

Este brillante invento japonés traduce instantáneamente idiomas...

Publicidad Enence



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

Publicidad Ryoko



20 minutos

Seguir

81.9K Seguidores



# Alberto García, neuropsicólogo: "Próximos avances nos obligarán a replantearnos cómo creemos que funciona el cerebro"

Historia de Merche Borja • 5 mes(es) •

1 minutos de lectura



Alberto García, neuropsicólogo: "Próximos avances nos obligarán a replantearnos cómo creemos que funciona el cerebro"

© Proporcionado por 20minutos

dominio  
hosting  
alojamiento web.

📞 0985112217

**newpixel**  
CREATIVE

🕒 martes 7, enero, 2025



ÚLTIMA HORA

ACTUALIDAD

EL ORO

ECUADOR

MUNDO

DEPORTES

OPINIÓN

MUNDO

# Los errores alimenticios que aceleran la pérdida de memoria en mujeres

 Machala Movil 04/01/2025 👁 88



De acuerdo con la Sociedad Española de Neurología, cerca de 40.000 casos de Alzheimer se detectan cada año en España, y la mayoría de estos diagnósticos corresponden a mujeres, señala un artículo del sitio 20 minutos.

La neuróloga Lisa Mosconi, dice la publicación, ha dedicado años a estudiar el impacto de la alimentación en la salud cerebral. En su libro 'Brain Food', destaca cómo ciertos alimentos pueden acelerar el deterioro cognitivo.

## Alimentos que pueden perjudicar la memoria

De acuerdo con el artículo mencionado, uno de los principales culpables de la pérdida de memoria son los alimentos ultraprocesados. Estos incluyen productos como pizzas, patatas fritas y refrescos carbonatados, que contienen altos niveles de aditivos, grasas trans y azúcares procesados.

Estos ingredientes no solo afectan la memoria, sino que también aumentan el riesgo de enfermedades metabólicas.

La comida frita es otro enemigo del cerebro, ya que las altas cantidades de aceite, especialmente las grasas saturadas, pueden obstruir el flujo sanguíneo al cerebro, lo que reduce la capacidad de retener información.

Otro enemigo silencioso son los azúcares refinados. Aunque la glucosa es esencial para el funcionamiento del cerebro, su consumo excesivo puede causar daño cognitivo.

La Organización Mundial de la Salud recomienda un máximo de seis cucharaditas de azúcar al día, pero muchas personas superan este límite sin ser conscientes de sus consecuencias.

Además, los edulcorantes artificiales, presentes en productos dietéticos y bebidas light, también pueden perjudicar la memoria. Según Saurabh Sethi, médico de Harvard, consumir más de dos refrescos dietéticos al día puede aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares y neurológicas.

# Alimentos que pueden ayudar a la memoria

Por suerte, también hay alimentos que pueden contribuir al buen funcionamiento del cerebro. Según Lisa Mosconi, la clave está en incluir nutrientes esenciales que favorezcan la memoria y el rendimiento cognitivo.

La ciruela, rica en antioxidantes y compuestos neuroprotectores, es especialmente beneficiosa para mejorar la memoria, según varias investigaciones.

Otro alimento que se destaca es el boniato, que es rico en vitamina A y antioxidantes. Este tubérculo también proporciona potasio, lo que contribuye a mantener el sistema nervioso en condiciones óptimas.

Las bayas rojas, como las fresas y arándanos, son igualmente importantes, ya que sus flavonoides combaten los radicales libres que pueden acelerar el envejecimiento cerebral.

El pescado es otro alimento que no puede faltar en una dieta para una memoria saludable. Gracias a su alto contenido de Omega-3, especialmente el salmón, se favorece el desarrollo y crecimiento del cerebro, mejorando la capacidad de aprendizaje y memoria.

Según la Clínica Universidad de Navarra, los nutrientes como el oxígeno y la glucosa son fundamentales para las células cerebrales, por lo que es importante incluir alimentos ricos en estos elementos.

Tags: Salud



Artículo anterior  
**Natti Natasha fue hospitalizada de urgencias en Puerto Rico**

Artículo siguiente  
**Agrupaciones políticas y sociales analizan denunciar a Daniel Noboa**



Este brillante invento japonés traduce instantáneamente idiomas...

Publicidad Enence



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

Publicidad Ryoko



TENDENCIAS

Tendencias

Seguir

4.2K Seguidores



# Olvídate del insomnio con estos cinco sencillos consejos de un experto

Historia de Noemí Valle • 19 h •

3 minutos de lectura



Olvídate del insomnio con estos cinco sencillos consejos de un experto

Según los datos publicados por la Sociedad Española de Neur



Comentarios

entre [un 20 y un 48% de la población adulta en España](#) padece algún trastorno del sueño. Unos números que pueden parecernos un tanto alarmantes y que junto con el [informe de la SEN](#), donde se advierte de que 4 millones de adultos de nuestro país estarían sufriendo de insomnio crónico, deja clara una cosa: **nos cuesta bastante conciliar el sueño**, algo que a la larga puede pasar factura a nuestra salud.



Placassolares.es

## Ofertas de paneles solares

Publicidad

[Dr. Rawdy](#), un médico especialista en medicina interna, ha compartido un vídeo en redes sociales con algunos de sus consejos para **intentar combatir el insomnio** y ayudarnos a dormir mejor. Tranquilas, estos nada tienen que ver con esos remedios caseros que

Continuar leyendo

## Contenido patrocinado



Placassolares.es

## Ofertas de paneles solares

Publicidad



RIU Hotels &amp; Resorts

## Aprovecha este hasta 10% de descuento extra\* en tu próxima reserva, solo por s...

Publicidad

Comentarios

¿Te atreves a conducirlo?

Patrocinado Nuevo Qashqai Hí...



Nunca ha habido un mejor momento para obtener una nueva tarjeta de crédito

Patrocinado American Express



Independent en Español

Seguir

40.1K Seguidores



# El chileno Javier Altamirano convulsiona por trombosis cerebral, determinan estudios médicos

Historia de AP Noticias • 10 mes(es) • 2 minutos de lectura



ALTAMIRANO SALUD © AP

© 2025 Microsoft

Tus opciones de privacidad

Privacidad y cookies

Términos de uso

Anunciar ...

Comentarios

El futbolista chileno Javier Altamirano convulsionó durante el encuentro de su equipo Estudiantes La Plata contra [Boca Juniors](#) por la liga argentina a causa de una trombosis en el sistema venoso del cerebro, según determinaron los estudios médicos a los que fue sometido este lunes mientras continúa hospitalizado.



Nuevo Qashqai Híbrido

**¿Te atreves a conducirlo?**

Patrocinado

El volante se desplomó al promediar el primer tiempo en el estadio UNO de La Plata el domingo por la 11ma. fecha de la Copa de la Liga de Argentina. El partido, con marcador 0-0, fue suspendido a los 27 minutos.

El parte médico difundido por Estudiantes un día después detalló que la causa del dramático episodio fue "una trombosis del seno longitudinal superior (cerebro)". Agregó que Altamirano se encuentra "estable, con medicación y a la espera de nuevos estudios". Seguirá hospitalizado.

Según la Sociedad Española de Neurología, en una trombosis el paciente presenta un trombo o un coagulo sanguíneo que impide o dificulta la circulación sanguínea, en este caso en los senos venosos cerebrales. El síntoma más frecuente es la cefalea, acompañado por otros síntomas como vómitos, crisis epilépticas, pérdida de fuerza o sensibilidad mantenida, alteración de la marcha o alteración del lenguaje o habla y episodios confusionales, entre otros.



MÁSMÓVIL

**300Mb de fibra, Sí**

Patrocinado

En el Estadio UNO se vivieron minutos dramáticos luego de que el

“Roja” Ricardo Gareca para los amistosos de la fecha FIFA- cayera al piso sin que mediara ninguna acción de juego.

El árbitro Echenique interrumpió el partido ante los llamados desesperados de los compañeros de Altamirano, que reclamaban desesperadamente su atención, al igual que el entrenador del “Pincha”, Eduardo Domínguez.

Enseguida ingresó a la cancha una ambulancia que trasladó a Altamirano a una clínica cercana. Tras consultar con el capitán de Estudiantes, José Sosa, el juez decidió dar por suspendido el juego.

Todavía no se definió la fecha para reanudar el partido.

## Contenido patrocinado



RIU Hotels & Resorts

**Aprovecha este hasta 10% de descuento extra\* en tu próxima reserva, solo por s...**

Patrocinado



Nuevo Qashqai Híbrido

**¿Te atreves a conducirlo?**

Patrocinado

## Más para ti

## La esclerosis múltiple es conocida como 'la enfermedad de las mil caras' debido a la amplia variedad de síntomas que puede presentar.

 15 de enero de 2025  Neurología

31/12/2024

En A pie de consulta nos acercamos a los centros de trabajo de los médicos para saber más de su día a día. Conversamos con ellos para conocer cómo desarrollan su trabajo, cuáles son sus inquietudes y demandas en una época como la actual.

La Esclerosis Múltiple (EM) es conocida como '*la enfermedad de las mil caras*'. La razón de esta denominación, en palabras de **Ana Belén Caminero**, *coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple y Enfermedades Neuroinmunológicas Relacionadas de la Sociedad Española de Neurología (SEN)*, es "*la amplia variedad de síntomas que puede presentar, y lo impredecible de su evolución*".

*"Esta enfermedad autoinmune, inflamatoria y neurodegenerativa afecta al sistema nervioso central, específicamente a la mielina, una capa protectora que recubre las neuronas y permite la transmisión rápida de los impulsos nerviosos. Cuando la mielina se daña, los mensajes que envía el cerebro al resto del cuerpo pueden volverse lentos o interrumpirse por completo, generando una diversidad de manifestaciones clínicas"*, desarrolla la especialista.

De hecho, una característica fundamental es que no hay dos personas que la vivan de la misma manera. *“Los síntomas pueden variar no solo entre individuos, sino también en la misma persona a lo largo del tiempo”*. Así, *“algunas experimentan problemas de visión, otras debilidad muscular, trastornos de sensibilidad, problemas de control vesical, fatiga extrema, problemas de coordinación o alteraciones cognitivas”*, añade. En algunos casos, además, estos síntomas pueden aparecer de manera intermitente y, en otros, de forma continua, *“lo que crea una verdadera incertidumbre sobre el curso que tomará la enfermedad”*, asegura Caminero.

Asimismo, los brotes o recaídas (momentos en los que los síntomas empeoran repentinamente) también añaden un componente de imprevisibilidad, según indica la neuróloga. *“Estos episodios pueden ser seguidos por periodos de remisión, donde los síntomas disminuyen, lo que complica aún más la comprensión y el manejo de la enfermedad”*. *“Es precisamente esta diversidad de síntomas, su imprevisibilidad y la forma tan distinta en que afecta a cada persona, lo que le ha ganado a la esclerosis múltiple el nombre de ‘la enfermedad de las mil caras’”*, insiste.

Aun con todo, cabe resaltar que el panorama de las personas con esclerosis múltiple ha cambiado *“de manera significativa”* en los últimos años. *“Aunque sigue siendo una enfermedad crónica y no tiene cura, los avances en investigación, tratamientos y el abordaje integral de la enfermedad han transformado notablemente la calidad de vida y la supervivencia de los pacientes”*, destaca Caminero.

Mientras que en el pasado el diagnóstico implicaba *“un pronóstico incierto y a menudo desalentador”*, con una alta probabilidad de discapacidad progresiva, hoy en día, *“gracias a la introducción de tratamientos modificadores de la enfermedad, este escenario ha mejorado de forma considerable”*. *“Estos tratamientos no solo ralentizan la progresión de la enfermedad, sino que también reducen la frecuencia y la gravedad de los brotes. Esto permite a los pacientes mantener su funcionalidad durante más tiempo y llevar una vida más activa y autónoma”*, expone Caminero.

Además, *“los avances en la detección temprana de la esclerosis múltiple, apoyados por herramientas como la resonancia magnética y mejores criterios diagnósticos, permiten comenzar los tratamientos en las primeras etapas, lo que ha demostrado ser clave para mejorar el pronóstico”. “También se ha avanzado en la comprensión de la naturaleza inflamatoria y neurodegenerativa de la enfermedad, abriendo nuevas líneas de investigación para tratamientos más efectivos y personalizados”,* añade.

En cuanto a la supervivencia, señala, diversos estudios han mostrado que la expectativa de vida de los pacientes con esclerosis múltiple ha aumentado, acortándose la brecha con la población general. *“Esto se debe, en parte, a los fármacos que han reducido las complicaciones graves asociadas con la enfermedad, pero también a la mejora en los cuidados médicos generales, el manejo de síntomas, la rehabilitación y las recomendaciones sobre mantenimiento de la salud cerebral global, que conllevan cambios en los hábitos de vida, hacia costumbres más saludables”,* sostiene.

En paralelo, la calidad de vida de los pacientes también se ha beneficiado de un enfoque multidisciplinario en el tratamiento. *“Hoy, los pacientes con esclerosis múltiple reciben atención no solo de neurólogos, sino también de especialistas en rehabilitación, psicólogos, fisioterapeutas y trabajadores sociales, lo que les permite abordar los síntomas de manera integral y mejorar su bienestar físico y emocional”,* desgrana la experta.

No obstante, aclara que, aunque los avances son prometedores, la esclerosis múltiple sigue representando un reto importante para los pacientes y sus familias. *“La variabilidad de la enfermedad, tanto en síntomas como en evolución, implica que no todos los pacientes responden igual a los tratamientos”. Sin embargo, remacha Caminero, “la investigación científica continúa buscando nuevas terapias que ofrezcan aún mejores resultados y, tal vez, una cura definitiva en el futuro”.*

<https://www.immedicohospitalario.es/noticia/49151/la-esclerosis->

Escápate con una Oferta de principios de año

Publicidad Booking.com



Ver ofertas

Publicidad Booking.com



europa  
press

Europa Press

Seguir

43.9K Seguidores



# La neuróloga valenciana Laura Lacruz, nueva coordinadora en la Sociedad Española de Neurología

Historia de Europa Press • 2 día(s) • 2 minutos de lectura



Comentarios



La doctora Lacruz  
© SOCIEDAD ESPAÑOLA DE NEUROLOGÍA

### VALÈNCIA, 8 (EUROPA PRESS)

Natural de Gandía (Valencia), la doctora Laura Lacruz trabaja actualmente como Médico Adjunto especialista en Neurología en el Hospital Universitario La Paz de Madrid. Es, además, colaboradora docente en la formación de médicos internos residentes de Neurología y de alumnos de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid y tutora de prácticas en planta de hospitalización de Neurología del Hospital Universitario La Paz.



Raid: Shadow Legends

**Sé el primero en jugar a este nuevo juego de PC**

Publicidad

Licenciada en Medicina y Cirugía y Doctora en Medicina por la Universitat de València y especialista en Neurología por el Hospital General Universitario de València, la doctora Laura Lacruz es autora numerosos artículos originales en revistas científicas, así como de varios capítulos de libros sobre enfermedades neurológicas.

Es integrante del Grupo de investigación de Neurología y Enfermedades Cerebrovasculares del Área de Neurociencias del Instituto de Investigación Sanitaria del Hospital Universitario L.

 Comentarios

(IdiPAZ) y ha participado en el programa Mentor 2023 de IdiPAZ de apoyo a investigadores jóvenes.

Ha sido también Secretaria de la Sociedad Valenciana de Neurología y Directora Técnica del Área Económica de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Los Grupos de Estudio de la SEN tienen el objetivo de aunar a los miembros de la sociedad científica, según el grado de especialidad en las diferentes patologías neurológicas o en el interés mostrado por temas relacionados con otros aspectos de la especialidad, y son los encargados de potenciar y desarrollar la investigación y la formación continuada de cada área.

Las nuevas Juntas de los Grupos de Estudio de la SEN fueron elegidas tras un periodo electoral que finalizó a finales de noviembre de 2024. Los nombramientos se han hecho efectivos una vez que ha concluido el periodo de alegaciones.

## Contenido patrocinado



Securitas Alarma

**La mejor alarma arrasa en España, no vas a creer este precio**

Publicidad



Benative

**El test de Inglés que podría cambiar tu futuro**

Publicidad

## Más para ti

 Comentarios

Este brillante invento japonés traduce instantáneamente idiomas...

Publicidad Enence



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

Publicidad Ryoko



El Español

Seguir

102.2K Seguidores



# Dos brillantes neurólogas de Castilla y León para potenciar y desarrollar la investigación en España

Historia de Alvar Salvador • 3 h • 3 minutos de lectura

## Dos brillantes neurólogas de Castilla y León para potenciar y desarrollar la investigación en España

Han sido reelegidas Coordinadoras en la Sociedad Española de Neurología. Más información: La vallisoletana de adopción que lucha día a día contra las enfermedades degenerativas: "Hay que cuidarse mucho"

8 de enero 09:51 8 de enero 09:51 Alvar Salvador



Comentarios



└ A la izquierda la doctora Caminero y a la derecha la doctora Sanz

## Sociedad

La neuróloga Ana Belén Caminero Rodríguez acaba de ser reelegida como Coordinadora del Grupo de Estudios de Esclerosis Múltiple y Enfermedades Neuroinmunológicas Relacionadas de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Mientras que la también neuróloga Irene Sanz Gallego lo ha hecho como Coordinadora de la Comisión de Estudio de Ataxias y Paraparesias Espáticas Degenerativas de la SEN en cargos que van a desarrollar los próximos dos años.



└ Dos brillantes neurólogas de Castilla y León para potenciar y desarrollar la investigación en España

[La vallisoletana de adopción que lucha día a día contra las enfermedades degenerativas: "Hay que cuidarse mucho"](#)

Los estudios que lleva a cabo la SEN tienen el objetivo de aunar a los miembros de la sociedad científica, según el grado de especialidad en las diferentes patologías neurológicas o en el interés por temas relacionados con otros aspectos de la especialidad, y son los

🗨️ [Comentarios](#)

encargados de potenciar y desarrollar la investigación en cada área.



No más dolor de rodilla

**¿Rodilla desgastada?  
Utilice esto para un alivio...**

Publicidad

Las nuevas juntas de los grupos de estudio de la SEN fueron elegidas tras un periodo electoral que finalizó en noviembre de 2024. Los nombramientos se han hecho efectivos una vez que ha concluido el periodo de alegaciones.

## Ana Belén Caminero Rodríguez

Natural de Palencia, la Dra. Ana Belén Caminero es actualmente Jefa de la Sección de Neurología del Complejo Asistencial de Ávila, donde coordina la Unidad de Enfermedades Desmielinizantes del Complejo.

Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Valladolid, especialista en Neurología por el Hospital La Paz de Madrid, Máster en Neuroinmunología por la Universidad Autónoma de Barcelona y MBA por ESADE, posee una amplia experiencia en la publicación de artículos, con más de 80 publicaciones en revistas indexadas, nacionales e internacionales, sobre distintas disciplinas de la Neurología (mayoritariamente sobre esclerosis múltiple y cefaleas).



LUZ.es

**Compara gratis ofertas de luz**

Publicidad

Ha colaborado en múltiples trabajos presentados a distintos congresos nacionales e internacionales, ha publicado varios capítulos de libros en el área de esclerosis múltiple, cefaleas y patología  Comentarios

sueño y ha impartido numerosas conferencias, clases y ponencias en distintos foros regionales y nacionales.

Además, ha sido colaboradora en múltiples estudios clínicos fases III y IV en las áreas de esclerosis múltiple, cefaleas y patología del sueño.

## Irene Sanz Gallego

La doctora ejerce en la actualidad como Facultativo Especialista en Neurología en el Hospital Río Hortega de Valladolid. Licenciada en Medicina por la Universidad Complutense de Madrid y especialista en Neurología por el Hospital Universitario La Paz de Madrid, siempre ha tenido un interés particular en la atención de pacientes con ataxias y paraparesias espásticas y también en la investigación sobre estas enfermedades.

Además de su experiencia clínica colaborando en la Unidad de Ataxias y Paraplejías Hereditarias del Hospital Universitario La Paz y con varias asociaciones de pacientes, ha participado en numerosos proyectos de investigación.

Es también autora de múltiples artículos publicados en revistas nacionales e internacionales y de diversas comunicaciones en congresos nacionales e internacionales en el ámbito de las ataxias y paraparesias espásticas degenerativas.

© El Español

### Contenido patrocinado

 Comentarios

Busca aquí...

NOTICIAS ARTÍCULOS MÉDICOS EDUCACIÓN CONTINUA MICROSITIOS PODCAST EVENTOS REVISTAS

Revistas Artritis Pediatría

Ver todas

NOTICIAS / NEUROLOGÍA

# Microplásticos en el torrente sanguíneo podrían provocar trombos cerebrales y acelerar el envejecimiento

Un estudio ha revelado que los microplásticos en el torrente sanguíneo podrían inducir la formación de trombos en el cerebro al ser 'ingeridos', pero no poder ser degradados.

Laura Guio

Enero 24, 2025 || Tiempo De Lectura: 3 min

Comparte en:



Los microplásticos se encuentran en la sal, la cerveza, las frutas y verduras frescas e incluso en el agua potable. Las partículas transportadas por el aire pueden dar la vuelta al mundo en cuestión de días y caer del cielo como lluvia. Foto: Udec

Científicos de la Academia China de Investigación en Ciencias Medioambientales hallaron que estos contaminantes activan las **células** inmunitarias del **cerebro**, provocando obstrucciones en los vasos sanguíneos y alteraciones en la función cerebral, lo que podría tener implicaciones graves para la **salud** neurológica.

x

This is not a real SYMTUZA® patient.



Discover an **HIV treatment**

¿La computadora es demasiado lenta? En lugar de comprar una nueva,...

Publicidad Xtra-PC



Este brillante invento japonés traduce instantáneamente idiomas...

Publicidad Enence



20 minutos

Seguir

85.3K Seguidores



# Manuel Toledo: "Afrontamos el futuro con esperanza: la IA y la biotecnología están revolucionando la epilepsia"

Historia de Alberto Palacios • 1 día(s) •

1 minutos de lectura



Manuel Toledo: "Afrontamos el futuro con esperanza: la IA y la biotecnología están revolucionando la epilepsia"

La **epilepsia** afecta a una de cada cien personas en el mundo, siendo

Hidroferol es eficaz y tratamiento de

IM Médico  
Innovación para el médico especialista de hospital y atención primaria

Powered by VVO

No Acepto



Acceder

Buscar...

aFon Especialidades Ingreso M.Mk + curso Revista

Publicidad

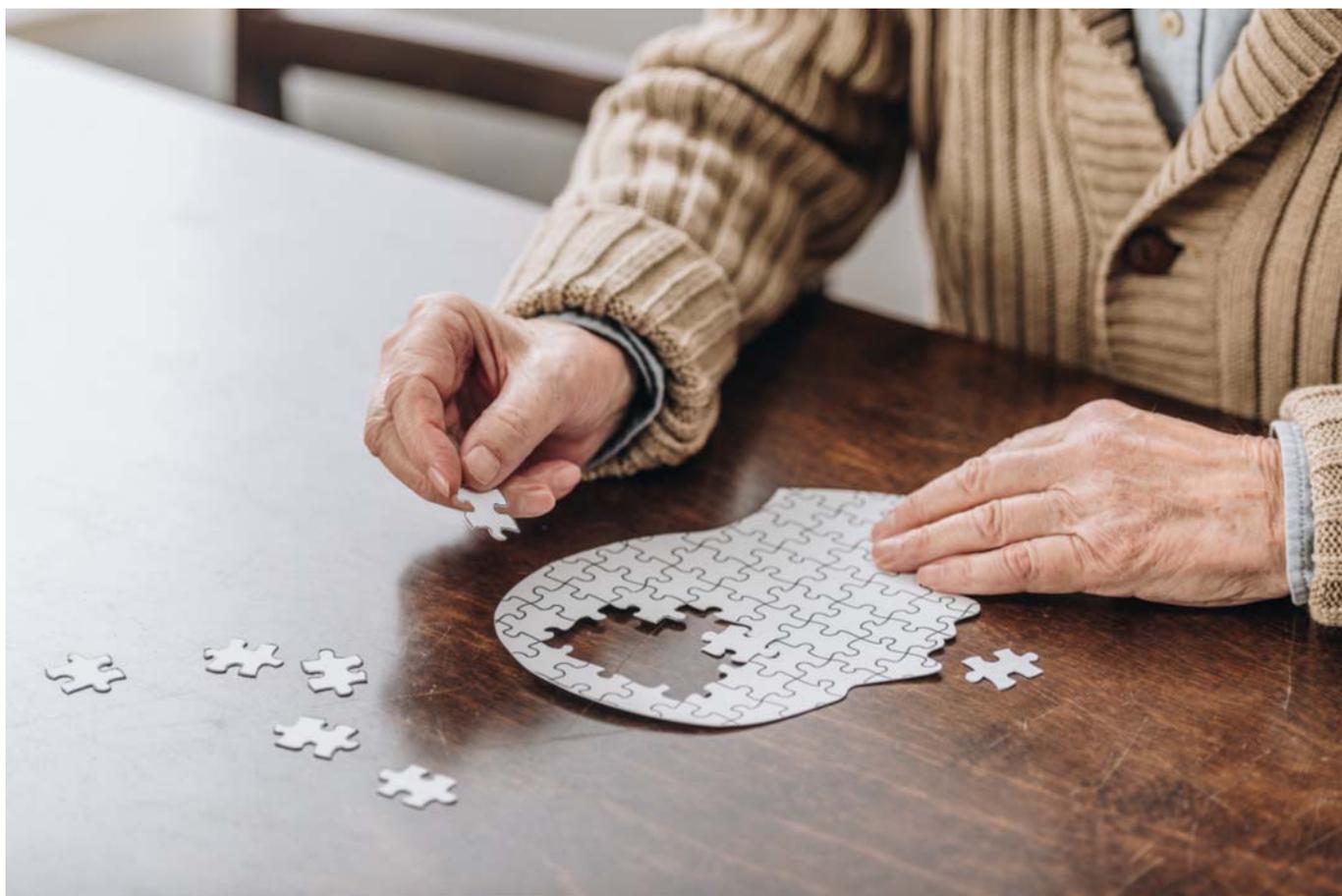
EII!

MEDIO AGREDITADO PARA LA INNOVACIÓN MÉDICA

Neurología Atención Primaria Psiquiatría Psicología

## La SEN destaca que la demencia con cuerpos de Lewy afecta a más de 100.000 personas en España

La demencia con cuerpos de Lewy es una enfermedad neurológica infradiagnosticada, ya que suele confundirse al compartir características con el Alzheimer o el Parkinson. Estos pacientes suelen experimentar trastornos del sueño, pérdida de olfato, problemas de regulación de la temperatura o hipersensibilidad a los fármacos neurolépticos. Los especialistas hacen énfasis en la importancia de seguir avanzando en la investigación clínica para dar con tratamientos que retrasen la dependencia y mejoren la calidad de vida.



27/01/2025

Desde hace dos años, el 28 de enero se conmemora el Día Mundial de la Demencia con Cuerpos de Lewy, una enfermedad neurodegenerativa que es la tercera causa de demencia, después de la enfermedad de Alzheimer y la demencia vascular. La Sociedad Española de Neurología (SEN) estima que entre un 10% y un 20% de los casos de demencia en España corresponden a pacientes que padecen demencia con cuerpos de Lewy, lo que supondría más de 100.000 personas.

*"La demencia con cuerpos de Lewy comparte características clínicas y biológicas tanto con la enfermedad de Alzheimer como con la enfermedad de Parkinson, lo que a veces puede dificultar su identificación. No obstante, clínicamente se comporta de forma diferente, por lo que se requiere un diagnóstico preciso y un manejo clínico específico", comenta la Dra. Raquel Sánchez-Valle, Coordinadora del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología. "Es común que los primeros síntomas de la demencia con cuerpos de Lewy, debido a su variabilidad, se confundan con otras enfermedades, incluso con problemas de tipo psiquiátrico. Es por esto que se estima que es una de las demencias más infradiagnosticadas y que sufre un mayor retraso diagnóstico".*

A pesar de la notable variabilidad en la forma de presentación y evolución, en la demencia con cuerpos de Lewy suelen aparecer una serie de manifestaciones características que apoyan su diagnóstico. El elemento central clínico es la aparición de deterioro cognitivo en el que predominan las alteraciones atencionales, alteraciones visoespaciales y enlentecimiento psicomotor, pudiendo los problemas de memoria estar o no presentes, manifestaciones neuropsiquiátricas, como ilusiones o alucinaciones visuales, que pueden ocurrir en hasta el 80% de los pacientes, ideas delirantes o apatía, y afectación motora, donde la rigidez, la lentitud de los movimientos o el temblor pueden estar presentes en el 25-50% de los pacientes en el momento del diagnóstico. También son comunes en los pacientes los trastornos del sueño, característicamente alteración de conducta en la fase REM del sueño o somnolencia excesiva diurna. Además, se pueden presentar otros síntomas como pérdida de olfato, problemas de regulación de la temperatura y sudoración, estreñimiento, síncope, fluctuaciones en el nivel de alerta o hipersensibilidad a los fármacos neurolépticos, presente en alrededor del 50% de los pacientes cuando se les administran estos fármacos, incluso en dosis bajas.

*"Por lo tanto, aunque las manifestaciones en los pacientes son muy variables, la combinación de deterioro cognitivo con trastornos motores, del sueño y/o manifestaciones neuropsiquiátricas han de hacer sospechar esta enfermedad. Y si bien existe una gran variabilidad a nivel individual, en general, la demencia con cuerpos de Lewy evoluciona en el plazo de pocos años generando discapacidad, dependencia y mayor coste en cuidados que por ejemplo la enfermedad de Alzheimer, con una esperanza de vida de uno 5 o 6 años tras el diagnóstico", señala la Dra. Raquel Sánchez-Valle.*

La demencia con cuerpos de Lewy se caracteriza por la acumulación de cuerpos de Lewy (depósitos anormales de una proteína llamada alfa-sinucleína) en las partes del cerebro que controlan la cognición, la conducta y el movimiento. Aunque las causas que originan esta acumulación en las neuronas aún no están claras, sí se han identificado algunos factores de riesgo para el desarrollo de esta enfermedad, como la edad, ya que la enfermedad suele debutar en personas de entre los 50 y los 80 años y llega a afectar al 1% de la población mayor de 65 años; el sexo, porque la demencia con cuerpos de Lewy afecta más a los hombres que a las mujeres; o los antecedentes familiares, ya que a pesar de que no sea una enfermedad hereditaria y la mayoría de casos son esporádicos, aquellas personas con familiares que padecen demencia con cuerpos de Lewy o enfermedad de Parkinson parecen tener mayor riesgo.

*"Para el manejo de esta enfermedad solo existen, de momento, tratamientos sintomáticos. El tratamiento farmacológico deberá de ser individualizado para cada paciente ya que incluye valorar síntomas cognitivos, motores y neuropsiquiátricos, de distinta índole. Por otra parte, la hipersensibilidad farmacológica que presentan estos pacientes ante los neurolépticos también requiere de un manejo especial de esta situación", destaca la Dra. Raquel Sánchez-Valle. "En uno de cada 3 pacientes que desarrollan esta demencia, obtener el diagnóstico adecuado puede demorarse más de 2 años. Y aunque el diagnóstico definitivo actualmente sólo se puede realizar a través del estudio del cerebro post-mortem, actualmente existen diversas pruebas diagnósticas disponibles en unidades neurológicas especializadas que en un contexto clínico compatible permiten realizar un diagnóstico en vida con alto*

Doble y triple terapia en EPOC

LAVENTAIR®  
Eliquis

ELEBRATO®  
Eliquis

grado de fiabilidad diagnóstica. El diagnóstico precoz y certero es indispensable tanto pa  
imprescindible para el desarrollo de nuevos tratamientos que retrasan la dependencia y n

#sen #demencia #cuerpos de lewy #investigación #infradiagnóstico #detección #tratamiento

**IM Médico**  
Innovación para el médico especialista de hospital y atención primaria  
Powered by **Vivo**

No Acepto

para evitar aquellos que puedan empeorar los síntomas. La investigación clínica es  
de demencia con cuerpos de Lewy".

## TE RECOMENDAMOS



Anualmente, se registran más de 200.000 nuevos casos de lepra



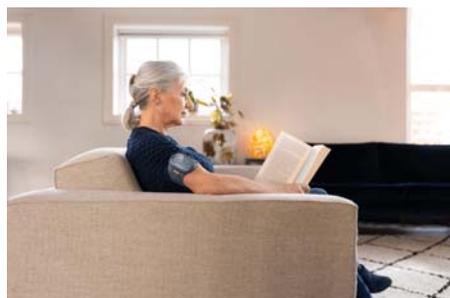
Primera Carta de Derechos de Seguridad de Paciente, a nivel ...



Analizan los desafíos que presentan los robots quirúrgicos



La OMS aboga por la mejora de la seguridad diagnóstica ...



Philips y smartQare añan fuerzas para simplificar la monitorización de ...



La industria de genéricos pide reconocimiento en las políticas europeas



PARA EVITAR CONTAGIOS,  
CUÍDATE Y CUÍDALES:

**Nuevo enfoque para  
la prevención de los  
síntomas gripales y  
catarrales.**



30 Enero | 19:00h Webinar online



**Dr. Estanislao  
Nistal Villán**  
Jefe del Laboratorio  
de Virus e Inmunidad  
Innata  
Universidad San Pablo CEU



**D.ª Natividad  
Sánchez**  
Farmacéutica  
comunitaria  
Grupo de trabajo de  
Respiratorio de SEFAC



**Dr. José Luis  
Hernández**  
Medicina Familiar  
y Comunitaria  
Grupo de Respiratorio  
de SEMERGEN

Para evitar contagios cuídate y cuídales: nuevo enfoque para la prevención de los síntomas gripales y catarrales

Publicidad

ENCIMA ES RICA

# Cuál es la fruta que sí o sí tenés que comer para combatir el insomnio

mejorinformado.com

Para dormir bien, es necesario comer esta fruta que sube los niveles de melatonina.

© (https://wa.link/pck3ja)

AM550 (https://www.am550laprimera.com/) 247 (http://cn247.tv/)

(https://www.instagram.com/ocio/)

insomnio  
://  
para-  
comb



(/u/fotografias/1/2025/1/29/f1280x720-192612\_324287\_5050.jpg)

Por Redacción Mejor Informado (/autor/redaccion-mejor-informado.html)

OCIO ()

miércoles, 29 de enero de 2025 · 15:00

El **insomnio** (<https://www.mejorinformado.com/temas/insomnio-6287.html?true>) es un problema que afecta a una parte significativa de la población mundial, con cifras que oscilan entre el 20% y el 48% de los adultos, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). Este trastorno del sueño dificulta tanto el inicio como el mantenimiento del descanso nocturno, lo que puede repercutir en múltiples funciones del organismo. Dormir es esencial, ya que permite la consolidación de recuerdos, la eliminación de información innecesaria, la regeneración de tejidos y la limpieza cerebral.

Para garantizar un descanso adecuado, se recomienda dormir un mínimo de ocho horas diarias y adoptar hábitos que favorezcan una buena higiene del sueño. Entre las estrategias para mejorar la calidad del descanso, la alimentación desempeña un papel clave. En este sentido, el **ananá** se destaca como un aliado natural, gracias a su composición nutricional y sus propiedades beneficiosas para el organismo.

NOTICIAS RELACIONADAS



**El hijo de Marcelo Tinelli huyó de un control policial y sufrió un accidente en Uruguay: ¿Cómo está de salud?** (/espectaculos/2025/1/29/el-hijo-de-marcelo-tinelli-huyo-de-un-control-policial-sufrio-un-accidente-en-uruguay-como-esta-de-salud-138879.html)



**Ganarle al insomnio, otra batalla de la cuarentena**

(/regionales/2020/5/3/ganarle-al-insomnio-otra-batalla-de-la-cuarentena-62572.html)

El **ananá**, una **fruta tropical** (<https://www.mejorinformado.com/temas/frutas-verduras-28442.html>) originaria de América del Sur, se distingue por su sabor dulce y refrescante, además de su característico penacho de hojas. En el siglo XVIII, en Europa, se consideraba un símbolo de estatus y lujo, utilizándose más como elemento decorativo que como alimento. Sin embargo, hoy en día es ampliamente apreciado por sus múltiples beneficios nutricionales.





Cada unidad de ananá contiene entre 100 y 200 frutos individuales sin semillas, organizados alrededor de un núcleo central. Esta **fruta** se considera una joya nutricional debido a su alto contenido de vitaminas, minerales y compuestos bioactivos. Entre sus componentes más destacados se encuentran la vitamina C, fundamental para el sistema inmunológico, y minerales como el potasio, el magnesio y el yodo, esenciales para diversas funciones corporales.

Uno de los compuestos más interesantes del ananá es la bromelina, una enzima proteolítica que facilita la digestión al descomponer las proteínas en aminoácidos. Además de mejorar la digestión y aliviar molestias estomacales, la bromelina contribuye a la absorción de nutrientes y posee propiedades antiinflamatorias.

Otro aspecto clave es su influencia en la regulación del sueño. El ananá ayuda a aumentar los niveles de melatonina, la hormona que regula los ciclos de sueño y vigilia, facilitando así la conciliación del descanso. Además, su aporte de magnesio contribuye a la relajación muscular y nerviosa, lo que favorece un sueño más profundo y reparador.

© (<https://wa.link/pck3ja>)

(1)

AM 550 LA PRIMERA (<https://www.am550laprimera.com/>) 247 (<http://cn247.tv/>)<http://www.mejorinformado.com>

Aunque las evidencias científicas sobre el impacto directo de los alimentos en la calidad del sueño aún son limitadas, el ananá representa un punto de partida prometedor en la investigación sobre fuentes dietéticas de melatonina. Su combinación de fibra y alto contenido de agua también promueve una buena salud intestinal y un tránsito digestivo adecuado, aspectos que pueden influir positivamente en el descanso.

Para aprovechar al máximo sus beneficios, se recomienda consumir ananá unas dos horas antes de dormir. De esta manera, el cuerpo tendrá tiempo suficiente para procesar sus compuestos y optimizar la producción de melatonina. Incorporar esta fruta a la rutina nocturna puede ser una estrategia natural para mejorar la calidad del sueño y, al mismo tiempo, disfrutar de un alimento delicioso y nutritivo.

En conclusión, el ananá no solo es una opción refrescante y saludable, sino que también puede convertirse en un aliado para quienes buscan mejorar su descanso. Con su rica composición en nutrientes y su potencial efecto sobre la melatonina, incluirlo en la alimentación puede ser una forma natural de promover un sueño reparador y una mejor calidad de vida.



© (https://wa.link/pck3ja)

(/)

AM550 (https://www.am550laprimera.com/) CN247 (http://cn247.tv/)

(https://www.facebook.com/...

Mantenete informado todo el día. Escuchá **AM550** La Primera aquí (https://am550laprimera.com)

Seguinos por la tele, en **CN247** aquí (https://www.cn247.tv)

MÁS DE

FRUTA (/TEMAS/FRUTA-10265.HTML)

INSOMNIO (/TEMAS/INSOMNIO-6287.HTML)

## COMENTARIOS



Escápate con una Oferta de principios de año



Ver ofertas

Publicidad Booking.com

Publicidad Booking.com

- 
- 
- 
- 
- 
- 



La Razón

Seguir

38.3K Seguidores



# Premio a la calidad asistencial de la unidad de trastorno del movimiento del HUCA que trata a 3.500 personas al año

Historia de Raquel, Murias • 1 día(s) •

3 minutos de lectura



Premio a la calidad asistencial de la unidad de trastorno del movimiento del HUCA que trata a 3.500 personas al año

La Unidad de Trastornos del Movimiento del Hospital Universitario

Central de Asturias (HUCA) ha recibido hoy la **acreditación de** Comentarios

**calidad** del Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento (GETM) de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Este reconocimiento avala la **excelencia de la atención** y sitúa el HUCA como centro de referencia en este ámbito.



Heroes of History

¿Qué héroe eliges?

Publicidad

La acreditación confirma la **elevada calidad asistencia de la unidad** en el tratamiento a personas con **enfermedades neurológicas** como **párkinson, distonía o temblor esencial**. Para lograrla, es preciso cumplir exigentes requisitos relacionados con la seguridad de los pacientes, la humanización del trato, la gestión tecnológica y la reducción de riesgos, de modo que se garantice un servicio ajustado a los más altos estándares de calidad.

Para obtener esta acreditación, la unidad se ha sometido a una **exhaustiva auditoría externa**, un proceso que tiene repercusiones

Continuar leyendo

Contenido patrocinado

 Comentarios

LATEST TRENDING

Filter



## EL SUEÑO, PILAR FUNDAMENTAL PARA LA SALUD MENTAL DE NIÑOS Y ADOLESCENTES

ENERO 19, 2025

MÉXICO INTENSIFICA ACCIONES CONTRA LA PLAGA DEL GUSANO BARRENADOR EN EL SURESTE DEL PAÍS

ENERO 20, 2025



FALLA REGISTRADA EN LA CASETA CANCÚN-EL TINTAL CAUSÓ CAOS VIAL Y LARGAS FILAS

ENERO 20, 2025



MÁS DE 600 CAMIONES CON AYUDA HUMANITARIA HAN ENTRADO EN GAZA EN EL PRIMER DÍA DE TREGUA

ENERO 20, 2025



FISCALÍA DE CANCÚN EN RENOVACIÓN: GOBIERNO PRIORIZA JUSTICIA Y SEGURIDAD

ENERO 19, 2025

P. del Carmen Q. Roo Deportes

lunes, enero 20, 2025



Login



MÉXICO Y EL MUNDO

DEPORTES

Home &gt; Curiosidades &gt; Nota Curiosa

MÁS

# EL SUEÑO, PILAR FUNDAMENTAL PARA LA SALUD MENTAL DE NIÑOS Y ADOLESCENTES

by **Macronews Redacción** — 2025/01/19 in **Nota Curiosa**

0



**494** SHARES

**1.4k** VIEWS

Share on Facebook

Share on Twitter

Whatsapp



La evidencia científica ha consolidado en los últimos años al sueño como tercer pilar de salud junto a la alimentación y el ejercicio físico. Sin embargo, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), un 10% de la población española presenta algún trastorno del sueño y otro 30% se despierta cada día con la sensación de no haber tenido un sueño reparador o finaliza el día muy cansado. Las cifras no son mejores para la población en edad pediátrica: según datos de la Sociedad Española de Sueño (SES), se estima que uno de cada tres menores entre 2 y 14 años presenta algún problema o trastorno del sueño.

Las consecuencias de la falta de sueño sobre la salud no son baladí. Entre otras cosas, como informan desde los Institutos Nacionales de la Salud de Estados Unidos (NIH, por sus siglas en inglés), dormir poco o mal tiene un impacto directo sobre el sistema

inmune y sobre el desarrollo físico y cerebral, e incrementa el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes, la hipertensión y otras patologías de índole cardiovascular. La salud mental tampoco se libra. “Si se tiene deficiencia de sueño es probable que se tengan problemas para tomar decisiones, resolver problemas, manejar las emociones y conductas, y adaptarse a los cambios. La deficiencia de sueño también se ha vinculado a la depresión, el suicidio y las conductas de riesgo”, puede leerse en la web del NIH.

**LEER:EXPLOSIÓN DE PIPAS DE COMBUSTIBLE EN ÁFRICA DEJA MÁS DE 70 MUERTOS POR INTENTO DE ROBO DE HIDROCARBURO**

Más información



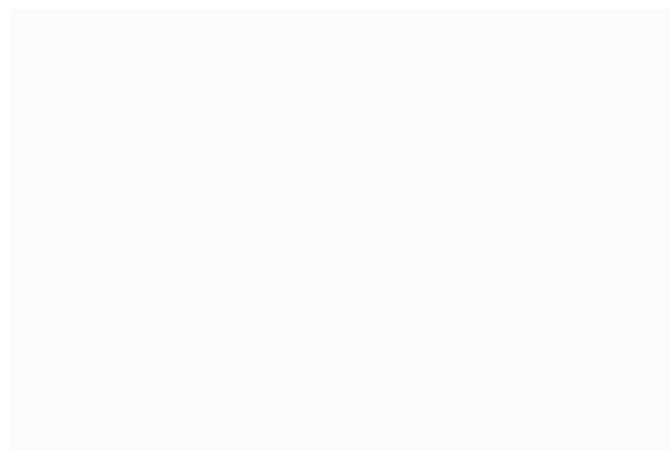
El impacto del colecho prolongado: ¿es bueno que los niños mayores duerman con sus padres?

“Muchas veces cuando hablamos de la relación entre sueño y salud pensamos únicamente en personas adultas y en personas mayores, pero esta relación es importante desde las primeras etapas de la vida. La falta de sueño deja huella desde edades muy tempranas y favorece la aparición de trastornos mentales, por lo que es importante preservar el descanso desde la infancia”, sostiene Gonzalo Pin, coordinador del grupo de sueño y cronobiología de la Asociación Española de Pediatría (AEP). De hecho, según un metaanálisis publicado en la revista *Sleep Medicine* en el que se analizaron 74 estudios con más de 350.000 adolescentes, dormir menos horas de las recomendadas para esta franja de edad se asoció con un incremento del 55% en la probabilidad de déficits en el estado de ánimo (depresión, ansiedad, ira, afecto positivo y afecto negativo).

Otro estudio reciente, publicado el pasado mes de septiembre en la revista científica *JAMA (Sleep Disturbance and Subsequent Suicidal Behaviors in Preadolescence)*, ha ahondado en esa relación entre sueño y salud mental en la infancia. Los autores de la investigación

siguieron durante dos años a más de 8.800 niños y niñas estadounidenses participantes en el Estudio del Desarrollo Cognitivo del Cerebro Adolescente. La conclusión fue que los niños con altos niveles de alteración del sueño al inicio del estudio (9-10 años) tenían un 39% más de probabilidades de tener ideación o comportamiento suicida dos años después, a los 12 años; mientras que aquellos con alteración grave del sueño al inicio presentaban un 268% más de probabilidades.

Para Gonzalo Pin, los resultados de este estudio son importantes porque vienen a demostrar que los problemas de sueño en la infancia “dejan huella” en la salud mental. “La ideación suicida es el punto final. Antes está todo el sufrimiento que esos niños han experimentado a unas edades que, en principio, deberían ser más tranquilas”, afirma. En el mismo sentido se pronuncia el psicólogo Francisco Segarra, miembro de la Sociedad Española de Sueño (SES). Aunque llama a la cautela a la hora de relacionar directamente las alteraciones del sueño con las ideas suicidas, señala la existencia de varios estudios [como el publicado en 2021 en la revista científica *Research, Society and Development*, titulado *Trastornos del sueño-vigilia como marcadores de ideación suicida: una revisión sistemática de la literatura*] que han demostrado la existencia de una relación bidireccional entre el mal sueño y los trastornos mentales. “Con un insomnio crónico de más de ocho o nueve meses de evolución, lo que primero nota el paciente es una alteración importante de su nivel anímico, especialmente a nivel depresivo. Y cuando una persona está con depresión, esta también puede convertirse en un factor perpetuador del insomnio, así que muchas veces se entra en un bucle”, explica Segarra.



El sueño es una puerta de entrada potencial al tratamiento de los trastornos mentales en niños y adolescentes. Natalia Lebedinskaia (Getty Images)

“Las pesadillas están muy relacionadas con nuestro estado anímico diurno, así que intuitivamente diría que si un chaval tiene muchas pesadillas, tenemos altas probabilidades de que tenga algún problema a nivel anímico. Tenemos depresiones infantiles, de hecho, en las que el mal sueño puede ser una primera señal de

alarma”, sostiene Segarra.

## Los sueños, un factor de riesgo identificable y abordable

Para Xesca Cañellas, psiquiatra de la Unidad del Sueño del Instituto de Investigación Sanitaria Illes Balears (IdISBa), los resultados de esta investigación son importantes porque demuestran que el sueño es un factor de riesgo independiente de problemas de salud mental sobre el que se puede actuar, ya que existen tratamientos y carece del estigma que sí acompaña a otros factores de riesgo conocidos para el suicidio. “El sueño es una puerta de entrada potencial al tratamiento de los trastornos mentales en niños y adolescentes. Si nos fijamos en el sueño podremos contribuir a mejorar la salud mental de la población pediátrica y a disminuir las tentativas de suicidio, que hoy constituye la mayor causa de muerte entre la población adolescente”, argumenta.

Su opinión la comparte Gonzalo Pin. “Esa es mi pelea desde hace mucho tiempo”, sostiene el pediatra, que considera que el sueño debería ser un elemento de cribado básico en los controles de salud, desde el embarazo hasta el final de la adolescencia. “No estudiar el sueño en una consulta de pediatría es perder una oportunidad de prevención y de educación en salud a las familias”, señala el portavoz de la AEP. Para Pin, el mal descanso es fácil de detectar en consulta, “pero no se hace porque al sueño no se le da el valor que tiene desde el punto de vista clínico, ni siquiera desde el punto de vista de la sociedad, que está transmitiendo a niños y adolescentes que dormir es una pérdida de tiempo, por lo que estamos perdiendo una enorme oportunidad de acción sobre algo prevenible”.

### LEER: **CUIDA LA SALUD MENTAL DE NIÑOS Y ADOLESCENTES: 5 CONSEJOS CLAVE PARA LAS VACACIONES DE VERANO**

Esta problemática, sostienen los expertos consultados, se acrecienta durante la adolescencia, cuando se produce “una tormenta perfecta” que va en detrimento de la salud mental de los chicos y chicas. Por un lado, explica Pin, está el desarrollo cerebral de los adolescentes: la parte afectiva, la amígdala, se desarrolla más rápido que la parte ejecutiva, la corteza frontal, lo que explica que los jóvenes respondan más a las emociones y adopten más situaciones de riesgo. “Si a esto le sumas los problemas que produce la falta de sueño, que lo que hace es mermar más el desarrollo de la función ejecutiva, pues ya tenemos un cóctel perfecto”, asegura.

A estos factores se suma uno más: los horarios académicos. En una etapa vital en la que biológicamente se tiene tendencia a

acostarse más tarde —lo que se conoce como el síndrome de retraso de fase— y a levantarse también más tarde, los adolescentes se encuentran con que tiene que entrar una hora antes a clase. “Además, no les ayuda para nada que los horarios que tenemos en España sean horribles. Si un joven a estas edades tiene que dormir 9 o 10 horas como mínimo y tiene que levantarse a las 6.30-7.00 para entrar a las 8.00 al instituto, ese chaval se debería acostar como tarde a las diez de la noche. Sin embargo, a esa hora la mayoría todavía está cenando porque acaba de llegar del entrenamiento de fútbol o de la clase de piano”, argumenta Segarra. El psicólogo lamenta además que, pese a que los horarios sociales van en contra de los adolescentes, luego las críticas recaigan sobre ellos: “Se les tacha de vagos, se dice que están enganchados a las pantallas por la noche —que es una media verdad—, pero es que nosotros tampoco les facilitamos que puedan tener unos horarios adecuados”.

FUENTE:ELPAIS

 Share 198

 Tweet 124

 Send



**Macronews Redacción**





## Aumento de pecho con hasta un -30% de descuento. ¡Resultados naturales!

¡Plazas limitadas!



ponsored by: *Clínicas Dorsia*



Anuncio



TRENDENCIAS **Tendencias**  4.2K Seguidores



# Olvídate del estrés si quieres protegerte de la demencia y el Alzheimer. Estos son los factores que aumentan nuestra "reserva

... ..

Historia de Sara Hormigo • 2 h • [3 minutos de lectura](#)



Este brillante invento japonés traduce instantáneamente idiomas...

Publicidad Enence



Escápate con una Oferta de principios de año

Publicidad Booking.com



FV Faro de Vigo

Seguir

2.9K Seguidores



## Demencia con cuerpos de Lewy: así es la enfermedad 'devastadora' que sufría Robin Williams y afecta a más de 100.000 españoles

Historia de rafa sardina • 18 h • [3 minutos de lectura](#)

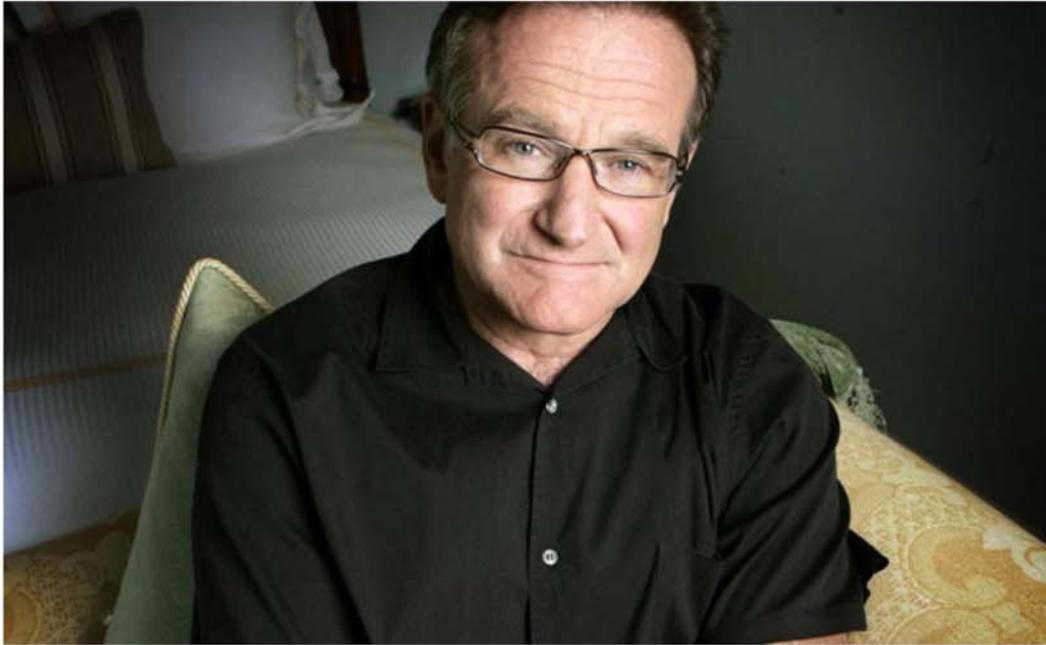
Es una de las **demencias más desconocidas, infradiagnosticadas y difíciles de identificar**. Hablamos de la **demencia con cuerpos de Lewy**, una enfermedad que sufría **Robin Williams**, que falleció en 2014.

El actor fue diagnosticado con párkinson poco antes de su muerte, aunque la autopsia reveló que realmente padecía demencia con cuerpos de Lew (que hoy celebra su día mundial), que "evoluciona en el plazo de pocos años generando discapacidad, dependencia", como nos explica la **doctora Raquel Sánchez-Valle**, Coordinadora del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología.

Es la tercera causa de demencia, después de la enfermedad de Alzheimer y la demencia vascular y responsable de hasta el 20% de los casos de demencia en España, según los datos de la SEN. Afecta a más de 100.000 españoles.



Comentarios



La confirmación de la demencia con cuerpos de Lewy se realiza después del fallecimiento / EFE

## El diagnóstico definitivo solo se confirma post-mortem

Esta enfermedad "comparte características clínicas y biológicas tanto con la enfermedad de Alzheimer como con la enfermedad de Parkinson, lo que a veces puede dificultar su identificación", subraya la neuróloga.

"No obstante, clínicamente **se comporta de forma diferente, por lo que se requiere un diagnóstico preciso y un manejo clínico específico**".



Heroes of History

Juego gratuito del año

Publicidad

 Comentarios

Sin embargo, "es común que los primeros síntomas de la demencia con cuerpos de Lewy, debido a su variabilidad, se confundan con otras enfermedades, incluso con problemas de tipo psiquiátrico", señala la doctora Sánchez-Valle.

Se estima, por tanto, que es una de las demencias más infradiagnosticadas y que sufre un mayor retraso diagnóstico. Para un tercio de los pacientes con esta demencia obtener un diagnóstico

## Contenido patrocinado



Heroes of History

**Juego gratuito del año**

Publicidad



SECURITAS DIRECT®

**Nueva Cerradura Inteligente**

Publicidad

## Más para ti

 Comentarios

Este brillante invento japonés traduce instantáneamente idiomas...

Publicidad Enence



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

Publicidad Ryoko



Men's Health España

Seguir

14.2K Seguidores



91



1



# Ni melatonina ni magnesio: este es el secreto para evitar el insomnio y dormir bien a partir de 40 años y que ayuda también a vivir más

Historia de Por Álvaro Piqueras • 9 mes(es) • 4 minutos de lectura



Ni melatonina ni magnesio: este es el secreto para evitar el insomnio y dormir bien a partir de 40 años y que ayuda también a vivir más

© EMS-FORSTER-PRODUCTIONS - Getty Images

- [La regla 3-6-9-12: el método eficaz para hombres que quieren ganar músculo y perder peso](#)

- [Cuál es la mejor hora del día para entrenar si el objetivo es...](#)

Comentarios

- [Cada es la mejor hora del día para entrenar si el objetivo es eliminar grasa y perder peso](#)
- [La ciencia revela cuál es el mejor ejercicio para eliminar la grasa abdominal de forma rápida en hombres](#)

No dormir lo suficiente o hacerlo de manera inconsistente es un **problema muy frecuente en la población general** que puede deberse a causas de diversa índole. Las alteraciones emocionales, el estrés, cuestiones relacionadas con la salud mental, algunas enfermedades, determinados factores ambientales e incluso el [uso de dispositivos digitales](#) están detrás de la disminución de la calidad del sueño.



No más dolor de rodilla

**¿Rodilla desgastada?  
Utilice esto para un alivio...**

Publicidad

Un aspecto a considerar si tenemos en cuenta que, [según los datos que maneja la Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#), entre un 20 y un 48% de la población adulta sufre en algún momento dificultad para iniciar o mantener el sueño y que en al menos un 10% de los casos es debido a algún trastorno de sueño crónico y grave. Una cifra que incluso podría ser mayor por el alto número de pacientes que no están diagnosticados y una situación con importantes consecuencias para la salud.

“El sueño es un proceso fisiológico de vital importancia para la salud integral de los seres humanos, para la supervivencia del individuo y para el correcto funcionamiento del sistema nervioso. **Si no conseguimos dormir bien se reduce la calidad de vida**, aumenta el

Continuar leyendo

Contenido patrocinado

 Comentarios



ACTUALIDAD | INDUSTRIA FARMACÉUTICA | MEDICINA



# Sobornos a médicos en España, multas mundiales, genocidio

# pública

Por Miguel Jara 16 enero, 2025

**Teva Pharmaceutical Industries** es una importante compañía farmacéutica fundada en 1901 con sede en **Israel**. A pesar de no ser tan conocida como otras grandes farmacéuticas, Teva es la mayor empresa de medicamentos genéricos del mundo, con una cartera de más de 3.600 fármacos producidos en 33 países.

## Presencia y actividad de Teva

En España, Teva cuenta con una planta en Zaragoza que emplea a 600 trabajadores y produce el 87% del total de sus medicamentos en el mundo. La compañía prevé ingresos superiores a 16.400 millones de dólares en 2024, basándose principalmente en la venta de medicamentos genéricos de alta demanda bajo las **marcas Teva, Tevagen, Davur, Belmac y Ratiopharm**.



re sus productos más destacados se encuentran:

- **Azilect** (rasagilina) para el Parkinson.

En el mercado español, Teva ocupó en 2023 el tercer puesto por volumen de ventas al **Sistema Nacional de Salud**, con 70 millones de envases y un gasto superior a 500 millones de euros.

## Estrategias de marketing y promoción

Como [cuenta la asociación de profesionales sanitarios No Gracias](#), dado que en la Unión Europea no se permite la publicidad directa de medicamentos al público, Teva utiliza diversas estrategias para promover sus productos:

1. **Propaganda dirigida a profesionales sanitarios.**
2. Realización de ensayos clínicos y publicación selectiva de resultados favorables.
3. Descuentos en medicamentos genéricos a farmacias comunitarias.
4. Campañas de promoción de enfermedades (*disease mongering*).

Una táctica notable que desarrolla es la influencia en la modificación de criterios diagnósticos para ampliar el número de pacientes potenciales. Por ejemplo, los cambios en los criterios para la **esclerosis múltiple** permiten ahora diagnosticar la enfermedad en fases más tempranas, incluso en ausencia de síntomas clínicos manifiestos.

MIGUEL JARA  
& ABOGADOS

EXPERTOS EN DAÑOS PROVOCADOS POR  
MEDICAMENTOS Y NEGLIGENCIAS  
MÉDICAS

También en las áreas de  
Laboral, Mercantil, Ambiental  
o Consumo

PIDE CITA EN EL TELÉFONO:



## (KOL)

Teva, como otras farmacéuticas, realiza «transferencias de valor» a profesionales sanitarios y organizaciones para promover sus productos. Que les da dinero, vaya. En 2023, la compañía declaró en España un total de 2.010.412 € en estas transferencias, distribuidos de la siguiente manera:

- Pagos a profesionales sanitarios: 961.819 €
- Pagos a asociaciones: 811.811 €
- Pagos relacionados con investigación: 236.782 €

Entre los profesionales que recibieron pagos significativos (más de 10.000 €) de Teva en 2023, destacan principalmente neurólogos:

1. **Patricia Pozo Rosich**, Barcelona: 31.654 €
2. José Miguel Laínez Andrés, Valencia: 14.619 €
3. Rogelio Leira Muiño, Santiago de Compostela: 13.720 €
4. María Carmen González Oria, Sevilla: 13.629 €
5. Pablo Irimia Sieira, Pamplona: 13.173 €
6. Mariano Huerta Villanueva, Barcelona: 12.502 €



11. Jaime Samuel Rodríguez Vico, Madrid: 10.624 €

Además, Roberto Chacón Puig, farmacéutico de Barcelona, recibió 14.324 € Y entre las organizaciones sanitarias que recibieron pagos significativos de Teva en 2023, se encuentran:

1. Fundación SEN (**Sociedad Española de Neurología**), Barcelona: 149.645 €
2. Fundació Hospital Universitari Valle D'Hebron. Institut de Recerca, Barcelona: 112.850 €
3. Sociedad Española de Farmacia Clínica, Familiar y Comunitaria (SEFAC), Madrid: 90.985 €
4. Fundación Investigación y Formación de la SMEG, Madrid: 87.483 €
5. Fundació Institut de Recerca del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, Barcelona: 53.800 €.



Teva ha enfrentado numerosas acusaciones y condenas por prácticas corruptas en varios países:

- 2016: Multa de 519 millones de dólares en EE.UU. por sobornos relacionados con **Copaxone**.
- 2022: Condena de 4.250 millones de dólares en EE.UU. por promoción indebida de opioides.
- 2023: Multa de 225 millones de dólares por prácticas corruptas con pravastatina.
- 2024: Multa de 450 millones de dólares en EE.UU. por sobornos relacionados con Copaxone.
- 2024: Multa de 462,6 millones de euros por la Unión Europea por abuso de posición dominante.

En total, entre 2010 y 2024, Teva ha pagado **9.000 millones de dólares en multas y condenas por corrupción demostrada** en tribunales de todo el mundo.

Críticas y llamados al boicot



▼ a ha sido objeto de críticas y llamados al boicot por diversas razones,

3. Venta de fármacos a palestinos por encima del precio de mercado.
4. Monopolización del sector farmacéutico israelí.
5. Restricciones a la distribución de productos farmacéuticos palestinos.
6. Presuntas pruebas de productos en prisioneros palestinos.

Estas prácticas han llevado a algunos grupos a pedir un **boicot a Teva** y sus marcas asociadas, argumentando que sus ganancias provienen de la explotación del pueblo palestino y contribuyen a la opresión en la región

En conclusión, Teva es una empresa farmacéutica de gran envergadura que, si bien ha logrado un éxito comercial significativo, se ha visto envuelta en **numerosas controversias éticas y legales**. Sus prácticas de marketing, su influencia en la comunidad médica y su historial de sanciones plantean importantes preocupaciones sobre la integridad de la industria farmacéutica y su impacto en la salud pública y los conflictos geopolíticos.

## Suscríbete a mi Newsletter



Inicio > OMC > Colegios y consejos autonómicos > Los doctores Daniel Eduardo Geffner Sclarky y Juan Fabregat De Francia, Premios...

Colegios y consejos autonómicos En portada

## Los doctores Daniel Eduardo Geffner Sclarky y Juan Fabregat De Francia, Premios Boldó 2024 del COM Castellón

Por **Colegios** 27 de enero de 2025

**PREMIOS BOLDÓ 2024**  
*Jueves 30 de enero 17:00 horas*  
*Diputación de Castellón*

**Dr. Daniel Eduardo Geffner Sclarky**

**Dr. Juan Fabregat De Francia**

 Escuchar

El Salón de Recepciones de la Diputación de Castellón acogerá el jueves 30 de enero, a las 17.00 horas, el acto de entrega del XVIII Premio Doctor Enrique Boldó concedido a los doctores Daniel Eduardo Geffner Sclarky y Juan Fabregat De Francia.

Unos galardones con los que el [Colegio Oficial de Médicos de Castellón](#) (COMCAS) y la institución provincial reconocen a los médicos por su labor humana, profesional, científica, de servicio y compromiso con la sociedad castellanense.

El jurado de los Premios Boldó ha decidido otorgar, en su edición de 2024, el prestigioso

reconocimiento dentro de la profesión médica, al neurólogo Daniel Eduardo Geffner Sclarky y al otorrinolaringólogo Juan Fabregat De Francia.

Los Premios Boldó reconocen a las mejores trayectorias profesionales de especialistas en el ámbito médico de la provincia de Castellón, teniendo en cuenta el reconocimiento del médico, así como su faceta humana y su compromiso de servicio con toda la sociedad. Además, el galardón sirve para rendir homenaje a la figura del doctor Boldó, una de las personalidades médicas de la provincia en el siglo XX y figura clave en la medicina moderna de Castellón en su faceta de cirujano y de formador de varias generaciones de profesionales que pasaron por su servicio en el Hospital General Universitario de Castellón.

## Perfil de los premiados

El Doctor **Daniel Eduardo Geffner Sclarsky**, nacido en Argentina en 1953 y valenciano de adopción desde 1978, es un prestigioso neurólogo con una destacada trayectoria tanto en el ámbito asistencial como en el académico y el político. Durante sus más de 40 años de trayectoria ha dedicado su vida profesional a la mejora de la atención sanitaria pública y a la investigación y gestión en el área de la neurología, especialmente en la atención al ictus.

En su etapa profesional, ejerció como Jefe de la Unidad de Neurología del Hospital General Universitario de Castelló. Entre sus logros, destaca la implementación del Código Ictus en el Hospital, un protocolo pionero en la atención urgente del accidente cerebrovascular.

Ha sido asesor de la Conselleria de Sanitat colaborando en la creación y desarrollo de estrategias sanitarias relacionadas con enfermedades neurológicas y diputado en les Corts, por la formación Podemos, en la legislatura 2015-2019.

Destaca su papel como presidente de la Sociedad Valenciana de Neurología en la que impulsó investigaciones y congresos médicos para la difusión de avances en neurología. En su trayectoria despunta su participación activa como miembro de la Junta de la Sociedad Española de Neurología (SEN) en proyectos nacionales en beneficio del desarrollo de la neurología en España y la publicación de numerosos artículos y publicaciones en revistas nacionales e internacionales.

El Doctor **Juan Fabregat De Francia**, nacido en Castellón en 1933, ha sido Jefe de Servicio de Otorrinolaringología de la Residencia Sanitaria Sagrado Corazón

de Castellón desde mayo de 1969 hasta su jubilación en junio de 2003, tiempo en el que pudo compaginar su profesión tanto en el ámbito público como en el privado.

Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Valencia en 1960, fue alumno interno de Otorrino en el Hospital Clínico de Valencia en el servicio del profesor Rafael Bartual. Obtuvo la plaza de otorrino de la Seguridad Social y Montepíos en 1961.

En su trayectoria profesional y formativa destaca su especialización en Otorrinolaringología en el servicio del profesor Adolfo Azoy, en el Hospital Clínico de Barcelona, así como los cursos de especialización quirúrgica, tanto en Madrid como en Barcelona, con los doctores Salvá, Prades, Poch Viñals y Kleisaser.

El doctor Geffner y el doctor Fabregat cogerán el testigo de los últimos galardonados de la edición de 2023 del Premio Boldó, los doctores Amalia Nácher Fernández y Julián Borrás Cuartero.

RELACIONADOS

---



---

## Castellón

[Castellón](#) [Más noticias](#) [Deportes](#) [Alto Palancia](#) [Economía](#) [Opinión](#) [Sucesos](#) [Cultura](#) [Ocio](#) [En València](#)

---



El Salón de Recepciones de la Diputación de Castellón acogerá el jueves 30 de enero, a las 17.00 horas, el acto de entrega del XVIII **Premio Doctor Enrique Boldó** concedido al neurólogo **Daniel Eduardo Geffner Sclarky** y al especialista en otorrinolaringología **Juan Fabregat De Francia**.

PUBLICIDAD











Salud y Bienestar

## Los microplásticos pueden causar trombos en el cerebro

 Por: Redacción Los Titulares 23/01/2025

*Información: NCC*

**Científicos de la Academia China de Investigación en Ciencias Medioambientales han descubierto en ratones que los microplásticos presentes en el torrente sanguíneo pueden hacer que las células del sistema inmunitario provoquen trombos en el cerebro al acumularse en su interior.**

La concentración de microplásticos activa a las células inmunitarias en el cerebro, incluida la microglía, las defensas autonómicas del cerebro, que ‘engullen’ los microplásticos, como hacen con cualquier otra sustancia extraña para destruirla.

Sin embargo, a los microplásticos no pueden degradarlos, y se acumulan en su interior, por lo que las células de defensa se quedan atascadas en los capilares del cerebro, formando un tapón o trombo que impide localmente la llegada de oxígeno y sangre a esa zona del cerebro, de forma parecida a lo que provoca un trombo.

Ya se sabía que los microplásticos atraviesan la barrera hematoencefálica, una defensa crucial del cerebro contra sustancias tóxicas, aclara Jiaqi Hou a SINC, que junto con otros colegas explican su hallazgo en el último número de [Science Advances](#).

Estudios recientes habían demostrado que los microplásticos pueden infiltrarse en el tejido nervioso e inducir trombosis cerebral por obstrucciones celulares que provocan anomalías neuroconductuales. Esta infiltración desencadena la activación de células inmunitarias en respuesta a invasores extraños.

“Sin embargo, nuestra investigación sugiere una posibilidad alternativa a lo anterior: los microplásticos también pueden inducir la oclusión local de pequeños vasos del cerebro, creando potencialmente un entorno hipóxico [reducción del oxígeno sanguíneo] e isquémico [reducción del flujo de sangre]”, aclara Hou.

### Imágenes del cerebro del ratón ‘in vivo’

Para llegar a este descubrimiento, los investigadores chinos aplicaron técnicas de microscopía bifotónica en miniatura (mTPM) y obtuvieron imágenes de los microplásticos en el cerebro de ratón in vivo mientras el animal estaba despierto.

Gracias a la capacidad de obtención de imágenes de alta profundidad, pudieron ver los microplásticos en los vasos sanguíneos de la corteza cerebral del ratón.

Mediante el rastreo del movimiento a alta velocidad de los microplásticos en los vasos sanguíneos, el equipo

descubrió este nuevo mecanismo que puede inducir disfunción cerebral y deterioro neurológico.

Los investigadores también observaron que los bloqueos cerebrales inducidos por microplásticos pueden persistir más de 7 días y disminuir lentamente hasta los 28 días, aunque sin desaparecer por completo. En este tiempo, los ratones afectados mostraron deterioro en pruebas de memoria y menor función motora.

### **El sistema inmune en contra**

Hasta ahora, se aceptaba que los microplásticos causaban neurotoxicidad directa o daño a otros órganos que, a su vez, podrían generar disfunción en el sistema nervioso central.

Sin embargo, “este trabajo aporta evidencia, en modelos animales, de otro posible mecanismo: el daño a través de una afectación inmunológica que terminaría redundando en un mecanismo trombótico que afectaría a la circulación cerebral”, aclara a SINC el neurólogo Federico Castillo Álvarez, portavoz de la Sociedad Española de Neurología, que no participa en el estudio.

Para este experto, este hallazgo es importante porque “la causa vascular está en la base de muchas enfermedades neurológicas y empeora otras que tienen una base neurodegenerativa”.

Aunque el Castillo resalta que el trabajo se tiene que confirmar en otros modelos animales, “para luego poder plantear una hipótesis extrapolable al ser humano, dadas las diferencias que existen entre ratones y humanos, tanto a nivel neurológico, como inmunológico y vascular”.

### **Los microplásticos nos envejecen**

La exposición humana a los microplásticos se produce a diario, alerta Hou. “Hábitos de vida, como la frecuencia de uso de fiambreras y otros recipientes desechables para la conservación de alimentos, pueden influir significativamente en esta exposición. En consecuencia, es probable que los microplásticos se acumulen en los tejidos humanos con el paso del tiempo”, igual que ocurre en los ratones utilizados como modelo.

Y esa concentración, además de las consecuencias inmediatas ya mencionadas, puede acelerar el envejecimiento, como demostró otro reciente trabajo del grupo, publicado el verano pasado.

“La capacidad de la población anciana para combatir invasores extraños disminuye a medida que se reduce la función de sus órganos. Nuestro equipo descubrió que la exposición a microplásticos en ratones que envejecen conduce a señales de daño significativamente mayores, incluida la activación de vías de señalización del cáncer”, advierte Hou.

### **También en el ámbito hospitalario**

Lo cierto es que allá donde miremos descubriremos objetos de plástico que, cuando se desechen, se convertirán en fragmentos milimétricos que acabarán contaminando todos los rincones del planeta y también de nuestro organismo.

Ni los hospitales escapan a este uso. Los investigadores de Pekín, liderados por Beidou Xi, del Laboratorio

Estatal de Criterios Ambientales y Evaluación de Riesgos de Pekín, advierten con preocupación que los aparatos médicos nos inyectan microplásticos directamente en el torrente circulatorio y subrayan la urgencia de mejorar dispositivos de inyección para evitarlo.

En los últimos dos años, varios estudios han documentado la entrada de microplásticos en el cuerpo humano a través de dispositivos médicos, advierte Jiaqi Hou. “Los peligros asociados a los microplásticos preocupan cada vez más a los médicos. Pero para abordar este problema es necesario realizar importantes esfuerzos de concienciación en toda la comunidad médica y entre las autoridades gubernamentales”.

Un esfuerzo que supondría, señala, que tanto los materiales utilizados en el ámbito médico como la calidad de los productos sanitarios se sometieran a un estricto control para evitar la contaminación por las diminutas partículas de plástico.



## MALDITA CIENCIA

## Por qué ni un "neurólogo de Albacete" ni su estudio están demostrando una relación entre la vacuna COVID-19 y los infartos cerebrales

Publicado 28 ene 2025, 11:59:22

### Claves

- Circulan contenidos desinformadores sobre la relación entre las vacunas contra la COVID-19 y el riesgo de ictus en base a una entrevista a un médico del Hospital de Albacete
- El estudio mencionado no investigó esa supuesta relación y el médico afirma a *Maldita.es* que su investigación no prueba que las vacunas contra la COVID-19 sean perjudiciales
- La evidencia científica sí ha encontrado relación entre la COVID-19 y un mayor riesgo de infarto cerebral

### Comparte



### Demuestran la relación entre la vacuna contra el Covid y los infartos cerebrales

**7,7 K** **301.247** **16 ene**  
Me gusta Visualizaciones 2025

Los casos de infarto cerebral aumentaron en el Hospital de Albacete a finales de 2021. Una situación que alertaba al Servicio de Neurología y que enseguida relacionaron la vacuna de recuerdo Covid. Realizaron un estudio ...más

**Qué se dice:** Circulan contenidos que afirman que se ha demostrado la relación entre la vacuna contra la COVID-19 y el aumento de infartos cerebrales en base

[una entrevista](#) a un neurólogo del Hospital de Albacete. En el vídeo, este señala que en su hospital se duplicaron los diagnósticos de infarto cerebral tras la tercera dosis de la vacuna contra la COVID-19. Los contenidos que comparten la entrevista bajo titulares similares se utilizan para afirmar que la vacuna contra la COVID-19 es perjudicial.

**Verificación:** En realidad, el estudio del Hospital de Albacete por el que se realizó la entrevista no investigó si existe relación entre las vacunas COVID-19 y los infartos cerebrales. Sobre lo que sí hay evidencia y literatura es sobre el mayor riesgo de infarto cerebral y otras enfermedades vasculares en caso de esta infección.

También sobre que los coágulos tras la vacuna contra la COVID-19 son muy raros. El propio neurólogo indica en la entrevista que se recomienda vacunar a personas en riesgo de tener una COVID-19 grave y afirma a [Maldita.es](#) su investigación no prueba que las vacunas contra la COVID-19 sean perjudiciales.

 **¡Pincha aquí y sigue el canal de WhatsApp de Maldita.es para que no te la cuelen!**

## El estudio del neurólogo no investiga si vacunarse aumenta la probabilidad de tener un ictus

Segura, contactado por [Maldita.es](#), afirma que la entrevista se produjo a raíz de la publicación de [un estudio](#) del que es coautor. En él se utilizó la muestra de sangre de 38 trabajadores sanos del Hospital de Albacete **antes y después de la tercera dosis de la vacuna de ARN mensajero de Pfizer/BioNTech**. El objetivo fue comprobar si esta suponía cambios en la concentración de algunas sustancias del endotelio, la capa interna de las arterias que está en contacto con la sangre. De producirse un aumento en la concentración, la situación podría aumentar el riesgo de formación de trombos (coágulos) en las arterias y, por lo tanto, de ictus.

Sin embargo, mientras que los resultados muestran cómo en varias personas algunas sustancias del endotelio aumentan, también muestran cómo en otras disminuyen. Además, el incremento en esas sustancias fue tan bajo que se encuentra en el rango de normalidad reportado por otros estudios. De hecho, **el artículo no asocia la tercera dosis con tener infartos cerebrales. Ni siquiera lo estudió.**

## [¿Crees que te ha llegado un bulo? Verifica en nuestro chatbot de WhatsApp \(+34 644 229 319\)](#)

El neurólogo aclara a [Maldita.es](#) que su investigación no prueba que las vacunas contra la COVID-19 sean perjudiciales “en absoluto”. Al ser un estudio con sólo 38 personas y [retrospectivo](#) (mide un efecto ya empezado una vez comenzado el estudio), no puede probar nada. “No investigamos si las vacunas covid han sido más perjudiciales que beneficiosas”, aclara Segura.

## La COVID-19 sí se relaciona con mayor riesgo de ictus

Sobre lo que sí [existen evidencias](#) es sobre que la propia COVID-19 puede producir una alteración en el endotelio.

También existen evidencias suficientes para señalar que los [ictus y otras enfermedades cerebrovasculares](#) son comunes en [pacientes COVID-19](#), especialmente en aquellos casos más graves y en personas con factores de riesgo. De hecho, [la COVID-19 puede duplicar el riesgo de infarto, ictus o muerte](#) por cualquier causa hasta tres años después de la infección, según indica a [Maldita.es](#) la Sociedad Española de Neurología ([SEN](#))

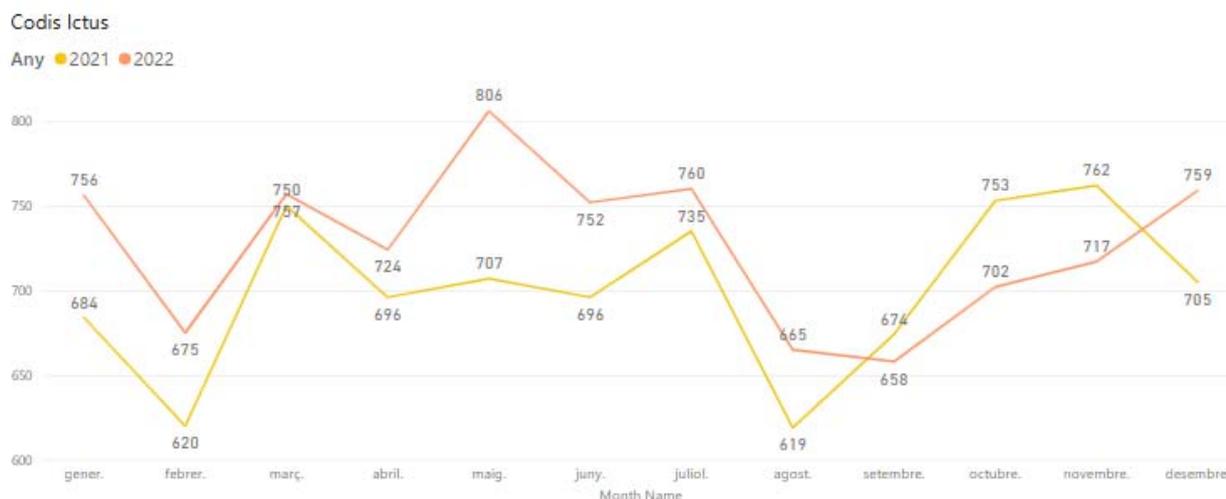
“Lo que aumenta la [probabilidad de ictus](#) es la propia infección por COVID-19”, señala a [Maldita.es](#) Amparo Cerón González, médica internista que nos ha prestado sus superpoderes. Esto concluía [un estudio](#) que analizó los ictus tras la vacunación contra la COVID-19.

## La situación del hospital de Albacete y otros hospitales con respecto a infartos cerebrales tras vacunación COVID-19

En la entrevista que se está compartiendo junto a estos mensajes desinformadores, Tomás Segura, jefe del servicio de Neurología del Hospital de Albacete, indica que, mensualmente y antes de la administración de las vacunas, acudían al hospital una media de entre 10 y 12 personas mayores de 80 años con [infarto cerebral de gran vaso](#) (un taponamiento de las arterias de gran calibre del cerebro). Sin embargo, añade, tras la aplicación de la tercera dosis de la vacuna contra la COVID-19, esta

cifra se habría duplicado.

Pero este aumento de infartos cerebrales (o [ictus](#) o [accidente cerebrovascular](#)) no se ha observado en otros hospitales. Por ejemplo, Cataluña registra de forma pública [todos los ictus que reciben en sus hospitales](#). Los datos de 2016 a 2023 muestran un aumento progresivo de casos, pero no se observa que estos se dupliquen de forma repentina [a finales de 2021](#) o [comienzos de 2022](#), cuando comenzó la campaña de vacunación de la tercera dosis de la vacuna COVID-19.



Número de casos de ictus registrados en Cataluña mes a mes en 2021 y 2022. Fuente: Agencia de Calidad y Evaluación Sanitarias de Cataluña. URL: <https://aquas.gencat.cat/ca/fem/intelligencia-analitica/registre-cicat/resultats/cicat/index.html>

## Los casos de ictus reportados llevan aumentando décadas por varios factores ambientales y sociales

A nivel global, desde 1990 a 2021 han aumentado los casos de ictus por causas como la contaminación, las altas temperaturas, la escasa actividad física y las dietas ricas en bebidas azucaradas y carnes rojas, como explica un artículo publicado en [The Lancet Neurology](#). Ni este estudio ni ninguno otro publicado vincula el aumento de casos de ictus, que lleva sucediendo desde hace décadas, con ninguna vacuna. Tampoco la de COVID-19.

## Los ictus detectados tras la vacunación COVID-19 son menos que por la COVID-19

La incidencia de infartos e ictus [es más baja](#) en las personas vacunadas en comparación con las no vacunadas, porque las vacunas evitan tanto contraer la enfermedad como la gravedad de la misma, indica la SEN.

“En casos muy raros, se han notificado unos pocos casos en los que se han producido coágulos sanguíneos tras la administración de la vacuna contra la COVID-19, produciendo casos de ictus”, añade la SEN. Eso sí, estos efectos secundarios “son raros, y muchísimo menos frecuentes que los ictus isquémicos asociados a la propia infección por COVID-19 en personas no vacunadas”, concluye la organización de neurólogos.

**A día de hoy no hay evidencia científica que demuestre que la vacunación para COVID-19 aumente el riesgo de padecer un ictus**, concluye Cerón. “Hasta la fecha, y después de muchos miles de millones de vacunas administradas, no se han detectado señales en el [sistema de farmacovigilancia](#) que nos deban preocupar o poner en alerta”, señala a [Maldita.es](#) la Asociación Española de Vacunología ([AEV](#)).

*Para la redacción de este artículo, nos han prestado sus superpoderes la médica internista Amparo Cerón González.*

*Gracias a vuestros superpoderes, conocimientos y experiencia podemos luchar más y mejor contra la mentira. La comunidad de [Maldita.es](#) sois imprescindibles para parar la desinformación. Ayúdanos en esta batalla: [mándanos los bulos que te lleguen a nuestro servicio de Whatsapp](#), [préstanos tus superpoderes](#), difunde nuestros desmentidos y [hazte Embajador](#).*

#### ETIQUETAS

[HOSPITAL GENERAL DE ALBACETE](#)[ALBACETE](#)[ICTUS](#)[ACCIDENTE CEREBROVASCULAR](#)[INFARTO CEREBRAL](#)[VACUNAS COVID-19](#)[NEUROLOGÍA](#)

Apúntate a la newsletter de **Maldita**  
**Ciencia**





//banner1.gruposaned.com/www/delivery/ck.php?oaparams=2\_\_bannerid=406\_\_zoneid=346\_\_cb=bc0ade8374\_\_oadest=https%3A%2F%2Forganonpro.com%2Fes%3Futm\_source%3Dmedico\_interactivo%26utm\_medium%3Ddisplay%26utm\_campaign%3Dgeneral\_neurologia%26utm\_content%3Dbanner\_migrana%26imtoken=...

## Un estudio español destaca la importancia del diagnóstico precoz de la fragilidad en casos de demencia

La investigación presenta una guía con 16 recomendaciones a partir de un consenso de expertos y revisión sistemática de la literatura



El Médico Interactivo

29 de enero 2025. 12:21 pm



Un estudio liderado por el Departamento de Neurología de la Clínica Universidad de Navarra y publicado en Lancet Healthy Longevity ([https://www.thelancet.com/journals/lanhl/article/PIIS2666-7568%2824%2900192-2/fulltext?utm\\_campaign=ndp-externo-diagnostico-temprano-fragilidad-mejora-pronostico-pacientes-demencia&utm\\_medium=email&utm\\_source=acumbamail](https://www.thelancet.com/journals/lanhl/article/PIIS2666-7568%2824%2900192-2/fulltext?utm_campaign=ndp-externo-diagnostico-temprano-fragilidad-mejora-pronostico-pacientes-demencia&utm_medium=email&utm_source=acumbamail)) muestra la importancia de del diagnóstico precoz de la fragilidad asociada a la demencia. En concreto, para **ralentizar el deterioro tanto cognitivo como físico de las personas que la padecen**.

La investigación presenta una **guía con 16 recomendaciones a partir de un consenso de expertos y revisión sistemática** de la literatura. Los especialistas sostienen que el diagnóstico precoz de la fragilidad no debe depender solo de los geriatras, sino también de otros especialistas, como psiquiatras, terapeutas, anestesistas o médicos de Familia. Además, destacan que este síndrome clínico se debe valorar en todo paciente con demencia, deterioro cognitivo o riesgo de demencia.

### Diagnóstico precoz de la fragilidad

Tal y como apunta Miguel Germán Borda, geriatra e investigador principal, “la fragilidad es una condición de salud que hace a las personas más vulnerables y propensas a sufrir complicaciones frente a situaciones como enfermedades, infecciones, caídas, hospitalizaciones, cambios en su entorno o estrés emocional, porque el cuerpo tiene menos capacidad para responder a estos desafíos. La fragilidad se manifiesta con pérdida de la fuerza muscular, disminución del estado físico, menor resistencia a

Por su parte, la demencia es un síndrome que se manifiesta principalmente a través de un deterioro progresivo de las funciones cognitivas. Puede incluir problemas relacionados con la memoria, el razonamiento o el lenguaje, entre otros. Según la Sociedad Española de Neurología, el 8 por ciento de las muertes en España se atribuyen a este problema.

## Una guía para profesionales y pacientes

La guía propuesta sobre el diagnóstico precoz de la fragilidad está dirigida tanto a profesionales como a familiares. De esta forma, destaca la importancia de adoptar un enfoque más holístico en el cuidado de pacientes frágiles con demencia. Este enfoque incluye **aspectos como la nutrición, la promoción de la actividad física adaptada a las capacidades individuales, el desarrollo de estrategias para prevenir caídas**, la revisión y gestión de posibles efectos adversos de los medicamentos, y la integración del apoyo psicosocial.

Además, aborda **cuestiones sociales relevantes, como la soledad y el aislamiento social, la salud mental**, especialmente en torno a la depresión o la ansiedad, y la adaptación del entorno para hacerlo más seguro, promoviendo la máxima autonomía e independencia de la persona. Todo ello fomentando la colaboración interdisciplinar para una atención integral.



**Internistas presentan criterios actualizados de tratamiento de la diabetes mellitus tipo 2** (<https://elmedicointeractivo.com/criterios-actualizados-de-tratamiento-de-la-diabetes-mellitus-tipo-2/>)

**“Agradecemos la figura altruista del tutor y reivindicamos la mejora de sus condiciones laborales”** (<https://elmedicointeractivo.com/agradecemos-figura-altruista-tutor/>)

## ÁREAS CLÍNICAS



Vitíligo (<https://elmedicointeractivo.com/blog/section/el-medico-interactivo/noticias/vitiligo/>)



Patología respiratoria crónica (<https://elmedicointeractivo.com/blog/section/patologia-respiratoria-cronica/>)



Depresión (<https://elmedicointeractivo.com/blog/section/el-medico-interactivo/noticias/depresion/>)



Prevención de suicidio (<https://elmedicointeractivo.com/blog/section/el-medico-interactivo/noticias/prevencion-suicidio/>)

## CASOS CLÍNICOS



Cáncer Colorrectal Metastásico (<https://elmedicointeractivo.com/cancer-colorrectal>)



Enfermedad de Parkinson y fluctuaciones (<https://elmedicointeractivo.com/ccparkinson>)



Patología respiratoria (<https://elmedicointeractivo.com/ccpatorespiratoria>)



Di adiós al insomnio con esta fruta que, ...

PROYECCIÓN  
DEL SMARTPHONE  
INALÁMBRICA 

Descubre más



## Di adiós al insomnio con esta fruta que, además, es un potente antioxidante

### Nutrición

✔ Fact Checked

Entre un 20 y un 48% de la población adulta tiene dificultad para iniciar o mantener el sueño. Para corregir esta situación, puede ser útil tomar alimentos que elevan los niveles de melatonina.

Actualizado a: Miércoles, 22 Enero, 2025 06:19:17 CET



*Muchas veces no sabemos qué comer para descansar pero hay alimentos que nos pueden ayudar (Fotos Shutterstock)*



Covadonga Díaz

Di adiós al insomnio con esta fruta que, ...

La **piña**, que pertenece a la familia de las bromeliáceas, es una fruta tropical originaria de América del Sur, reconocida por su sabor dulce y refrescante y **su corona de hojas que la hace inconfundible**. En el siglo XVIII, la piña era un símbolo de lujo en Europa y se usaba más como decoración en eventos que como alimento, apunta **María José Cachafeiro**, farmacéutica cotitular de farmacia La Pomar (La Felguera, Asturias), dietista-nutricionista y creadora de @laboticadetete y @saludlapomar.

En cada piña, **se encuentran de 100 a 200 frutos individuales que no tienen semillas y se organizan en torno a un núcleo común**, explica **Beatriz Robles**, dietista-nutricionista y profesora de la Universidad Isabel I.

La piña tiene tal concentración de **vitaminas, minerales** y compuestos bioactivos, que Cachafeiro se refiere a ella como "**una verdadera joya nutricional**". Su composición se relaciona con importantes beneficios para la salud:

- **Vitaminas:** la piña es rica en **vitamina C**, esencial para el sistema inmunológico.
- **Minerales:** además contiene **potasio, magnesio** y **yodo**, importantes para diversas funciones corporales.
- **Compuestos bioactivos:** entre ellos destaca la bromelina, una enzima con múltiples beneficios para el organismo humano.

## Eleva los niveles de melatonina

Pero además de todo ello, **consumir piña consigue elevar los niveles de melatonina en el cuerpo**, es decir, de la hormona que regula el sueño, facilitando su conciliación.

**La dificultad para iniciar o mantener el sueño es un problema frecuente que presenta entre el 20 y el 48% de la población adulta**, según estimaciones de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Y dormir es un proceso vital para el organismo. Durante el mismo, se lleva a cabo funciones esenciales, como limpieza cerebral, consolidación de **recuerdos**, eliminación de información irrelevante o recuperación de tejidos, entre otras muchas.

Por ello, **necesitamos dormir regularmente un mínimo de horas para poder funcionar con normalidad**. De ahí la importancia de desarrollar una buena higiene del sueño y de conocer que alimentos pueden ser adyuvantes para

conseguir un descanso óptimo.  
**Di adiós al insomnio con esta fruta que, ...**



## Aporta magnesio

En el caso de la piña, además de elevar los niveles de melatonina, aporta magnesio, un mineral muy relacionado también con un descanso reparador, explica María José Cachafeiro.

## La acción de la bromelina

Otro componente muy interesante de la piña es la bromelina, una enzima proteolítica que nos ayuda a digerir las proteínas, descomponiéndolas en aminoácidos, facilitando así la digestión y aliviando posibles molestias estomacales.

## Fuentes dietéticas de melatonina

En lo que a utilización de determinados alimentos para mejorar la conciliación del sueño, Robles señala la necesidad de **tener en cuenta que las evidencias científicas sobre este aspecto son limitadas** porque los estudios llevados a cabo "no son en general homogéneos, no suelen estar realizados en poblaciones elevadas, y las dosis manejadas y la duración también varían sustancialmente", lo que no permite obtener conclusiones robustas, en cuanto a relación con "la duración del sueño, su calidad y la reducción de despertares".

No obstante, explica que **lo que se sabe sobre la piña y su posible utilidad para mejorar el sueño es "un buen punto de partida para seguir investigando**, tanto sobre este alimento como sobre otras posibles fuentes dietéticas de



melatonina para asegurar la calidad del descanso"  
**Di adiós al insomnio con esta fruta que, ...**

## Aporte de fibra

Es interesante conocer también que la piña es una buena fuente de **fibra dietética**, lo que promueve la salud intestinal y previene el **estreñimiento**. Aporta también una buena cantidad de agua, que junto con la fibra va a favorecer **un correcto tránsito intestinal**. Y además es una excelente aliada en estrategias de control del peso, lo cual no quiere decir, según dejan claro las nutricionistas que quepa esperar ningún inexistente efecto milagro.

## Cuándo consumirla para mejorar el sueño

Cuando se consume la piña para tratar de ayudar en la conciliación del sueño y aprovechar todo su potencial con este objetivo, **es recomendable tomarla unas dos horas antes de acostarse**, "permitiendo que el cuerpo incremente la producción de melatonina a tiempo para el sueño", explica Cachafeiro.

La piña no solo es deliciosa y refrescante, sino que **también es una fuente impresionante de nutrientes, antioxidantes** y compuestos bioactivos que pueden mejorar la digestión, apoyar el sistema inmunológico e incluso ayudar en el **control del peso**. "Y si además necesitas un aliado para dormir mejor, una ración de piña un tiempo antes de acostarte puede ser una opción interesante", concluye Cachafeiro.

## Te recomendamos

Enlaces promovidos por Taboola

Qué ocurre en el cuerpo si bebes cerveza todos los días

Cuídate Plus

Qué significa que una persona diga muchas palabrotas cuando habla, según una psiquiatra

Cuídate Plus

La magia del monasterio más espectacular de España

Expansión

Anabel Pantoja habla por primera vez sobre la salud de su hija: "Hace 11 días, se paró mi vida"

Marca

En IKEA tenemos todo para tu descanso por muy poco

¿La computadora es demasiado lenta? En lugar de comprar una nueva,...

Publicidad Xtra-PC



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

Publicidad Ryoko



La Vanguardia

Seguir

83.2K Seguidores



## Adiós a las pastillas para dormir con el truco de una psicóloga para combatir el insomnio: "Ponte en modo observador"

Historia de Anna Calpe • 20 h • [3 minutos de lectura](#)

Dormir bien es clave para nuestro bienestar físico y mental. Una buena relación con el sueño nos ayuda a pensar con más claridad, disminuye el estrés y mejora el estado de ánimo. Sin embargo, no todo el mundo tiene facilidad para dormir de un tirón las 7 horas recomendadas por los médicos. En España, un 25-35% de la población adulta padece insomnio transitorio y entre un 10 y un 15%, lo que supone más de cuatro millones de adultos españoles, insomnio crónico, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).



No más dolor de rodilla

¿Rodilla desgastada?  
Utilice esto para un alivio...

Publicidad

## La mitad de la población adulta en España tiene problemas de sueño

Comentarios

Este trastorno del sueño puede agotar tu nivel de energía y afectar a tu estado de ánimo. Las causas más frecuentes que lo provocan incluyen estrés en el trabajo, presiones familiares o un evento traumático. Las pastillas para dormir pueden ayudarte cuando estas situaciones no te permiten conciliar el sueño. Sin embargo, sus efectos secundarios presentan algunos inconvenientes para la salud y tomarlas puede aumentar el riesgo a sufrir dependencia de ellas.



Insomnio  
© Getty Images

La psicóloga Luli Amorrortu ha compartido a través de su cuenta de Tik Tok una de las estrategias que comparte con sus pacientes para combatir el insomnio sin necesidad de recurrir a fármacos para

## Contenido patrocinado

 Comentarios