posiblemente también a factores hormonales y reproductivos pueden estar también detrás de este aumento de los casos pueden originar esta patología.

Infradiagnóstico: el otro problema de la esclerosis múltiple

Según los últimos estudios internacionales realizados al respecto, en más de tres cuartas partes de los países existen problemas que impiden el diagnóstico temprano de la esclerosis múltiple. Pero, además, en 7 de cada 10 países, los pacientes con esclerosis múltiple tienen problemas para acceder a terapias que modifican la enfermedad y, en 4 de cada 10 países, no están disponibles terapias para síntomas tan discapacitantes como la fatiga y el deterioro cognitivo que puede generar.

¿Se puede ralentizar el avance de la enfermedad?

La doctora Caminero recalca que **la esclerosis múltiple “actualmente no tiene cura”, pero la detección y diagnóstico precoces son piezas clave** para modificar el curso a medio y largo plazo en muchos de estos pacientes.

- “Gracias a los avances que se han producido en el tratamiento, en muchos casos, **la esclerosis múltiple puede mejorar o estabilizarse incluso desde el inicio de la enfermedad**. Por lo que si se mejoran los tiempos de detección, se puede iniciar un tratamiento lo antes posible y evitar el avance de la **discapacidad**”.



Esclerosis Múltiple: primeros síntomas de una de las enfermedades más frecuentes en mujeres jóvenes / FREEPIK

Meses hasta conseguir un diagnóstico

Según datos manejados por la SEN, la demora diagnóstica entre la presentación de los primeros síntomas de la esclerosis múltiple puede alcanzar hasta los tres años en al menos un 20% de los pacientes. Y **en más de 56% de los casos, se tardan más de seis meses en ser diagnosticados** tras la aparición de la sintomatología.

- "Un **diagnóstico precoz** nos permite instaurar los **tratamientos disponibles de una forma muy temprana**, lo que ayuda a modificar radicalmente el pronóstico de muchos de los pacientes con esclerosis múltiple", subraya la especialista.

Te puede interesar

PSICOLOGÍA

Manu Tenorio desvela en directo que le acaban de diagnosticar TDAH: qué es este trastorno y síntomas de sospecha

LESIONES EN EL FÚTBOL

Segunda lesión de tobillo de Lamine Yamal en solo dos meses: ¿Es algo preocupante para los aficionados?

GINECOLOGÍA

¿Puedes tener alergia al semen? Descubre los síntomas, riesgos y cómo tratar esta desconocida enfermedad



"Esto era algo que hasta hace muy pocos años no se podía hacer, por lo que estimamos que **hasta el 75% de los pacientes con esclerosis múltiple tienen algún tipo de discapacidad reconocida**, pero gracias a los tratamientos actuales, estas cifras se irán reduciendo en los próximos años".

TEMAS

RESPONDE EL DOCTOR

NEUROLOGÍA

DISCAPACIDAD

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Guías de Salud

[Dietas](#) [Cuidamos tu salud](#) [Expertos](#) [Fitness](#)

DÍA NACIONAL DE LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple: los primeros síntomas aparecen entre los 20 y 40 años

En España, la prevalencia de esta patología neurológica se clasifica como media-alta, con una ratio de entre 80 y 180 personas por cada 100.000 habitantes



Cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple: los primeros síntomas aparecen entre los 20 y 40 años / FREEPIK

PUBLICIDAD

Rafa Sardiña

18 DIC 2024 15:00 Actualizada 18 DIC 2024 16:51



Este miércoles, como cada 18 de diciembre, se celebra el **Día Nacional de la Esclerosis Múltiple**. Según datos de la [Sociedad Española de Neurología](#) (SEN) afecta a 55.000 personas y cada año se diagnostican más de 2.500 nuevos casos.

PUBLICIDAD

- Se trata de la **segunda causa de discapacidad más frecuente en los adultos jóvenes españoles**.
- También es, después de la epilepsia, la **segunda enfermedad neurológica más frecuente** entre los jóvenes españoles.
- Y aunque la esclerosis múltiple puede afectar a personas de todas las edades, es más común que se inicie entre 20 a 40 años

Noticias relacionadas

Incontinencia anal: así es la enfermedad tabú que el 52% no se atreve a contar al médico

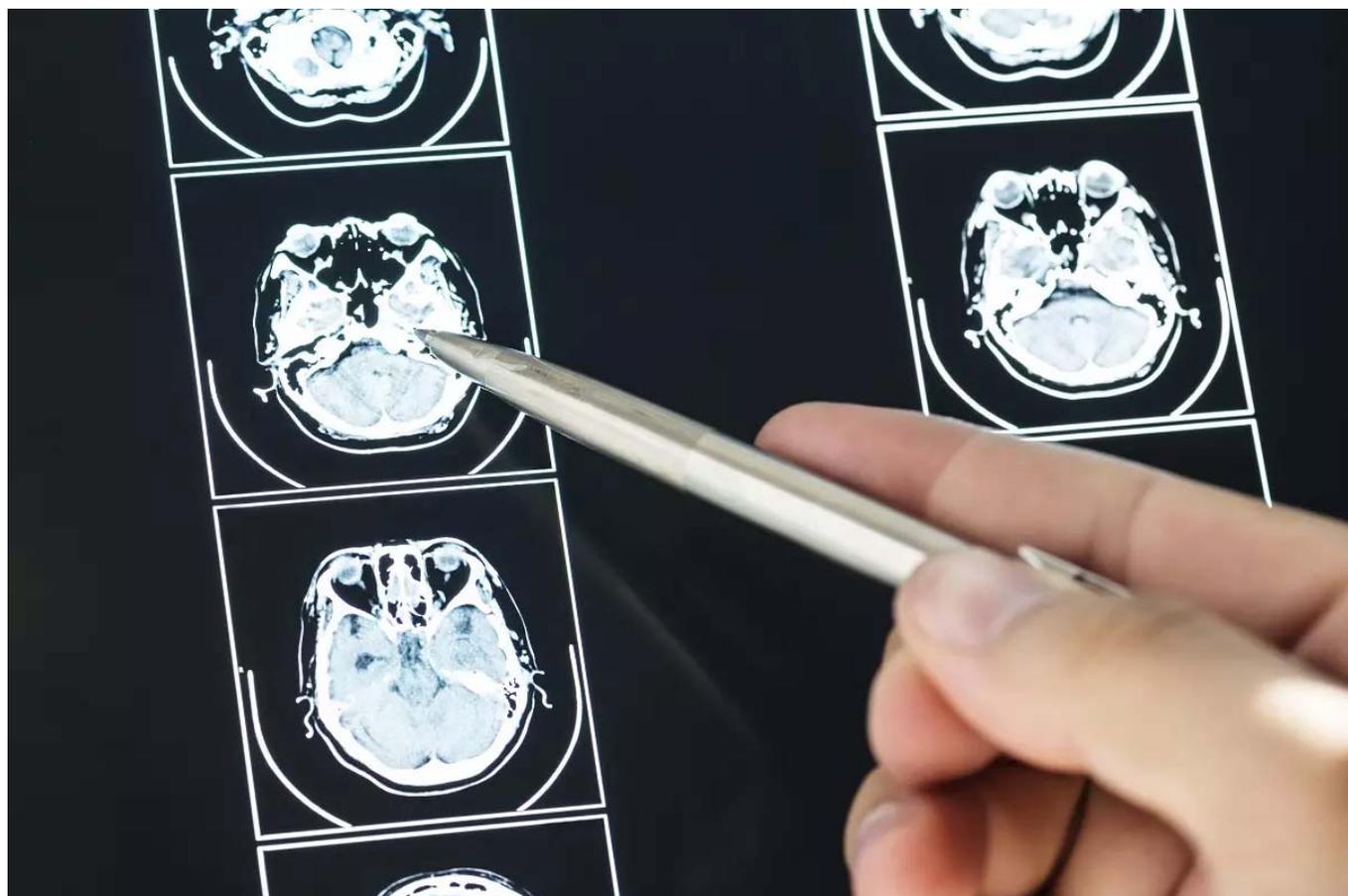
Raphael sufre un accidente cerebrovascular durante la grabación de 'La Revuelta': así es como se detecta y se trata

¿Qué es el Síndrome de alfa-gal, que se produce después de comer carne roja?

De acuerdo a la [Federación Internacional de Esclerosis Múltiple](#) (MSIF), existen alrededor de 2,8 millones de personas diagnosticadas con **esclerosis múltiple** en todo el mundo. Esto significa que una de cada 3.000 personas padecen esta enfermedad, aunque existen países en los que la prevalencia es aún más alta.

En España, la prevalencia de esta patología neurológica **se clasifica como media-alta, con una ratio de entre 80 y 180 personas por cada 100.000 habitantes**, dependiendo de la comunidad autónoma.

PUBLICIDAD



Aumentan un 20% los casos de esclerosis múltiple en los últimos 5 años / RAWPIXEL. FREEPIK

La esclerosis múltiple también afecta a los niños

Cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso. Pero, en los **últimos 10 años**, en todo el mundo, el número de personas con **esclerosis múltiple** ha aumentado en más de un 22%.

Este aumento se ha producido casi exclusivamente en las formas en brotes y sobre todo a expensas de un **incremento del número de casos en mujeres, pero también en población infantil**.

Además, también ha **incrementado considerablemente el número de pacientes menores de 18 años**, aunque sigue siendo algo poco habitual.

Ya hay **al menos 30.000 niños diagnosticados de esclerosis múltiple en todo el mundo**. Como explican desde la SEN, esta incidencia infantil puede estar justificada tanto por la mejora de las técnicas diagnósticas como por el incremento de

las opciones de tratamiento, pero también, por causas que aún se desconocen.

PUBLICIDAD

Síntomas de la esclerosis múltiple

- Problemas de visión
- Dificultad para caminar o mantener el equilibrio
- Entumecimiento en brazos y piernas
- Rigidez muscular
- Depresión
- Problemas en la función sexual o la micción
- Sensación de mucho cansancio

Por qué aparece la esclerosis múltiple

La **doctora Ana Belén Caminero**, Coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la Sociedad Española de Neurología señala que:

- “La esclerosis múltiple se produce como resultado del **ataque del sistema inmunitario al sistema nervioso central**, pero las causas últimas detrás de la enfermedad aún no están claras.
- Se cree que se origina en **personas genéticamente predispuestas ante la exposición a ciertos factores ambientales** como infecciones (sobre todo el virus de [Epstein-Barr](#)), niveles bajos de [vitamina D](#) en suero, [tabaquismo](#), [obesidad](#) (sobre todo durante la adolescencia)...
- Y probablemente a ciertos **factores hormonales** que hacen que las **mujeres tengan el doble de riesgo** de desarrollar esta enfermedad”.



La esclerosis múltiple es la segunda causa de discapacidad entre los jóvenes. / FREEPIK

También se estudia si cambios en los estilos de vida, **aumento de la exposición a los factores de riesgo** y posiblemente también a factores hormonales y reproductivos pueden estar también detrás de este aumento de los casos pueden originar esta patología.

Infradiagnóstico: el otro problema de la esclerosis múltiple

Según los últimos estudios internacionales realizados al respecto, en más de tres cuartas partes de los países existen problemas que impiden el diagnóstico temprano de la esclerosis múltiple. Pero, además, en 7 de cada 10 países, los pacientes con esclerosis múltiple tienen problemas para acceder a terapias que modifican la enfermedad y, en 4 de cada 10 países, no están disponibles terapias para síntomas tan discapacitantes como la fatiga y el deterioro cognitivo que puede generar.

¿Se puede ralentizar el avance de la enfermedad?

La doctora Caminero recalca que **la esclerosis múltiple “actualmente no tiene cura”, pero la detección y diagnóstico precoces son piezas clave** para modificar el curso a medio y largo plazo en muchos de estos pacientes.

- “Gracias a los avances que se han producido en el tratamiento, en muchos casos, **la esclerosis múltiple puede mejorar o estabilizarse incluso desde el inicio de la enfermedad**. Por lo que si se mejoran los tiempos de detección, se puede iniciar un tratamiento lo antes posible y evitar el avance de la **discapacidad**”.



Esclerosis Múltiple: primeros síntomas de una de las enfermedades más frecuentes en mujeres jóvenes / FREEPIK

Meses hasta conseguir un diagnóstico

Según datos manejados por la SEN, la demora diagnóstica entre la presentación de los primeros síntomas de la esclerosis múltiple puede alcanzar hasta los tres años en al menos un 20% de los pacientes. Y **en más de 56% de los casos, se tardan más de seis meses en ser diagnosticados** tras la aparición de la sintomatología.

- “Un **diagnóstico precoz** nos permite instaurar los **tratamientos disponibles de una forma muy temprana**, lo que ayuda a modificar radicalmente el pronóstico de muchos de los pacientes con esclerosis múltiple”, subraya la especialista.

Te puede interesar

PSICOLOGÍA

Manu Tenorio desvela en directo que le acaban de diagnosticar TDAH: qué es este trastorno y síntomas de sospecha

LESIONES EN EL FÚTBOL

Segunda lesión de tobillo de Lamine Yamal en solo dos meses: ¿Es algo preocupante para los aficionados?

GINECOLOGÍA

¿Puedes tener alergia al semen? Descubre los síntomas, riesgos y cómo tratar esta desconocida enfermedad



“Esto era algo que hasta hace muy pocos años no se podía hacer, por lo que estimamos que **hasta el 75% de los pacientes con esclerosis múltiple tienen algún tipo de discapacidad reconocida**, pero gracias a los tratamientos actuales, estas cifras se irán reduciendo en los próximos años”.

TEMAS

RESPONDE EL DOCTOR

NEUROLOGÍA

DISCAPACIDAD

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

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

Estos son los alimentos que pueden aumentar el riesgo de sufrir demencia, según un estudio

C. Amanda Osuna

4-5 minutos



Un hombre toma sopa para cenar (AdobeStock)

Los **hábitos de vida** saludable son protectores de nuestra salud física y mental. Practicar ejercicio regularmente, llevar una dieta sana y equilibrada y relacionarnos con buenas personas que nos aporten cosas positivas son los tres pilares sobre los que se sustenta nuestro bienestar. Por tanto, los profesionales de la salud se interesan por estudiar cuáles son los factores que favorecen la aparición de ciertas enfermedades neurodegenerativas, como el [Alzheimer](#).

En esta línea, un equipo de investigadores estadounidenses ha descubierto que seguir una dieta con **alimentos inflamatorios** aumenta el riesgo de desarrollar **demencia**. El estudio ha sido liderado por el Instituto Glenn Biggs de Alzheimer de UT Health San Antonio y la Facultad de Medicina de la Universidad de Boston y ha revelado que una mayor puntuación en el Índice Inflamatorio Dietético (DII) está asociada con un mayor riesgo de demencia, incluyendo la provocada por la enfermedad de Alzheimer (EA).

El estudio ha sido publicado en la revista *Alzheimer's & Dementia* y ha revisado datos del Framingham Heart Study, incluyendo a 1.487 participantes mayores de 60 años sin demencia inicial. Se usaron cuestionarios alimentarios para calcular los scores DII, categorizando los **componentes dietéticos en antiinflamatorios y proinflamatorios**. Los participantes con dietas más proinflamatorias mostraron un **riesgo 84% mayor** de desarrollar demencia, incluido un 21% más de riesgo por cualquier causa y un 20% específicamente por EA.

Este hallazgo respalda la teoría de que la inflamación alimentaria puede contribuir a la **neurodegeneración**, posiblemente a través de vías inflamatorias sistémicas. Estos componentes proinflamatorios pueden aumentar la **inflamación cerebral** y la formación de placas beta-amiloides, cuya acumulación es un conocido precursor del Alzheimer. El azúcar, la miel, las grasas trans presentes en la pizza, las frituras, los carbohidratos refinados de la pasta o el arroz blanco y el alcohol son algunos de estos alimentos inflamatorios.

Los alimentos ricos en **ácidos grasos omega-3**, como el pescado graso (el salmón, las sardinas y la caballa), las nueces y las semillas de chía, son especialmente beneficiosos gracias a su capacidad para proteger las neuronas y reducir la inflamación en el cerebro, como explica el Hospital del Mar Research Institute de Barcelona. Asimismo, los antioxidantes presentes en **frutas y verduras** de

colores vivos, como arándanos, espinacas y zanahorias, combaten el estrés oxidativo, un factor que contribuye al envejecimiento cerebral y a la aparición de enfermedades neurodegenerativas.

Otros alimentos que favorecen la salud cognitiva incluyen los **cereales integrales** y las **legumbres**, que proporcionan una liberación constante de energía al cerebro al mantener niveles estables de glucosa en la sangre. Además, el consumo de alimentos ricos en polifenoles, como el **té verde**, el **cacao** y las **uvas**, ha demostrado mejorar la memoria y la función cerebral. Mantener una dieta similar a la dieta mediterránea, caracterizada por el consumo de aceite de oliva virgen extra, frutos secos y una variedad de alimentos frescos, también se asocia con una menor incidencia de demencia gracias a su efecto antiinflamatorio y protector sobre los vasos sanguíneos del cerebro.

0 seconds of 1 minute, 26 seconds Volume 0%

Episodio: 12 cuidados para retrasar el alzheimer.

En **España**, la enfermedad de Alzheimer afecta aproximadamente a **800.000 personas**, según los últimos datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Es la forma más común de demencia, representando entre el 60% y el 70% de todos los casos de esta condición en nuestro país. La prevalencia de esta enfermedad neurodegenerativa aumenta con la edad, siendo más común en personas mayores de 65 años. Sin embargo, también puede presentarse en individuos más jóvenes, en lo que se conoce como Alzheimer de inicio temprano.



La fatiga puede ser una respuesta normal e importante al esfuerzo físico

Alimentos que debes incluir en la cena para conciliar el sueño y dormir de un tirón

Un sueño reparador es un pilar básico para la salud cardíaca y cerebral

Cinco trucos para evitar que el café altere tu sueño



Paloma Santamaría

19/12/2024

Dormir bien es un pilar básico para la salud cardíaca y cerebral. Sin embargo, siete millones de españoles sufren **insomnio** crónico y prolongado y casi seis toman cada noche pastillas para dormir. También sorprende el dato de personas que sufren algún tipo de problema para conciliar el sueño, una cifra que oscila entre el 20 % y el 48 % de los españoles. Además, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) más de 12 millones de españoles se despiertan con la sensación de no haber tenido un sueño reparador.

El doctor **Manuel de Entrambasaguas**, neurofisiólogo experto en medicina del sueño del Hospital Clínico de Valencia, explica: «El insomnio repercute de manera negativa sobre la calidad de vida, la salud física y la salud mental de la población afectada». Por su pa

Privacidad - Términos

la doctora **Nuria Roure**, psicóloga experta en alteraciones del sueño y autora del libro *Por fin duermo*, en colaboración con *Durcal*, ofrece **una serie de recomendaciones** para mantener un ritmo de sueño adecuado, que debería ser entre las 22:30 h y las 08:00 h, aproximadamente.

¿Estás más despierto después de un café por la mañana? Los científicos dicen que podría ser solo un placebo

Paloma Santamaría



Todos los expertos coinciden en la importancia de seguir una serie de pautas para ayudar al organismo a desconectar durante las horas de sueño. El ejercicio físico, una cena ligera o no hacer uso de pantallas a partir de una hora son algunos de los más importantes.

La rutina de los japoneses para dormir de un tirón

Paloma Santamaría



Ahora bien, la alimentación juega un papel importante. **Cristina Morillo**, nutricionista de Blua de Sanitas, explica: «Debemos prestar atención a lo que comemos, especialmente en las horas previas a acostarnos. Consumir **alimentos ricos en triptófano**, como el pavo, el plátano o los frutos secos, puede favorecer la producción de **serotonina** y **melatonina**, hormonas clave en la regulación del sueño». Además, la especialista destaca que incluir carbohidratos complejos, como los que se encuentran en los cereales integrales, también puede mejorar el descanso nocturno, aunque es algo a valorar individualmente, en función del nivel de actividad física e ingesta dietética del día.

ALIMENTOS QUE DEBERÍAN FORMAR PARTE DE LA CENA

Algunos alimentos contienen compuestos como triptófano, melatonina, magnesio y serotonina, que favorecen la relajación y el

sueño.

La importancia de dormir bien, por el doctor Chivato

El Debate

| Tomás Chivato



El consumo de **cafeína** también es un factor a tener en cuenta ya que la cafeína, presente en el café, el té y algunos refrescos, puede interferir en el ciclo natural del sueño. Por ello, es aconsejable limitar su ingesta, especialmente en las horas de la tarde y noche, ya que su efecto puede permanecer en el organismo hasta ocho horas después de su consumo.

También hay que evitar el **chocolate negro** durante la noche: aunque tiene beneficios antioxidantes, el chocolate negro contiene cafeína y teobromina, que pueden estimular el sistema nervioso.

© 2021 eldebate.com



ACTUALIDAD

Jueves, 19 de diciembre de 2024

📍 Torrejón

ADEMTA coloca un punto de información en la Plaza Mayor por el Día Nacional de esta dolencia

MIGUEL MUÑOZ
| TORREJÓN DE
ARDOZ
| 18 DICIEMBRE
2024 16:24



EN PORTADA

 Madrid lidera el coste laboral en España con



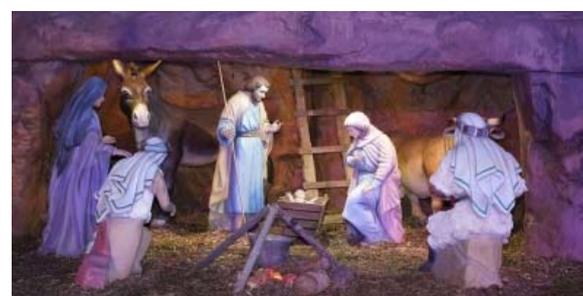
En el marco del Día Nacional de la Esclerosis Múltiple, la **Asociación de Esclerosis Múltiple de Torrejón de Ardoz (Ademta)** ha dispuesto una mesa informativa en la **Plaza Mayor** esta mañana.

📺 El periodo de escolarización del próximo curso en Madrid abrirá el 12 de marzo

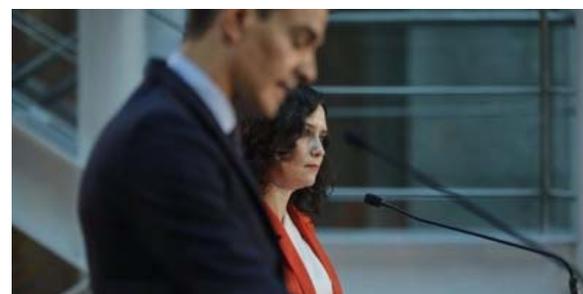
📺 La EMVS sorteará 266 viviendas de alquiler asequible para jóvenes en Madrid

📺 La excoordinadora de la cátedra de Gómez rechaza hablar del software por ser un tema judicializado

Lo más leído de la semana



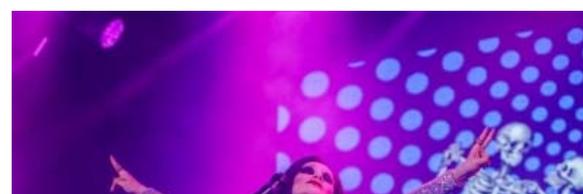
El Belén más grande de España en las Mágicas Navidades de Torrejón de Ardoz



Ayuso: "Sin Franco, Pedro Sánchez no es nada"



Ayuso critica las "purgas" en la oposición y desea suerte al nuevo portavoz socialista



Tus boletines

¿Quieres recibir el boletín semanal con las noticias de tu municipio?

Si te convence, ¡darse de baja es un clic!

Boletín diario

Noticias de Las Rozas (semanal)

Noticias de Valdemorillo (semanal)

Noticias de **Humanes** (semanal)

Noticias de Alcorcón (semanal)



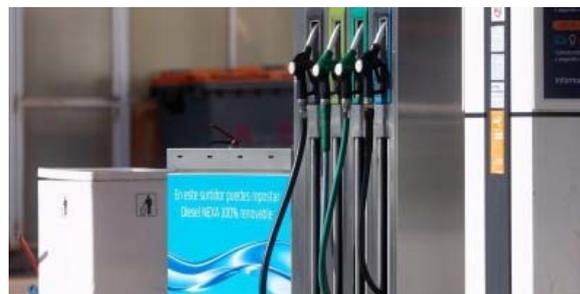
[Noticias de Tres Cantos \(semanal\)](#)
[Noticias de Galapagar \(semanal\)](#)
[Noticias de Arroyomolinos \(semanal\)](#)
[Municipios de la región de Madrid](#)
[Noticias de Torrejón de A.](#)

correo electrónico

Estoy de acuerdo con los [Términos y condiciones](#) y los [Política de privacidad](#)

¡Vale, me suscribo!

actuarán en Noches del Botánico 2025



El diésel alcanza su precio más alto desde septiembre

Lo más leído del mes



El musical 'Wicked' llegará por primera vez a España en otoño de 2025 al Nuevo Teatro Alcalá de Madrid



puede interesar

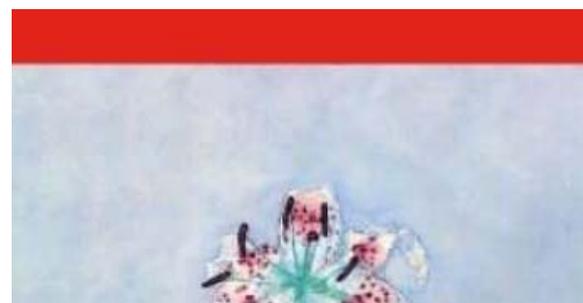
[Inicia la fase inicial de colocación de los solares en 15 inmuebles municipales de lozas](#)



junto con **Rubén Martínez**, concejal de Bienestar, Educación e Inmigración, han acudido al punto informativo donde se ofrece información sobre esta enfermedad. Según la **Sociedad Española de Neurología** (SEN), en España hay aproximadamente 55.000 personas afectadas por esclerosis múltiple, con un incremento anual de más de 2.500 nuevos casos.

En el mismo lugar, se encuentra disponible el calendario solidario de ADEMTA, del cual se han elaborado 1.000 unidades, a la venta por 3 euros. Este calendario también puede adquirirse en la sede de ADEMTA, ubicada

en su historia



"El tiempo de los lirios", un viaje ilustrado al corazón de Italia



Melendi cerrará su gira "20 años sin noticias" con cuatro conciertos en Madrid



Ayuso inaugura el Belén de Correos defendiendo la Navidad y los valores cristianos



Deslumbrante inicio del espectacular órgano nuevo en la Basílica de Jesús de Medinaceli





Atocha, los jueves de 11:00 a 13:00 horas.

Ayer, se llevó a cabo una sesión informativa en el

Centro de Especialidades,

dirigida por el neurólogo **Ignacio**

Casanova, quien abordó aspectos como el estilo de vida, la

alimentación y los ejercicios

recomendados para quienes padecen esta enfermedad, además de las últimas novedades en rehabilitación.

La esclerosis múltiple, una enfermedad neurodegenerativa, suele manifestarse entre los 20 y los 40 años, y presenta una mayor prevalencia en mujeres, aunque las causas de esta diferencia aún no se comprenden

Peggy Guggenheim, una vida dedicada al arte



La estación fantasma de Príncipe Pío renace como un innovador espacio musical

Las noticias de tu municipio o distrito

Selecciona un municipio... ▾

Selecciona un distrito... ▾



la gran labor y el trabajo tan importante que realiza la Asociación de Esclerosis Múltiple de la ciudad (ADEMTA), para ayudar a las personas que sufren esta enfermedad de la que además se desconocen y queremos apoyarles en todo lo que podamos", indicó el alcalde, Alejandro Navarro Prieto.

Cabe recordar que, con el objetivo de respaldar a las personas afectadas por esta patología y visibilizar sus necesidades, un grupo de vecinos afectados, con el apoyo de las concejalías de Bienestar y Voluntariado, promovió la creación de ADEMTA.



Esclerosis Múltiple, hoy 18 de diciembre, la fachada del Ayuntamiento de Torrejón se iluminará de color naranja, sumándose a la iniciativa que busca visibilizar la realidad de quienes viven con esta enfermedad crónica neurodegenerativa.

Más noticias



La Asociación local de Esclerosis Múltiple de Torrejón lanza su calendario benéfico por tres euros

ATOCHA

ALEJANDRO
NAVARRO
PRIETO

PLAZA MAYOR

- [Inicio](#)
- [Actualidad](#)
- [Sanidad](#)
- [Empleo y Economía](#)
- [Medio Ambiente](#)
- [Sociedad](#)
- [Deportes](#)
- [Cultura](#)

Torrejón de Ardoz se suma al Día Nacional de la Esclerosis Múltiple



Torrejón de Ardoz, 18 de diciembre, 2024

Esta página web usa Cookies para mejorar la navegación. Al seguir navegando entendemos que acepta nuestra política de

Cookies.

[Cerrar](#)

[Más información](#)

diciembre. Además, también se iluminará la fachada del Ayuntamiento de naranja para dar visibilidad a esta enfermedad.

El alcalde, Alejandro Navarro Prieto y el concejal de Bienestar, Educación e Inmigración, Rubén Martínez, han visitado el stand en el que se ha informado sobre esta dolencia, que según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), actualmente en España afecta a unos 55.000 enfermos, a los que cada año hay que sumar más de 2.500 nuevos casos.

En el stand también se ha podido adquirir el calendario solidario de ADEMTA del se han editado 1.000 ejemplares y cuyo precio es de 3 euros. También se pueden conseguir en la sede de ADEMTA, que está situada en el Centro Polivalente Abogados de Atocha, los jueves de 11:00 a 13:00 horas.

Además, el martes, 17 de diciembre, se celebró en el Centro de Especialidades una jornada informativa sobre la Esclerosis Múltiple a cargo del neurólogo Ignacio Casanova, que trató el estilo de vida, las dietas y los ejercicios que hay que tener en cuenta cuando se tienen la enfermedad, así como las novedades en la rehabilitación.

Esta enfermedad neurodegenerativa suele iniciarse entre los 20 y 40 años de edad y, por causas que aún se desconocen, es más frecuente en mujeres que en hombres. “Hay que destacar la gran labor y el trabajo tan importante que realiza la Asociación de Esclerosis Múltiple de la ciudad (ADEMTA), para ayudar a las personas que sufren esta enfermedad de la que además se desconocen y queremos apoyarles en todo lo que podamos”, indicó el alcalde, Alejandro Navarro Prieto.

En este sentido, hay que recordar que a fin de apoyar a las personas afectadas por esta patología y dar a conocer su punto de vista y sus necesidades, un grupo de vecinos afectados promovieron con el apoyo de las concejalías de Bienestar y Voluntariado, la constitución de esta nueva entidad, la Asociación de Esclerosis Múltiple de Torrejón de Ardoz (ADEMTA).

La Esclerosis Múltiple

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), actualmente se estima que hay más de dos millones y medio de afectados por esclerosis múltiples en todo el mundo. Además, en España hay unos 55.000 enfermos, a los que cada año hay que sumar más de 2.500 nuevos casos. Esta enfermedad neurodegenerativa suele iniciarse entre los 20 y 40 años de edad y es más frecuente en mujeres que en hombres.

Se trata de una enfermedad cuyos primeros síntomas se manifiestan con la pérdida de sensibilidad en las extremidades, desequilibrio, torpeza en el manejo de las manos, alteraciones de la marcha y trastornos visuales. Actualmente, se desconocen las causas que la producen, aunque se sabe a ciencia cierta que hay diversos mecanismos autoinmunes involucrados y puede presentar una serie de síntomas que aparecen en brotes o que progresan lentamente a lo largo del tiempo. A causa de sus efectos sobre el sistema nervioso central, la esclerosis múltiple puede tener como consecuencia una movilidad reducida e invalidez en los casos más severos. Es una enfermedad neurológica más frecuente entre los adultos jóvenes y la causa más frecuente de parálisis en los países occidentales.

Esta página web usa Cookies para mejorar la navegación. Al seguir navegando entendemos que acepta nuestra política de

Cookies.

Cerrar

Más información

corteza cerebral. Todo parece indicar que en los próximos años se descubrirán nuevos medicamentos que permitan ofrecer un mejor control de los síntomas, debido a que es una de las enfermedades neurológicas en las que más dinero se está invirtiendo en su investigación.

Post

El Hospital de Torrejón de Ardoz trabaja con animales para combatir la depresión



Durante las sesiones se fomenta una participación activa, se realizan dinámicas de juego con el animal, se entrenan las funciones cognitivas y se trabaja la potenciación del vínculo y los afectos.

El Hospital de Torrejón de Ardoz enseña a cuidar a los pacientes dados de alta



El equipo de Enfermería imparte sesiones para abordar una amplia gama de necesidades que puede tener el paciente cuando regrese a su hogar, como el manejo de dispositivos médicos, el aseo, la movilización, el control de infecciones, la alimentación o la prevención de caídas.

El Hospital de Torrejón de Ardoz crea la Escuela de Ictus para ayudar a pacientes y familiares



Esta página web usa Cookies para mejorar la navegación. Al seguir navegando entendemos que acepta nuestra política de

Cookies.

Cerrar

Más información



🔍 Buscar...



¡Únete a Community of Insurance!

Nombre

Email

¡Sí, suscribirme!

7 hábitos saludables para cuidar del descanso en navidad y recargar energías para el nuevo año

FECHA
18.12.24



Utilizamos cookies para optimizar nuestro sitio web y nuestro servicio.

Acepto

Denegado

Preferencias

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#)



- Durante las festividades navideñas, los cambios en las rutinas diarias, la sobreestimulación provocada por el ruido, las luces brillantes y las actividades constantes, y el estrés derivado por todo ello pueden dificultar la relajación y alterar los patrones del sueño.
- Echarse siestas cortas, evitar comidas abundantes antes de dormir, reducir el consumo de alcohol y tabaco, crear rutinas relajantes, sustituir las cenas por comidas, mantener la casa ordenada y hacer actividad física son algunos de los consejos que los expertos de Cigna

Utilizamos cookies para optimizar nuestro sitio web y nuestro servicio.

Acepto

Denegado

Preferencias

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#)

familiares pueden aumentar la ansiedad, afectando la calidad del descanso y desajustando el ritmo circadiano.

Entre un 20 y un 48% de los adultos en España tiene problemas para iniciar o mantener el sueño, tal y como indica la Sociedad Española de Neurología, una situación que puede agravarse durante la Navidad. Y es que, durante estas fechas, las rutinas suelen alterarse debido a reuniones sociales que se prolongan hasta tarde y comidas abundantes, lo que resulta en un sueño más ligero o menos reparador. Además, las exigencias sociales, como acudir y preparar comidas o participar en eventos constantes, incrementan el estrés cotidiano, obligando a muchas personas a dividir su tiempo entre el trabajo, la planificación de las fiestas y los compromisos familiares, lo que amplifica la sensación de ir contrarreloj y reduce la capacidad de disfrutar plenamente de las festividades. A esto se suma que el estrés asociado a la planificación, las compras y las emociones intensas puede dificultar la relajación previa al descanso. Por otro lado, el horario de invierno, con una menor exposición a la luz solar, afecta al ritmo circadiano, y puede producir tanto somnolencia diurna como insomnio. Y es que, la falta de exposición solar aumenta los niveles de melatonina, lo cual genera fatiga diurna. Además, puede desencadenar también estados anímicos bajos, desde lo que se conoce como “winter blues” o tristeza de invierno, hasta trastornos más graves como lo es el Trastorno Afectivo Estacional (TAE), que generan problemas para conciliar el sueño. Esto podría estar relacionado con una menor producción de vitamina D, esencial para la producción de serotonina, el neurotransmisor principal encargado de mejorar el estado de ánimo.

En este sentido, la Dra. Daniela Silva, especialista en Medicina Interna y E-Health Medical Manager de Cigna Healthcare España, señala que: «El sueño es

Utilizamos cookies para optimizar nuestro sitio web y nuestro servicio.

Acepto

Denegado

Preferencias

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#)

expertos de **Cigna Healthcare** recomiendan seguir estas siete pautas:

- Disfrutar de “power naps” o siestas reparadoras. Durante la Navidad es habitual que aumente la cantidad de planes y actividades sociales, relegando el descanso a un segundo plano. Esto provoca una acumulación de fatiga, lo que puede afectar la energía y la capacidad para concentrarse durante el día. Por ello, en lugar de forzarse a estar despierto en los días festivos, es recomendable, en caso de estar cansado, echarse una siesta corta de 20 a 30 minutos para ayudar a mejorar el estado de alerta sin interferir en el sueño nocturno. Además, es aconsejable mantener horarios consistentes para acostarse y levantarse, incluso en días festivos.
- Evitar comidas abundantes antes de dormir. Las cenas navideñas suelen ser más copiosas y tardías de lo habitual, lo que sobrecarga el sistema digestivo y dificulta la conciliación del sueño. Consumir alimentos ricos en grasas y azúcares puede alterar los ciclos de sueño, interfiriendo en las fases de descanso profundo y provocando malestar digestivo. Para optimizar el sueño, es recomendable evitar comidas pesadas al menos 2-3 horas antes de acostarse. De esta manera, se facilita la digestión y se mejora la calidad del sueño nocturno.
- Una Navidad 0,0. El alcohol, aunque puede inducir al sueño inicialmente, interrumpe las fases profundas de descanso, lo que reduce la calidad del sueño. El tabaco, por su parte, es un estimulante que dificulta la relajación y la conciliación del sueño. Por lo tanto, se recomienda limitar el consumo de estas sustancias, especialmente antes de irse a dormir, para garantizar un descanso reparador.

Utilizamos cookies para optimizar nuestro sitio web y nuestro servicio.

Acepto

Denegado

Preferencias

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#)

la mente y el cuerpo.

- Hacer frente al jetlag social. Las festividades traen consigo numerosos compromisos “indispensables” que pueden llegar a aumentar el cansancio y generar estrés. La incapacidad de decir no y el FOMO (“fear of missing out” o miedo a perderse algo) provocan que se asista a muchos eventos que, en ocasiones, terminan afectando al bienestar y al descanso. Ante esta situación, muchas personas terminan experimentando jetlag social, un fenómeno que se produce cuando se ajustan los horarios de sueño y vigilia para cumplir con las demandas sociales, provocando un desequilibrio en los ritmos biológicos naturales. Para evitar el desajuste del reloj biológico, una opción efectiva es sustituir las cenas por comidas, adelantando las celebraciones principales para comer a horas más tempranas. Además, es importante aprender a priorizar la salud física y mental, evaluando si asistir a cada evento realmente es necesario o si es mejor declinarlo.
- Mantener el orden para reducir el estrés. Un entorno desordenado, como una casa caótica tras una reunión festiva, puede aumentar el nivel de estrés y dificultar la relajación necesaria para dormir. Dedicar unos minutos antes de acostarse a organizar el espacio ayuda a crear un ambiente más sereno y propicio para el descanso, reduciendo la sensación de agobio que el desorden puede generar.
- Aprovechar el deporte como regulador del sueño. La actividad física regular mejora los patrones de sueño al regular el ciclo circadiano y reducir el estrés acumulado. Durante la Navidad, aprovechar momentos libres para practicar deporte, como salir a caminar, correr o

Utilizamos cookies para optimizar nuestro sitio web y nuestro servicio.

Acepto

Denegado

Preferencias

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#)

y gestión del conocimiento asegurador en RED, consultoría estratégica, transformación digital, corporate finance y eventos. Su misión es aportar innovación a la industria aseguradora con la búsqueda de soluciones en un marco exponencial de cambio.

Buscar...



Utilizamos cookies para optimizar nuestro sitio web y nuestro servicio.

Acepto

Denegado

Preferencias

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#)

[miResi](#) ▶ [Residencias para mayores](#) ▶ [Comunidad de Madrid](#) ▶ [Madrid](#) ▶ [Torrejón de Ardoz](#) ▶ Alzheimer

Descubre las residencias para Alzheimer en Torrejón de Ardoz

Conoce las residencias de ancianos para Alzheimer en Torrejón de Ardoz con nuestra ayuda gratuita y sensible

¡Empezar a buscar!



Tabla de contenidos

[¿Qué es el Alzheimer?](#)

[Diferencias entre Alzheimer y demencia](#)

[Primeros síntomas del Alzheimer](#)

[¿Cómo encontrar la residencia para Alzheimer que necesita tu mayor?](#)

[Residencias de ancianos para Alzheimer en Torrejón de Ardoz](#)

[En miResi te ayudamos a encontrar residencias para Alzheimer en Torrejón de Ardoz](#)

Encontrar la mejor opción para el cuidado de un ser querido con Alzheimer puede ser un desafío abrumador. Las **residencias de ancianos para Alzheimer en Torrejón de Ardoz** son una solución valiosa que proporciona el entorno ideal para que tus seres queridos reciban la atención que necesitan.

En [miResi](#), queremos acompañarte en este proceso. Nuestra misión es ofrecerte información clara y útil para que puedas tomar decisiones con confianza. Aquí encontrarás todo lo que necesitas saber sobre el Alzheimer en personas mayores, además de una selección de **residencias de ancianos para Alzheimer en Torrejón de Ardoz**. Estamos aquí para ofrecerte apoyo gratuito y profesional en la búsqueda del lugar perfecto para el cuidado de quienes más amas.





Encuentra hoy residencias para Alzheimer en Torrejón de Ardoz

¿Qué es el Alzheimer?

El Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa que **afecta la memoria y la capacidad de razonamiento**. Es la forma más común de **demencia** y, a medida que avanza, las personas afectadas pueden olvidar aspectos cotidianos, como nombres o la forma de realizar tareas sencillas.

Los **síntomas se agravan con el tiempo**, impactando la vida diaria del paciente y su necesidad de asistencia. Según la Sociedad Española de Neurología, aproximadamente **800.000 personas en España** padecen Alzheimer, siendo la mayoría de ellas de **65 años o más**.

Diferencias entre Alzheimer y demencia

Es esencial comprender las diferencias clave entre la **demencia y el Alzheimer**. La demencia es un término general que describe el **deterioro cognitivo** que afecta la memoria y el pensamiento. En cambio, el Alzheimer es un tipo específico de demencia caracterizado por la **degeneración progresiva del cerebro**.

Las principales distinciones entre la demencia y el Alzheimer se pueden resumir en su origen, evolución, síntomas y cuidados:

1

Origen

Si bien puede haber un componente hereditario, las causas del Alzheimer siguen siendo en gran medida un misterio. Por el contrario, el origen de la demencia es más identificable, pudiendo ser el resultado de tumores, secuelas de infecciones, abuso de sustancias o enfermedades degenerativas.

2

Evolución

La diferencia más significativa radica en la posibilidad de recuperación. El Alzheimer tiene una evolución de carácter progresivo, con síntomas que se agravan a lo largo del tiempo. Sin embargo, en algunos tipos de demencia, es posible que se produzca una mejora en el paciente, dependiendo de su origen y características.

3

Síntomas

Las personas con demencia y aquellas con Alzheimer pueden experimentar una percepción similar de la realidad, aunque los síntomas específicos pueden variar según las circunstancias y factores individuales.

4

Cuidados y tratamientos

La atención necesaria para los ancianos con demencia suele diferir de la requerida para aquellos con Alzheimer. Según la etapa del Alzheimer o el origen de la demencia, los cuidados y tratamientos pueden variar considerablemente.

Contacta ahora con nuestros expertos en residencias para Alzheimer

Primeros síntomas del Alzheimer

Los **síntomas del Alzheimer** pueden aparecer de distintas maneras en los mayores y su intensidad puede variar. Aquí están algunos signos comunes que indican el inicio del deterioro cognitivo:

Pérdida de memoria: Uno de los primeros síntomas del Alzheimer es olvidar información reciente, así como fechas importantes y eventos significativos.

Dificultades en tareas cotidianas: Las personas pueden experimentar problemas para llegar a lugares conocidos o pueden olvidar realizar actividades que antes eran habituales, lo que sugiere que algo no está bien a nivel cognitivo.

Desorientación: Un síntoma característico del Alzheimer es la confusión respecto al tiempo y al espacio. La persona puede olvidar cómo llegó a un lugar o dejar de reconocer caras o lugares familiares, e incluso olvidar la fecha actual o su propia edad.

Aislamiento social: En las etapas iniciales de la demencia, las personas a menudo pierden la motivación para participar en actividades recreativas y tienden a aislarse.

Falta de juicio: La incapacidad para tomar decisiones adecuadas en situaciones cotidianas es otro signo temprano del Alzheimer; por ejemplo, salir de casa sin llevar consigo cosas esenciales o vestirse inapropiadamente para el clima.

Es fundamental **consultar a un especialista** de inmediato si se presentan varios de estos síntomas. La **detección**

precoz puede marcar una gran diferencia en el desarrollo de la enfermedad y, por ende, en la calidad de vida del paciente.

Encuentra residencias para Alzheimer que se ajusten a tus necesidades

¿Cómo encontrar la residencia para Alzheimer que necesita tu mayor?

Encontrar la **residencia para Alzheimer en Torrejón de Ardoz** que se adapte a las necesidades de tu mayor puede parecer una tarea abrumadora, pero no tiene por qué serlo. Aquí te ofrecemos algunas **pautas** que te ayudarán en este proceso:

Evalúa las necesidades de tu familiar: Antes de comenzar la búsqueda, es importante considerar el nivel de atención que necesita tu ser querido. Observa sus síntomas y evalúa si requiere atención especializada, actividades recreativas o asistencia en la vida diaria.

Investiga las opciones disponibles: Busca en tu área y más allá, ya que algunas residencias pueden ofrecer servicios especializados que se adapten mejor a sus necesidades. En miResi te facilitamos una variedad de opciones de residencias que cumplen con las necesidades de tu mayor. Además te agendamos visitas en los centros de tu preferencia para que puedas tomar una decisión informada y de manera transparente.

Consulta opiniones y referencias: Hablar con otras familias que hayan utilizado los servicios de una residencia puede brindarte información valiosa. Ve las reseñas en línea y considera las recomendaciones de profesionales de la salud.

Revisa los servicios y actividades: Asegúrate de que la residencia ofrezca programas específicos para personas con Alzheimer. Las actividades diseñadas para estimular la memoria y el bienestar emocional son cruciales para la calidad de vida de tu ser querido.

Considera la ubicación y el presupuesto: La ubicación también es un factor importante. Escoge una residencia que sea accesible para ti y otros familiares. Además, evalúa los costes y asegúrate de que se ajusten a tu presupuesto. En miResi te informamos sobre las **ayudas públicas** que están disponibles.

Confía en tu instinto: Si algo no se siente bien durante una visita o si no crees que sea el lugar adecuado, sigue buscando. Lo más importante es que tu ser querido esté en un ambiente donde se sienta seguro y bien cuidado.

Residencias de ancianos para Alzheimer en Torrejón de Ardoz

Desde miResi te ofrecemos un listado de **las residencias para Alzheimer** que están disponibles en Torrejón de Ardoz.

Te ayudamos de forma gratuita y personalizada a encontrar residencias para Alzheimer

En miResi te ayudamos a encontrar residencias para Alzheimer en Torrejón de Ardoz

En miResi, nuestro objetivo es brindarte una guía completa de las **residencias para Alzheimer en Torrejón de Ardoz**. Te ofrecemos información en tiempo real sobre **la disponibilidad de plazas, precios, servicios y las ayudas públicas que puedes solicitar para financiar el centro**.

Entendemos que atravesar momentos complicados y tomar decisiones cruciales sobre el cuidado de un ser querido puede resultar abrumador. Nuestro objetivo es ofrecerte el apoyo que necesitas para garantizar que tu familiar reciba la atención y el cuidado que se merece en un ambiente seguro y con la mejor calidad de vida.

Trabajamos con una amplia red de residencias para Alzheimer y te recomendamos aquellas que se adapten mejor a tus requisitos y necesidades.

Digest / Communiqué

 18/12/2024

7 hábitos saludables para cuidar del descanso en navidad

Source

INSURTECH COMMUNITY HUB

 Compatibilité Sauvegarder (0)   partager

7 hábitos saludables para cuidar del descanso en navidad y recargar energías para el nuevo año

- Durante las festividades navideñas, los cambios en las rutinas diarias, la sobreestimulación provocada por el ruido, las luces brillantes y las actividades constantes, y el estrés derivado por todo ello pueden dificultar la relajación y alterar los patrones del sueño.
- Echarse siestas cortas, evitar comidas abundantes antes de dormir, reducir el consumo de alcohol y tabaco, crear rutinas relajantes, sustituir las cenas por comidas, mantener la casa ordenada y hacer actividad física son algunos de los consejos que los expertos de Cigna Healthcare facilitan para cuidar el descanso en esta época.

Durante las festividades navideñas, los cambios en las rutinas diarias, como las reuniones sociales hasta altas horas de la noche, los viajes, o el consumo de alimentos ricos en azúcares y grasas, pueden alterar significativamente los patrones de sueño. A esto se suma la sobreestimulación provocada por el ruido, las luces brillantes y las actividades constantes, que pueden dificultar la relajación y el momento de conciliar el sueño. Además, el estrés asociado a la organización de eventos, las compras de última hora y las expectativas familiares pueden aumentar la ansiedad, afectando la calidad del descanso y desajustando el ritmo circadiano.

Entre un 20 y un 48% de los adultos en España tiene problemas para iniciar o mantener el sueño, tal y como indica la Sociedad Española de Neurología, una situación que puede agravarse durante la Navidad. Y es que, durante estas fechas, las rutinas suelen alterarse debido a reuniones sociales que se prolongan hasta tarde y comidas abundantes. lo que resulta en un sueño más ligero o menos

Dolor

La ciencia explica por qué duelen las articulaciones cuando llueve o hay mal clima meteorológico

Investigaciones científicas revelan cómo el clima puede intensificar las molestias articulares.

Actualizado el 18 de Diciembre de 2024 22:00



Escuchar
4:00 minutos



En esta noticia

¿Por qué duelen las articulaciones cuando llueve o hay mal clima?

¿Cómo aliviar el dolor articular en días de mal clima?

El **mal clima**, además de afectar nuestro estado de ánimo, también afecta a nuestro cuerpo. Muchas personas aseguran sentir **dolores en las articulaciones cuando llueve** o se registran cambios bruscos en la temperatura.

La **ciencia**, mediante diferentes **investigaciones**, consiguió **explicar por qué duelen las articulaciones** cuando hay mal clima. De esta forma, se puede establecer una relación entre estos **dolores** y los **cambios de temperatura**.

lo que íbamos a hacer: cuál es la explicación científica

Limpieza energética. El efectivo ritual que tenés que hacer en la puerta de tu casa para abrir nuevos caminos en tu vida

¿Por qué duelen las articulaciones cuando llueve o hay mal clima?

El vínculo entre el **mal clima** y el **dolor articular** es un tema de interés para la ciencia, aunque las causas exactas aún generan debate.

La **presión barométrica** parece tener un **impacto directo**. Según la Escuela de Medicina de Harvard, una **caída en esta presión** puede hacer que los **tejidos alrededor de las articulaciones se expandan**, lo que genera molestias.

La **humedad y el frío** también están relacionados con un **aumento del dolor**. Un **metaanálisis realizado en 2023 en China** señaló que los **pacientes con artrosis** sufrían más **molestias en ambientes húmedos** y con bajas temperaturas.

En la misma línea, un **estudio** británico de 2019 citado por la *Arthritis Foundation* identificó una **correlación entre el dolor articular** y factores como la **presión atmosférica y la humedad relativa**.



La humedad y el frío están directamente relacionados con el aumento de las molestias articulares. (Foto: Freepik)

Además, el estilo de vida influye significativamente. Durante los **días fríos y húmedos**, muchas personas tienden a moverse menos, lo que puede agravar la **rigidez en las articulaciones**.



[Leer más](#)

00:00

02:06

Sin embargo, no todos los estudios coinciden. La **Sociedad Española de Neurología** explica que es difícil separar los efectos de la presión y la humedad de otros factores ambientales.

La biometeorología, una disciplina que estudia cómo el clima afecta la salud, también aporta claves interesantes. **Bea Hervella**, de la Agencia Estatal de Meteorología (AEMET), menciona que en condiciones de **alta humedad, el cuerpo tiene dificultades para regular su temperatura**, lo que puede intensificar ciertos síntomas.

Por último, especialistas como **Concha Delgado**, jefa del **Servicio de Reumatología del Hospital Lozano Blesa**, afirman que las **variaciones locales del clima**, más que las generales, son las que influyen en el **dolor articular**, ya que el cuerpo tiende a adaptarse al entorno habitual.

Para tener en cuenta. La función que hay que desactivar del teléfono celular para que no te roben los datos bancarios



perfectas para descansar en familia

¿Cómo aliviar el dolor articular en días de mal clima?

Si bien el clima no puede controlarse, hay ciertas **recomendaciones** o consejos que pueden ayudar a **mitigar el dolor articular** durante días de humedad, frío o lluvias:

Mantenerse en movimiento: realizar ejercicios suaves, como estiramientos o yoga, ayuda a reducir la rigidez y mejora la circulación.

Abrigar las articulaciones: usar ropa térmica o protectores específicos para mantener las zonas afectadas a una temperatura cálida.

Aplicar calor local: bolsas térmicas o compresas calientes pueden aliviar el dolor y relajar los músculos cercanos.



Hidratación adecuada: beber suficiente agua, mejora la elasticidad de los tejidos y combate los efectos del clima seco o frío.

Consultar al médico: ante dolores persistentes, es fundamental buscar orientación profesional para ajustar tratamientos o terapias según las necesidades individuales.

Estos cuidados **mejoran la calidad de vida en días de mal clima**, como también **ayudan a prevenir molestias futuras** y mantener las articulaciones en buen estado.

Noticias de tu interés

Compartí tus comentarios

¿Querés dejar tu opinión? Registrate para comentar este artículo.

INGRESÁ

Comentar



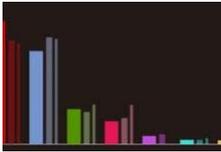
DEPORTES

los primeros síntomas aparecen entre los 20 y 40 años

• 18 de diciembre de 2024 ■ 3 minutos de lectura



Publicaciones relacionadas



El CIS publica su última encuesta del año tras las revelaciones de Aldama y el congreso del PSOE

🕒 19 de diciembre de 2024



El punto no le vale a nadie

🕒 18 de diciembre de 2024



Antonio Orozco envía un mensaje de ánimo a Raphael desde 'El Hormiguero'

🕒 18 de diciembre de 2024



Esta Copa Intercontinent al nace manchada

🕒 18 de diciembre de 2024

Este miércoles, como cada 18 de diciembre, se celebra el **Día Nacional de la Esclerosis Múltiple**. Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) afecta a 55.000 personas y

cada año se diagnostican más de 2.500 nuevos casos.

- Se trata de la **segunda causa de discapacidad más frecuente en los adultos jóvenes españoles**.
- También es, después de la epilepsia, la **segunda enfermedad neurológica más frecuente** entre los jóvenes españoles.
- Y aunque la esclerosis múltiple puede afectar a personas de todas las edades, es más común que se inicie entre 20 a 40 años

De acuerdo a la Federación Internacional de Esclerosis Múltiple (MSIF), existen alrededor de 2,8 millones de personas diagnosticadas con **esclerosis múltiple** en todo el mundo. Esto significa que una de cada 3.000 personas padecen esta enfermedad, aunque existen países en los que la prevalencia es aún más alta.

En España, la prevalencia de esta patología neurológica **se clasifica como media-alta, con una ratio de entre 80 y 180 personas por cada 100.000 habitantes**, dependiendo de la comunidad autónoma.

Aumentan un 20% los casos de esclerosis múltiple en los últimos 5 años / Rawpixel. FREEPIK

La esclerosis múltiple también afecta a los niños

Cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso. Pero, en los **últimos 10 años**, en todo el mundo, el número de personas con **esclerosis múltiple ha aumentado en más de un 22%**.

Este aumento se ha producido casi exclusivamente en las formas en brotes y sobre todo a expensas de un **incremento del número de casos en mujeres, pero también en población infantil**.

Además, también ha **incrementado considerablemente el número de pacientes menores de 18 años**, aunque sigue siendo algo poco habitual.

Ya hay **al menos 30.000 niños diagnosticados de esclerosis múltiple en todo el mundo**. Como explican desde la SEN, esta incidencia infantil puede estar justificada tanto por la mejora de las técnicas diagnósticas como por el incremento de las opciones de tratamiento, pero también, por causas que aún se desconocen.

Síntomas de la esclerosis múltiple

- Problemas de visión
- Dificultad para caminar o mantener el equilibrio
- Entumecimiento en brazos y piernas
- Rigidez muscular
- Depresión
- Problemas en la función sexual o la micción
- Sensación de mucho cansancio

Por qué aparece la esclerosis múltiple

La **doctora Ana Belén Caminero**, Coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la Sociedad Española de Neurología señala que:

- “La esclerosis múltiple se produce como resultado del **ataque del sistema inmunitario al sistema nervioso central**, pero las causas últimas detrás de la enfermedad aún no están claras.
- Se cree que se origina en **personas genéticamente predispuestas ante la exposición a ciertos factores ambientales** como infecciones (sobre todo el virus de Epstein-Barr), niveles bajos de vitamina D en suero, tabaquismo, obesidad (sobre todo durante la adolescencia)...
- Y probablemente a ciertos **factores hormonales** que hacen que las **mujeres tengan el doble de riesgo** de desarrollar esta enfermedad”.



La esclerosis múltiple es la segunda causa de discapacidad entre los jóvenes. / Freepik

También se estudia si cambios en los estilos de vida, **aumento de la exposición a los factores de riesgo** y posiblemente también a factores hormonales y reproductivos pueden estar también detrás de este aumento de los casos pueden originar esta patología.

Infradiagnóstico: el otro problema de la esclerosis múltiple

Según los últimos estudios internacionales realizados al respecto, en más de tres cuartas partes de los países existen problemas que impiden el diagnóstico temprano de la esclerosis múltiple. Pero, además, en 7 de cada 10 países, los pacientes con esclerosis múltiple tienen problemas para acceder a terapias que modifican la enfermedad y, en 4 de cada 10 países, no están disponibles terapias para síntomas tan discapacitantes como la fatiga y el deterioro cognitivo que puede generar.

¿Se puede ralentizar el avance de la enfermedad?

La doctora Caminero recalca que **la esclerosis múltiple “actualmente no tiene cura”, pero la detección y diagnóstico precoces son piezas clave** para modificar el curso a medio y largo plazo en muchos de estos pacientes.

- “Gracias a los avances que se han producido en el tratamiento, en muchos casos, **la esclerosis múltiple puede mejorar o estabilizarse incluso desde el inicio de la enfermedad**. Por lo que si se mejoran los tiempos de detección, se puede iniciar un tratamiento lo antes posible y evitar el avance de la discapacidad”.



Esclerosis Múltiple: primeros síntomas de una de las enfermedades más frecuentes en mujeres jóvenes / Freepik

Meses hasta conseguir un diagnóstico

Según datos manejados por la SEN, la demora diagnóstica entre la presentación de los primeros síntomas de la esclerosis múltiple puede alcanzar hasta los tres años en al menos un 20% de los pacientes. Y **en más de 56% de los casos, se tardan más de seis meses en ser diagnosticados** tras la aparición de la sintomatología.

- “Un **diagnóstico precoz** nos permite instaurar los **tratamientos disponibles de una forma muy temprana**, lo que ayuda a modificar radicalmente el pronóstico de muchos de los pacientes con esclerosis múltiple”, subraya la especialista.

“Esto era algo que hasta hace muy pocos años no se podía hacer, por lo que estimamos que **hasta el 75% de los pacientes con esclerosis múltiple tienen algún tipo de discapacidad reconocida**, pero gracias a los tratamientos actuales, estas cifras se irán reduciendo en los próximos años”.

BUSCAR

Head Topics

ÚLTIMAS NOTICIAS

NOTICIAS DE ÚLTIMA HORA

TITULARES

HISTORIAS

CONVIÉRTETE EN EDITOR



18/12/2024 9:24:00

informativost5

Reading Time:

9 sec. here

7 min. at publisher

Quality Score:

News: 24%

Publisher: 88%

Salud Noticias

Nuevo fármaco promete frenar la progresión de la Esclerosis Múltiple

Esclerosis Múltiple, Enfermedad Autoinmune, Fármaco

Más de 55.000 personas conviven con la esclerosis múltiple (EM) en España, y cada año se diagnostican unos 2.000 nuevos casos. Esta enfermedad autoinmune afecta al cerebro y la médula espinal, causando síntomas que varían en tipo y gravedad. Hasta ahora, los tratamientos se centraban en controlar los brotes, pero un nuevo fármaco promete ralentizar la progresión de la discapacidad.



Lo que una neuróloga recomienda no comer a las mujeres para evitar acelerar la pérdida de memoria

ROCÍO BARRANTES | NOTICIA 18.12.2024 - 08:20H



Lisa Mosconi, experta en neurología en Harvard y directora de la Weill Cornell Women's Brain Initiative, descubrió que el cerebro de mujeres envejece diferente al de los hombres, por lo que los hábitos a seguir no son los mismos.

[Saurabh Sethi, médico de Harvard, advierte sobre las bebidas 'light' en mujeres: "más riesgo de derrame cerebral"](#)

20minutos



MUJER.ES



Según datos de la [Sociedad Española de Neurología](#), cada año se detectan casi **40.000 casos de Alzheimer en España, siendo el 65% de diagnósticos mujeres**. La [pérdida de memoria aumenta con el paso de los años](#), manifestándose así de forma general a partir de los 60 años. Que las féminas sean más propensas a casos de demencia o pérdida de memoria se relacionaba hace años con su mayor esperanza de vida. No obstante, algunas investigaciones, como la liderada por **la neuróloga Lisa Mosconi**, ha revelado que las **diferencias en el cerebro de las mujeres y los hombres** puede ser la explicación definitiva.

La experta en neurología y [directora de la Weill Cornell Women's Brain Initiative](#) ha dedicado los años de su carrera a estudiar el cerebro de la mujer. Sobre todo, ha hallado el impacto que la alimentación puede tener en la salud cerebral. En su libro 'Brain Food', **la doctora se sumerge en las necesidades nutricionales, ya que "nuestro cerebro funciona literalmente a base de nutrientes"**. No obstante, la dicotomía de la alimentación es que así como hay alimentos que favorecen al cerebro, otros pueden acelerar su deterioro.

NOTICIA DESTACADA



La fruta que ayuda a regular el azúcar en sangre, bajar la presión arterial y alivia el dolor menstrual

Cinco alimentos que no se deben comer según Lisa Mosconi

La neuróloga, que ha pasado más de 20 años de investigaciones, ha

DESTACADO



Las críticas de Jiménez Losantos a la fallecida Marisa Paredes suscitan un aluvión de comentarios en las redes
20minutos



Así le cambió la vida el Gordo de la Lotería de Navidad a Nacho Guerreros, Coque en 'La que se avecina'
20minutos



Vanessa aparece en el plató con las secuelas visibles y ocultas de su operación estética: 'Está siendo bastante doloroso'
20minutos



La Fiscalía sueca archiva la causa contra Kylian Mbappé por supuesta violación: 'Las pruebas no son suficientes'
20minutos

MÁS INFORMACIÓN SOBRE:

Alzhéimer

Cerebro

Nutrición

Propiedades de alimentos

20minutos



MUJER.ES



forman parte de la dieta diaria de las personas. Su consumo regular, del que a veces no se es consciente, son los que ponen en jaque a la salud cerebral.



Mujer comiendo ultraprocesados. / Getty Images

Para empezar, señala los **alimentos ultraprocesados**. Estos son totalmente reconocidos como negativos para la salud, ya que contienen diversidad de aditivos, grasas y azúcares procesadas en la industria. Llevar una alimentación rica en ultraprocesados es sinónimo de no adquirir nutrientes esenciales como la proteína y la fibra. Se pueden encontrar en pizzas, patatas fritas y bebidas carbonatadas. Además de tener un impacto importante en la memoria, los estudios también la responsabilizan de la aparición de distintas enfermedades metabólicas.

Dentro de los ultraprocesados, se pueden encontrar, por tanto, los **alimentos fritos**. Estos ingredientes, pasados por altas cantidades de aceite, sobre todo grasas saturadas y trans, son perjudiciales para el cerebro, ya que no favorecen la circulación sanguínea. Si el flujo sanguíneo no llega al motor cerebral se reduce la capacidad de almacenar la información.

NOTICIA DESTACADA



Los ocho hábitos que Harvard recomienda para mejorar la memoria de las mujeres a partir de los 40

Además, tener una dieta regular con grandes cantidades de **azúcares** podrían dañar tu salud cerebral. No obstante, las investigaciones también dan puntos positivos al consumo de azúcar, ya que la glucosa es una de las fuentes principales de energía del cerebro. Sin embargo, el consumo excesivo se ha relacionado con pérdida de habilidades cognitivas. Según la Organización Mundial de la Salud se recomienda 6 cucharaditas de azúcar en el día.

En este caso, tampoco hay que olvidarse de los edulcorantes artificiales. Aunque se ofrezcan como alternativas más dietéticas, estos también tiene un impacto en el cerebro. De hecho, tal y como apunta el médico de Harvard, Saurabh Sethi, tras diversas investigaciones: "Dos o más

20minutos



MUJER.ES



bebidas, favorece la destrucción de neuronas, desarrollando así enfermedades neurológicas.

NOTICIA DESTACADA



Los ocho errores que impiden perder peso según una nutricionista

Qué alimentos sí recomienda para mejorar la memoria



Los alimentos proporcionan nutrientes esenciales para la salud cerebral. / Getty Images

Entre tantos estudios e investigaciones, los neurólogos han podido ir detectando hasta **45 nutrientes esenciales** para el cerebro. Tal y como apuntan desde la [Clínica Universidad de Navarra](#), "**el metabolismo de las células del sistema nervioso requiere oxígeno y glucosa**". Por ello, hay que buscar alimentos con los mejores nutrientes que favorezcan el buen funcionamiento. Algunos de los recogidos por la neuróloga Lisa Mosconi son los siguientes:

- **Boniato.** Este tubérculo es rico en vitamina A y antioxidantes según [The Nutrition Source](#). Estos nutrientes hacen que se **reduzca el estrés oxidativo**. Además, al ser una fuente de potasio también mantiene al sistema nervioso sano.
- **Frutos rojos.** Estas bayas de color rojo o morado destacan por combatir **mediante su contenido en flavonoides** a los radicales libres, responsables del deterioro celular. Contribuyen así a reducir las patologías relacionadas con el envejecimiento como el Alzheimer.
- **Pescado.** Lisa Mosconi recoge en sus estudios la importancia de dotar al organismo de **Omega-3**. Esos ácidos grasos se pueden conseguir a través de una **alimentación rica en pescados**, ya que gracias a estos el cerebro mantiene un desarrollo y crecimiento óptimos, aumentando la capacidad de aprendizaje.
- **Ciruelas.** Gracias a su contenido de antioxidantes y **compuestos neuroprotectores**, la ciruela es una fruta recomendada por la neuróloga para el buen funcionamiento del cerebro. Algunas **investigaciones han llegado a la conclusión que sus compuestos** pueden mejorar la memoria.

El Hospital Doctor Peset se convierte en centro acreditado en la atención a personas con esclerosis múltiple

Por **Pedro Gómez** - 18 de diciembre de 2024

El Hospital Universitario Doctor Peset se ha convertido en el segundo centro sanitario de la Comunitat Valenciana en **lograr la certificación ESCALEM, otorgada por la Sociedad Española de Calidad Asistencial (SECA) por la atención que realiza a las personas con esclerosis múltiple**. Así se ha conocido en el contexto del Día Nacional de la Esclerosis Múltiple.



La norma acredita el nivel certificado en la atención y el cuidado de pacientes con esta patología a través del cumplimiento de un conjunto de estándares relativos a los medios y los procedimientos practicados en el hospital.

El Servicio de Neurología del Hospital Universitario Doctor Peset ofrece asistencia a más de 400 personas con esclerosis múltiple. Además, este servicio ha puesto en marcha en los últimos años otras consultas monográficas o específicas para tratar pacientes con enfermedades neurológicas especialmente complejas o que requieren tratamientos o controles superespecializados. Es el caso de cefaleas, epilepsia farmacorresistente, patología neuromuscular, párkinson avanzado y otras enfermedades extrapiramidales, enfermedad cerebrovascular y deterioro cognitivo.

Privacidad

ESCALEM, presentada en julio de 2022, es la primera guía centrada en la mejora asistencial de los pacientes con esclerosis múltiple en España. Pone a disposición de los profesionales sanitarios un conjunto de directrices que colaboran en la optimización de los procedimientos y en lograr mejores resultados tanto para los pacientes como para la práctica clínica y la eficacia del sistema sanitario.

Los objetivos de la norma son, por un lado, avanzar hacia un modelo de práctica clínica basada en la evidencia y en la experiencia clínica y, por otro, aplicar un enfoque centrado en el paciente para agilizar el diagnóstico, ofrecer el tratamiento adecuado lo antes posible y garantizar un correcto seguimiento de los pacientes con esclerosis múltiple.

Criterios de evaluación

La acreditación ESCALEM consolida al Hospital Universitario Doctor Peset como un referente en el manejo de la esclerosis múltiple al asegurar que cumple los diez criterios requeridos para obtener la certificación. Seis de estos indicadores hacen referencia a aspectos necesarios desde el punto de vista organizativo o de recursos, tres de ellos a procedimientos o protocolos que han de estar integrados y uno monitoriza la adecuación de los resultados esperados por los pacientes en este tipo de unidades.

“Este reconocimiento certifica que la atención prestada a los pacientes con esclerosis múltiple en nuestro hospital es acorde con los últimos avances relacionados con el diagnóstico y tratamiento, y que cuenta con la calidad técnica y humana deseables. Nuestro compromiso es seguir innovando y mejorando nuestras prácticas para brindar un cuidado excepcional a todos los pacientes con esta enfermedad”, ha señalado **el doctor Lamberto Landete, jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario Doctor Peset.**

Asimismo, **el equipo que integra la unidad de esclerosis múltiple ha afirmado que la acreditación ESCALEM enfatiza la importancia del trabajo multidisciplinar en la atención a estos pacientes, puesto que mejora la atención sanitaria y humana, así como la eficiencia del sistema.**

“En este importante proyecto, además del personal facultativo, ha participado enfermería, personal auxiliar y administrativo y otros servicios del hospital como Radiodiagnóstico, Rehabilitación, Urología y otros”, ha apuntado el doctor Landete.

ESCALEM está dirigida por la Sociedad Española de Calidad Asistencial (SECA), en colaboración con Novartis, y cuenta con el aval de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la Sociedad Española de Farmacia Hospitalaria (SEFH), la Sociedad Española de Directivos de la Salud (Sedisa), la Sociedad Española de Enfermería Neurológica (Sedene), la Sociedad Española de Informática de la Salud (SEIS), la Sociedad Española de Neurorradiología (SENOR) y la Asociación de Pacientes con Esclerosis Múltiple de España (EME).

Se estima que más de 55.000 personas sufren esclerosis múltiple en España, una enfermedad neurológica que aparece frecuentemente en mujeres

Privacidad

jóvenes y que presenta cuadros sintomáticos muy diversos, lo que complica su abordaje.

H. Doctor Peset se convierte en centro acreditado en la atención a personas con esclerosis múltiple

El Hospital Doctor Peset se convierte en el segundo centro de la Comunidad Valenciana en lograr la certificación ESCALEM de calidad en el cuidado de pacientes con esta patología



H. Doctor Peset se convierte en centro acreditado en la atención a personas con esclerosis múltiple (Foto. Hospital Doctor Peset)

El **Hospital Universitario Doctor Peset** es el segundo centro sanitario de la Comunidad Valenciana en lograr la certificación **ESCALEM**, otorgada por la **Sociedad Española de Calidad Asistencial** (SECA) por la atención que realiza a las personas con esclerosis múltiple. Así se ha conocido en el **Día Nacional de la Esclerosis Múltiple**. Se estima que más de 55.000 personas sufren esta enfermedad neurológica que aparece frecuentemente en mujeres jóvenes y que presenta cuadros sintomáticos muy diversos, lo que complica su abordaje.

El Servicio de Neurología del Hospital Universitario Doctor Peset ofrece asistencia a más de **400 personas** con esclerosis múltiple. Además, ha puesto en marcha en los últimos años otras consultas monográficas o específicas para tratar pacientes con enfermedades neurológicas especialmente complejas o que requieren tratamientos o controles superespecializados. Es el caso de cefaleas, epilepsia farmacorresistente, patología neuromuscular, párkinson avanzado y otras enfermedades extrapiramidales, enfermedad cerebrovascular y deterioro cognitivo.

"Nuestro compromiso es seguir innovando y mejorando nuestras prácticas para brindar un cuidado excepcional a todos los pacientes con esta enfermedad" Dr. Lamberto Landete

ESCALEM, presentada en julio de 2022, es la primera guía centrada en la mejora asistencial de los pacientes con esclerosis múltiple en España. Pone a disposición de los profesionales sanitarios un conjunto de directrices que colaboran en la optimización de los procedimientos y en lograr mejores resultados tanto para los pacientes como para la práctica clínica y la eficacia del sistema sanitario. Los objetivos de la norma son, por un lado, avanzar hacia un modelo de práctica clínica basada en la **evidencia y en la experiencia clínica** y, por otro, aplicar un enfoque centrado en el paciente para agilizar el diagnóstico, ofrecer el tratamiento adecuado lo antes posible y garantizar un correcto seguimiento de los pacientes con esclerosis múltiple.

La acreditación ESCALEM consolida al Hospital Universitario Doctor Peset como un referente en el manejo de la esclerosis múltiple al asegurar que cumple los **10 criterios requeridos** para obtener la certificación. Seis de estos indicadores hacen referencia a aspectos necesarios desde el punto de vista organizativo o de recursos, tres de ellos a procedimientos o protocolos que han de estar integrados y uno monitoriza la adecuación de los resultados esperados por los pacientes en este tipo de unidades.

"En este importante proyecto, además del personal facultativo, ha participado enfermería, personal auxiliar y administrativo y otros servicios del hospital como Radiodiagnóstico, Rehabilitación, Urología y otros"

"Este reconocimiento certifica que la atención prestada a los pacientes con **esclerosis múltiple** en nuestro hospital es acorde con los últimos avances relacionados con el diagnóstico y tratamiento, y que cuenta con la calidad técnica y humana deseables. Nuestro compromiso es seguir innovando y mejorando nuestras prácticas para brindar un cuidado excepcional a todos los pacientes con esta enfermedad", ha señalado el **Dr. Lamberto Landete**, jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario Doctor Peset.

Asimismo, el equipo que integra la unidad de esclerosis múltiple ha afirmado que la acreditación ESCALEM enfatiza la importancia del trabajo multidisciplinar en la atención a estos pacientes, puesto que mejora la atención sanitaria y humana, así como la eficiencia del sistema.

“En este importante proyecto, además del personal facultativo, ha participado enfermería, personal auxiliar y administrativo y otros servicios del hospital como Radiodiagnóstico, Rehabilitación, Urología y otros”, ha apuntado el doctor Landete.

ESCALEM está dirigida por la Sociedad Española de Calidad Asistencial (SECA), en colaboración con Novartis, y cuenta con el aval de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la Sociedad Española de Farmacia Hospitalaria (SEFH), la Sociedad Española de Directivos de la Salud (Sedisa), la Sociedad Española de Enfermería Neurológica (Sedene), la Sociedad Española de Informática de la Salud (SEIS), la Sociedad Española de Neurorradiología (SENOR) y la Asociación de Pacientes con Esclerosis Múltiple de España (EME).

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

Publicidad

Te puede gustar

Enlaces Promovidos por Taboola

Un médico aconseja a las mujeres: "Tiren la crema a la basura y utilicen este remedio casero"

goldentree.es

El regalo perfecto para estas fiestas

Nespresso

Ver más

Difícil de creer: Este es el precio real de los audífonos en Tarancón

hearclear