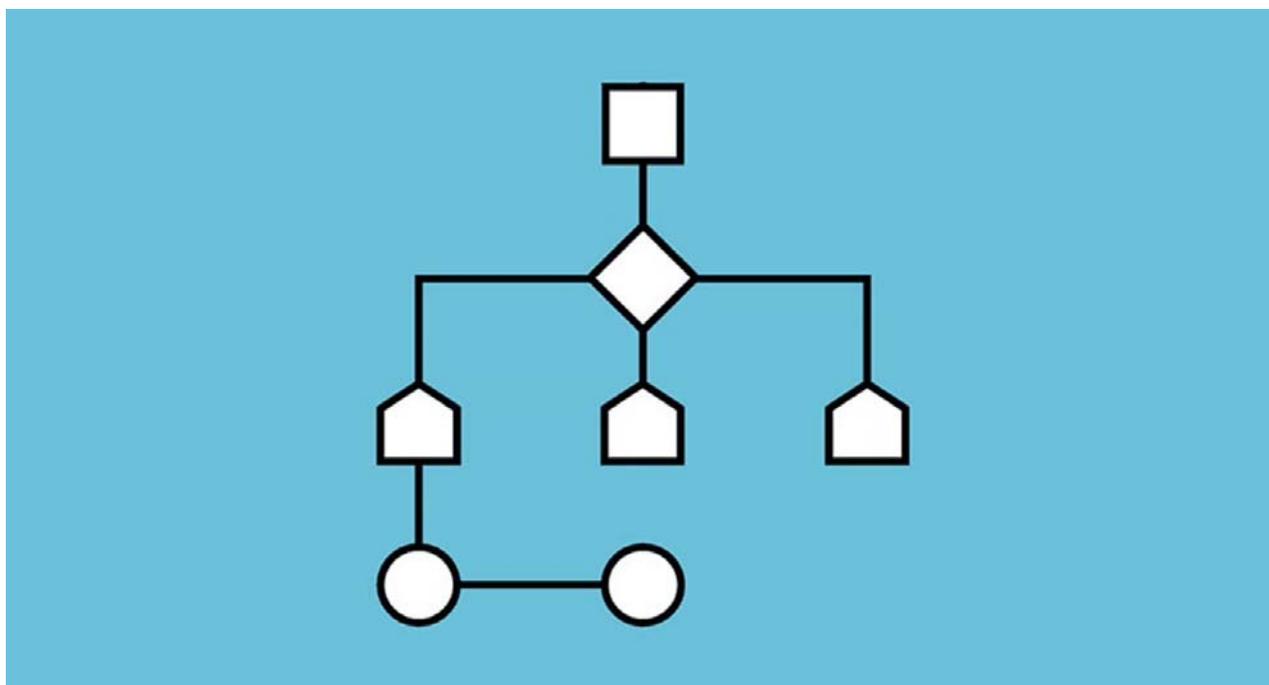


PR News en Español

Marketing, business and data driven strategies

AI & CODING, MARKETING, NEGOCIOS

Porqué (deberíamos) pensar más como desarrolladores de software si hacemos mercadotecnia



Fecha: 17 enero, 2025 **Autor/a:** Redacción  **0 Comentarios**

Antes de entrar en materia, un doloroso proemio:

Pensar es uno de los hábitos que se está perdiendo actualmente por la velocidad y cantidad de estímulos a los que las personas nos enfrentamos cotidianamente. No es de extrañar el enfrentarnos a situaciones donde el lenguaje de algunos individuos es muy limitado, sin sinónimos, antónimos o el uso de paráfrasis o elementos que enriquezcan

una conversación más allá de una descripción de un hecho o situación. El uso de los buscadores que «simplifica» el acceso a la información, deja de lado el uso de la memoria, recurriendo para muchos individuos de manera automática a su teléfono para consultar algún concepto en cualquier conversación sin siquiera hacer un mínimo esfuerzo por recordar o elaborar una respuesta propia; esta «extensión» de la memoria está deformando la calidad del trabajo de muchos profesionales, no sólo en el campo de la mercadotecnia sino en muchas otras áreas.

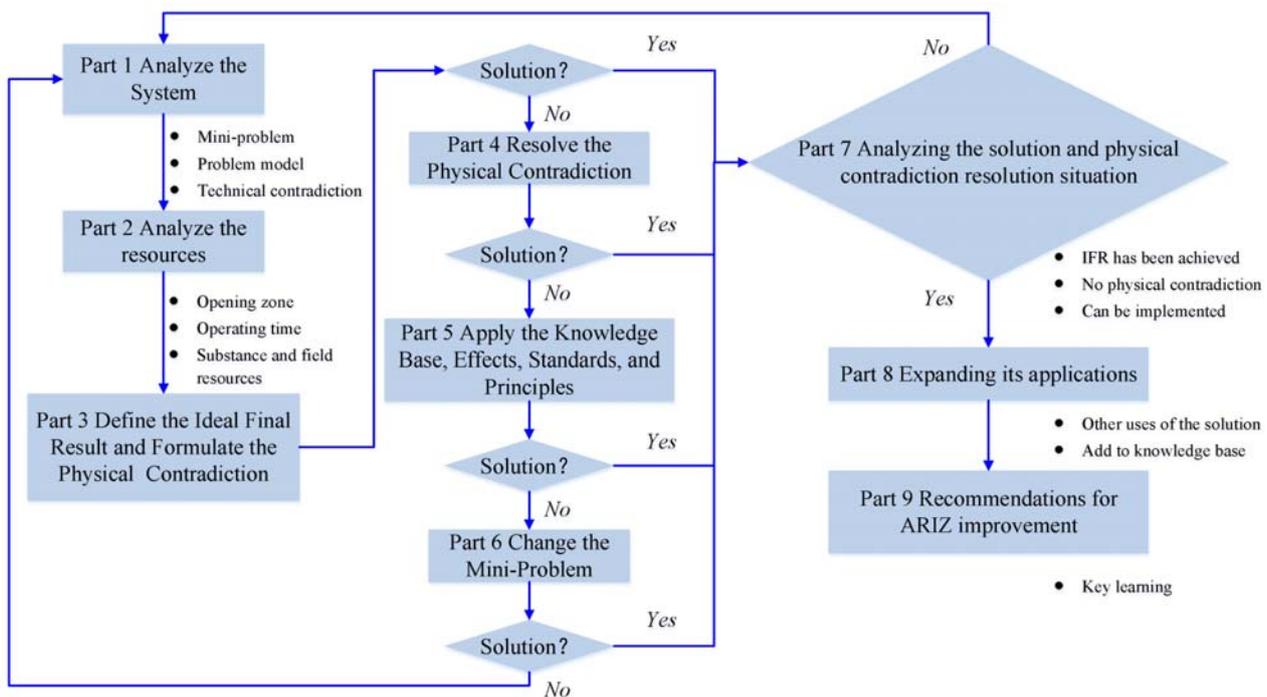
Es importante el uso de la tecnología pero como un apoyo para automatizar labores repetitivas, tediosas y hasta costosas, pero no es correcto usarlo como una fuente automática de consulta sin detenernos a pensar por nosotros mismos, ya que reduce notablemente nuestra capacidad de análisis, reflexión y autocrítica. De acuerdo con el sitio especializado en psiquiatría y medicina <https://psiquiatria.com/>, en una entrevista a David Ezpeleta, neurólogo y secretario de la Junta Directiva de la Sociedad Española de Neurología (SEN) quien a partir de enero de 2024 se incorporó como vicepresidente y responsable del Área de Neurotecnología e Inteligencia Artificial, expresó una preocupación sobre la pérdida de la capacidad cerebral en los seres humanos si se abusa de la IA: *«Ya hemos delegado la información en internet y sus buscadores; estamos perdiendo atención y retentiva por el uso exagerado que hacemos de los móviles y las redes sociales; y el metaverso, si llega a implantarse tal como sus creadores tienen previsto, provocará cambios en la identidad de muchos usuarios. De seguir esta dinámica, si pedimos fascinados a las IA que nos resuman textos, redacten partes de los artículos científicos, respondan automáticamente a los e-mails, traduzcan por nosotros, estaremos delegando nuestro pensamiento en ellas»*, finalizó.



Otro estudio publicado por Michael Gerlich para el Center for Strategic Corporate Foresight and Sustainability, SBS Swiss Business School en Suiza, a partir de una encuesta aplicada a 666 individuos, obtuvo entre sus hallazgos evidencia que muestra que la dependencia excesiva a estas herramientas puede conducir a una descarga cognitiva. La descarga cognitiva ocurre cuando los individuos delegan tareas cognitivas a ayudas externas, lo que reduce su participación en el pensamiento profundo y reflexivo. Este fenómeno es particularmente preocupante en el contexto del pensamiento crítico, que requiere una participación cognitiva activa para analizar y evaluar la información de manera efectiva.

Ahora, el tema principal que nos trajo a este espacio es el porqué deberíamos los que nos dedicamos a mercadotecnia pensar más como desarrolladores de software. Probablemente una respuesta que puede ser complementada con otras más es la de contar con una estructura de pensamiento que nos permita tener un inicio, un desarrollo y un resultado de manera ordenado y con la suficiente flexibilidad para adaptarlo a diversos escenarios que tanto una marca o negocio pueden enfrentar en el desarrollo e implementación de una campaña de mercadotecnia, comunicación e investigación de mercado cuantitativa, siendo ésta última una de las herramientas con una tasa de caducidad alta al no tener en muchas ocasiones por parte de los tomadores de decisión una visión de lo que se hace o no se hace con los resultados obtenidos.

Amanda Cole, de la empresa Bloomreach comentó para el medio Demand Gen Report sobre la importancia en el uso de la IA para los expertos en marketing y cómo éstos pueden pensar más como desarrolladores para lograr mejores resultados para las marcas que asesoran o lideran. «*Experimentar sin miedo con la IA transformará los desafíos de marketing en oportunidades para una innovación revolucionaria. Si bien el 57 % de los especialistas en marketing buscan generar IA para impulsar el retorno de la inversión, es probable que muchos se centren en aplicaciones obvias y superficiales. Sin embargo, quienes adoptan la curiosidad de un desarrollador pueden profundizar más y descubrir usos verdaderamente importantes que van más allá de lo básico*», finalizó.



Aplicación del algoritmo para la resolución de problemas de manera inventiva (ARIZ) para la disipación de calor del sistema de suministro de almacenamiento de energía para locomotoras de alta potencia.

En la imagen podemos ver un ejemplo de como un algoritmo en este caso el algoritmo ARIZ, el cual tiene la ventaja de que mientras un sistema de ingeniería se mantiene sin cambios o con menos cambios, se puede satisfacer la disipación de calor efectiva de la batería de almacenamiento de energía con una densidad de energía creciente. Este es un ejemplo tal vez un poco árido y sin vida si pensamos en el marketing como lo conocemos pero si podemos aplicar el pensamiento algorítmico al planteamiento de campañas, resultados y soluciones de negocio, podremos optimizar mucho mejor los recursos y el tiempo que se requiere para tareas específicas tal y como se hace con lenguajes de

programación como C, C++, Python o Java.

A continuación 2 aspectos de la programación e ingeniería en software que pueden ser aplicados a la mercadotecnia en el uso de la IA.

Eficiencia operativa y optimización de campañas

Actualmente el análisis de campañas en tiempo real y los conocimientos basados en IA impulsan decisiones más rápidas y respaldadas por datos y un ROI máximo. En el futuro, con el uso del pensamiento algorítmico aplicado a la mercadotecnia, podremos implementar ecosistemas de marketing orquestados por IA que asignen recursos de forma dinámica en todos los canales y campañas. Aprovechar la IA predictiva para pronosticar las tendencias del mercado y cambiar automáticamente las estrategias, optimizando el valor de vida del cliente y el valor de la marca junto con el ROI inmediato.

Pruebas rápidas y experimentación

Hoy usamos la IA como copiloto en sus campañas de marketing. Por ejemplo, mejorar las pruebas A/B para identificar rápidamente las estrategias ganadoras y acelerar la innovación en este campo. El pensamiento ordenado como desarrollador nos permitirá crear "laboratorios creativos" impulsados por IA que produzcan y prueben nuevos conceptos de marketing las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Utilizar algoritmos inteligentes para desarrollar campañas basadas en los comentarios actuales de la audiencia. Aquí no se tiene que comprometer la capacidad cognitiva ya que no sustituirán a los expertos sino que complementarán aspectos que amplifiquen el efecto de su pensamiento.

Fuentes:

psiquiatría.com <https://psiquiatria.com/psicologia-general/la-ia-esta-desajustando-el-cerebro-de-las-personas-es-contraevolutivo>

MDPI <https://www.mdpi.com/2071-1050/15/9/7271>

MDPI Michael Gerlich <https://www.mdpi.com/2075-4698/15/1/6>

Psicología y Mente <https://psicologiaymente.com/psicologia/peligro-dependencia-emocional-ia>

Demand Gen Report <https://www.demandgenreport.com/demanding-views/what-marketers-can-learn-from-developers-a-shift-in-ai-mindsets/48645/>



Salud y bienestar

La Unidad de Trastornos del Movimiento del Hospital Universitario Central de Asturias es excelente

Recibe la acreditación de calidad de la Sociedad Española de Neurología (SEN) que sitúa al HUCA como centro de referencia en este ámbito, a nivel nacional e internacional



Por la izquierda, Fernando Seijo, miembro de la Real Academia de Medicina del Principado; Beatriz López Muñiz, gerente del área sanitaria IV; Aquilino Alonso, gerente del Sespa; y Álvaro Sánchez- Ferro, coordinador del grupo de estudio de trastornos del movimiento de la Sociedad Española de Neurología; y Marta Blázquez, jefa de sección de Enfermedades Neurodegenerativas en el HUCA

Jesús Martín [Radio Asturias](#) 21/01/2025 - 14:42 CET

PUBLICIDAD

Oviedo • La acreditación confirma la elevada calidad de la unidad en el tratamiento a personas con enfermedades neurológicas como Párkinson, distonía, Corea de Huntington 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 y excelencia. Para obtener esta acreditación, la unidad se ha sometido a una exhaustiva auditoría externa que ha incluido a todos los servicios implicados de forma multidisciplinar: neurología, medicina nuclear, digestivo, o trabajo social, entre otros.

Conseguirla respalda que en el HUCA se ofrece el mejor tratamiento para la salud de los pacientes a través de una asistencia súper especializada.

Marta Blázquez es la jefa de sección de Enfermedades Neurodegenerativas en el HUCA...



Marta Blázquez, jefa de sección de Enfermedades Neurodegenerativas en el HUCA, 00:23

Esta unidad, que atiende a cerca de 3.500 personas al año, es pionera, desde 1996, en el tratamiento quirúrgico de los trastornos del movimiento y en 2012 fue reconocida como referencia dentro del Sistema Nacional de Salud. En este sentido, figura entre los siete centros, servicios y unidades acreditados en el país para abordar estas patologías. También es referencia para las técnicas avanzadas en la enfermedad de Parkinson.

La unidad ahora reconocida, participa también en actividades docentes y colabora en proyectos de investigación, ensayos clínicos y registros de pacientes y forma parte de la Red Europea de Enfermedades Neurológicas Raras.

[Portada](#) > [Secciones](#) > NEUROLOGÍA

Raisa Pérez, jefa de Servicio de Neurología del Juan Ramón Jiménez

Integrante del grupo de Estudio de Cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN)



La neuróloga Raisa Judith Pérez Esteban.



3 ene. 2025 5:45H

SE LEE EN 1 MINUTO

POR [REDACCIÓN MÉDICA](#)

TAGS > [SOC. ESPAÑOLA NEUROLOGÍA](#) [EPILEPSIA](#)

La Dirección General de Personal del **Servicio Andaluz de Salud (SAS)** ha hecho pública la resolución definitiva del concurso de méritos para la cobertura de un puesto de cargo intermedio de jefe/a de Servicio Facultativo de **Neurología** en el **Hospital Universitario Juan Ramón Jiménez** de **Huelva**.

De esta forma, ha sido designada para su nombramiento **Raisa Judith Pérez Esteban** como jefa de Servicio de

Neurología del hospital onubense Juan Ramón Jiménez.

Licenciada en Medicina por la **Universidad de Valencia**, se especializó en Neurología en el Hospital Universitario Virgen de Valme de Sevilla, y ha desarrollado su carrera como **neuróloga** en el Hospital Universitario Virgen del Rocío de Sevilla y en el Juan Ramón Jiménez.

Es médica neuróloga experta en **cefaleas** y dolor craneofacial, y epilepsia, y es miembro del grupo de Estudio de Cefaleas de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)** y de la Sociedad Andaluza de Neurología (SAN).

Es máster en Investigación Clínica y experta universitaria en Cefaleas.

Tiene experiencia en el ámbito asistencial privado, en el entorno del sevillano **Hospital Quirónsalud Sagrado Corazón**.

La designación de **Raisa Pérez Esteban** como jefa de Servicio del Hospital Juan Ramón Jiménez de Huelva ya ha sido publicada en el [Boletín Oficial de la Junta de Andalucía \(BOJA\)](#).

Las informaciones publicadas en Redacción Médica contienen afirmaciones, datos y declaraciones procedentes de instituciones oficiales y profesionales sanitarios. No obstante, ante cualquier duda relacionada con su salud, consulte con su especialista sanitario correspondiente.



UNA PUBLICACIÓN DE



Copyright © 2004 - 2025 Sanitaria 2000

[Aviso legal y condiciones de uso](#)

Soporte válido 3-23-WCM Redacción Médica: La información que figura en esta edición digital está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que se requiere una formación especializada para su correcta interpretación

[QUIÉNES SOMOS](#) [PUBLICIDAD](#) [SUSCRIPCIÓN](#) [POLÍTICA DE PRIVACIDAD](#) [POLÍTICA DE COOKIES](#) [INSCRIPCIÓN ACTIVIDADES](#)

PUBLICIDAD



¿Aún no conoces Quviviq®?



psiquiatria.com

Buscar



Actualidad y Artículos | Sueño Vigilia, Trastornos del sueño vigilia

Seguir 52



1



2



PUBLICAR

Cuidar el sueño, esencial para preservar la salud mental de niños y adolescentes



Noticia | 23/01/2025

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.

Trastorno por Comportamiento Sexual Compulsivo **TCSC**: Evaluación y diagnóstico

CURSO ONLINE



PUBLICIDAD

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.

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.

[Para acceder al artículo completo pinche aquí](#)

Todo sobre el **TCSC**: diagnóstico, tratamiento y relación con el consumo de pornografía.



PUBLICIDAD

Fuente: El País

Palabras clave: sueño, salud mental, adolescentes, niños

Comentarios de los usuarios

primeraplana.com.ar

Mundo | Qué tipo de música hay que escuchar para mejorar la concentración, según los neurólogos | PRIMERA PLANA

4-5 minutos

La música puede ser de cualquier cultura o país y en cualquier idioma, pero es capaz de provocarnos todo tipo de emociones desde ponernos alegres o tristes hasta hacernos llorar o incitarnos a bailar. Y hay un estilo que muchos escuchan para relajarse y para dormir, pero también para estudiar, ya que sería muy útil para concentrarse: hablamos de la música clásica.

La música clásica presenta una característica y es que de manera frecuente es solo instrumental. Sí se sabe que la música que tiene letra no solo no mejora la concentración, sino que suele interferir en ella. Es posible que la tendencia de buscar melodías clásicas sea porque el nivel de interferencia nunca va a ser el mismo, destacó la neuropsicóloga española, Laura Herrero, quien añade que también se puede buscar esa música simplemente por la creencia de que facilita la atención.

La música y la concentración

La experta aclara que realmente no está demostrado que la música favorezca la atención y la memoria, pero hay estudios que sí comprobaron que escucharla de forma consciente antes de empezar

una tarea cognitiva sí lo hace porque genera un nivel de activación que es óptimo para la realización de una actividad. ***“Hay mucha variabilidad, pues hay personas a las que la música les genera una interferencia y otras a las que les favorece la concentración”***, dijo.

Por su parte, **Manuel Arias**, miembro de la Sociedad Española de Neurología (SEN), destaca que la música es un lenguaje universal, presente en todas partes y distinto al hablado o al escrito, por lo que tiene un procesamiento cerebral distinto y conlleva a una reorganización de las redes neuronales.



“Entonces, ¿qué mejora la atención, estudiar música, escucharla, tocar un instrumento? ¿Y qué clase de música? Son preguntas difusas”, manifiesta el experto, quien, para responder alude a casos concretos: Sí se sabe que los niños que empiezan a estudiar música a una edad temprana, potencian más determinadas zonas del cerebro, como el cerebelo.

Además, Arias comentó que hay personas que, por ejemplo, sufrieron un ACV y se les propone un programa de rehabilitación en el que tienen que escuchar música durante unos meses. Esto les mejora el estado de ánimo, lo cual es muy importante para otras

facetas como la atención. El neurólogo también hace referencia al efecto **Mozart**, que propone que la música de este compositor tiene propiedades que potencian ciertas funciones cerebrales., pero dijo que esto dependerá del tipo de música o de las circunstancias del que la percibe, entre otros factores.

La música y el deterioro cognitivo

La música es también una herramienta que frena la aparición del deterioro cognitivo. **“Frenar, pero no evitar”**, aclara **Herrero**, mientras que Arias precisa que la música, vinculada a las emociones, nos retrotrae al pasado y nos facilita un poco los recuerdos. **“Por eso, en los talleres de memoria se ponen canciones antiguas. Se estimula la memoria, que va ligada a experiencias emocionales gratificantes”**, expresó.



En este punto, un estudio de la Universidad Abierta de Cataluña (UOC), mostró que escuchar música clásica de fondo mientras se hacen ejercicios de memoria no mejora ni tampoco empeora el nivel de aprendizaje de las personas con deterioro cognitivo leve (DCL).

En cambio, se vio que escuchar una música más activadora sí podría tener un efecto positivo en personas que estén acostumbradas a utilizar la música como regulador emocional en su día a día, hecho que abre la posibilidad a nuevas hipótesis e investigaciones.

Si todavía no recibís las noticias de PRIMERA PLANA en tu celular, *hacé click en el siguiente enlace* <https://bit.ly/3ndYMzJ> y pasarás a formar parte de nuestra base de datos para estar informado con todo lo que pasa en la ciudad y la región.

UNA INVESTIGACIÓN ADVIERTE QUE LOS MICROPLÁSTICOS PUEDEN CAUSAR TROMBOS EN EL CEREBRO

[Inicio](https://www.residuosprofesional.com/) · [Noticias](https://www.residuosprofesional.com/noticias/) · [Contaminación](https://www.residuosprofesional.com/noticias/contaminacion/) · [Una investigación advierte que los microplásticos pueden causar trombos en el cerebro](https://www.residuosprofesional.com/noticias/contaminacion/)

24

ENE - 2025

Un estudio en ratones ha revelado un mecanismo por el que los microplásticos del torrente sanguíneo pueden desencadenar la formación de trombos en el cerebro. El hallazgo sugiere que estas micropartículas pueden inducir disfunción neurológica a través de la activación de las células inmunitarias en este órgano.



<https://www.residuosprofesional.com/wp-content/uploads/2025/01/cerebro24125.jpg>

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.

[Close](#)

Sin embargo, no pueden degradar los microplásticos, que 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 atravesaban la barrera hematoencefálica (<https://www.residuosprofesional.com/microplasticos-cerebro-humano/>), 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* (<https://www.science.org/doi/10.1126/sciadv.adr8243>).

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 Sic el neurólogo Federico Castillo Álvarez, portavoz de la Sociedad Española de Neurología, que no participa en el estudio.

[Close](#)

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 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 (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38077139/>) 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.

Esta web usa cookies para mejorar la experiencia de navegación y uso.

[Close](#)

RESIDUOS OMNIPRESENTES

Los fragmentos milimétricos de plásticos recibieron en 2004 la denominación de microplásticos. Presentes en diversos productos, desde cosméticos a pinturas y tejidos, se distribuyen como contaminantes por todos los ecosistemas del planeta, incluidos los océanos o los polos. Se ha demostrado que **son nocivos a múltiples niveles biológicos** y están presentes en alimentos, bebidas y también en el cuerpo humano, con efectos negativos emergentes.

Estos diminutos plásticos, que miden menos de medio milímetro, pueden entrar en el cuerpo humano a través de diversas vías, incluyendo el sistema respiratorio, el consumo de agua y alimentos contaminados.

Pueden atravesar la barrera hematoencefálica y llegar al cerebro, donde alteran la función cerebral y pueden producir neurodegeneración. Además, la acumulación puede causar problemas respiratorios, trastornos del sistema inmunológico, inflamaciones crónicas y desequilibrios hormonales. En particular, la **presencia de estos compuestos en el torrente sanguíneo** puede provocar enfermedades cardiovasculares agudas.

Según un artículo publicado en Science en 2024, la **contaminación ambiental** por estas partículas podría duplicarse para el año 2040, causando daños a gran escala.

Fuente:

Sinc (<https://www.agenciasinc.es/>).

[Portada](#) > [Secciones](#) > [MEDICINA](#)

La nueva Junta de Facme: jefes de Servicio y expresidentes de sociedades

La nueva presidenta, Cristina Avendaño, estará acompañado de numerosos profesionales de élite españoles



Cristina Avendaño, junto con el resto de especialistas que forman parte de la junta.



8 ene. 2025 13:15H

SE LEE EN 5 MINUTOS

POR [XAVIER MAGRANER](#)

TAGS > [ESPECIALIDADES MÉDICAS](#) [FACME](#)

La Federación de Asociaciones Científico Médicas Españolas (**Facme**) inició recientemente una nueva andadura bajo el mandato de su nueva presidenta, **Cristina Avendaño**, especialista que recoge el testigo de su antecesor, **Javier García Alegría**. Junto a Avendaño, un gran puñado de expertos en diferentes ámbitos sanitarios formarán parte de su junta directiva, entre los que destacan expresidentes de diferentes sociedades científicas españolas, además de **jefes de**

Servicio y de Sección de los diferentes hospitales españoles distribuidos por todo el país.

La nueva presidenta de Facme concedió una entrevista a *Redacción Médica* para delimitar los proyectos que aspiraban a llevar a cabo durante esta legislatura. Entre las diferentes metas, Avendaño destacó establecer el [modelo de recertificación profesional común en España](#), además de impulsar el programa formativo de todas aquellas especialidades que llevan años sin ninguna modificación por parte del Ministerio de Sanidad.

Vicepresidente: Andrés Íñiguez

El cardiólogo llegó a ser presidente de la Sociedad Española de Cardiología (**SEC**) entre 2015-2017 y actualmente es presidente de la Fundación Española del Corazón. En la actualidad es jefe de Servicio de Cardiología del Complejo Hospitalario Universitario de Vigo (**Hospital Álvaro Cunqueiro**).

Secretario: José María Jover

Jover es jefe de servicio de Cirugía General del **Hospital Universitario de Getafe**. Dentro de la **Asociación Española de Cirujanos** preside la junta rectora de la Fundación Cirugía Española. Además, entre los años 2016 y 2018 fue presidente de la sociedad Médico-Científica.

Vicesecretaria: Marta Morado

La especialista es secretaria general de la Sociedad Española de Hematología y Hemoterapia (**SEHH**) y hematóloga del **Hospital Universitario La Paz**, en Madrid. Durante el mandato de Javier García Alegría en Facme, fue vocal de la institución. Por otra parte, desde 2023 es evaluadora de proyectos de la **Agencia Estatal de Investigación** y miembro del comité editorial de *Frontiers in Hematology*.

Tesorero: Higinio Flores

Su trayectoria profesional ha estado centrada en la [Atención Primaria y las Urgencias](#), tanto hospitalarias como extrahospitalarias. Actualmente, forma parte de la Unidad de Residencias del Distrito Sanitario Málaga-Guadalhorce. Además, desde 2022 preside la Sociedad Andaluza de Médicos Generales y de Familia (**SEMG Andalucía**) y desde 2023 es vicepresidente primero de la **SEMG a nivel nacional**.

Vocal: Carolina Martínez

La especialista es médico patólogo en el **Hospital Clínico Universitario de Valencia**, dedicada a la patología del tracto gastrointestinal y hematólinfoide. Además, es profesora asociada del Departamento de Anatomía Patológica de la **Universitat de Valencia**.

Vocal: Inmaculada Cervera

La especialista en Medicina Familiar y Comunitaria fue presidenta de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (**Semergen**) desde mayo de 2021 y actualmente es responsable nacional del grupo de trabajo de gestión clínica y **calidad asistencial de la sociedad**. A nivel académico, es profesora asociada del departamento de Medicina de la **universidad CEU San Pablo Moncada**.

Vocal: José Miguel Láinez

El neurólogo ha sido [presidente de la Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#) en dos ocasiones, además de ser jefe de Servicio de Neurología del **Hospital Clínico Universitario de Valencia**, profesor de Neurología de la **Universidad Católica de Valencia** y Académico de Número de la **Real Academia de Medicina** y Ciencias Afines de la Comunidad Valenciana.

Vocal: Carlos Almonacid

Almonacid forma parte de la actual junta directiva de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (**Separ**), concretamente como vicepresidente neumólogo. Además, es [jefe del Servicio de Neumología del Hospital Puerta de Hierro de Madrid](#). En la parte académica, el neumólogo es profesor asociado en Ciencias de la Salud por la Universidad de Castilla La Mancha.

Vocal: Inmaculada Fernández:

Fernández es actualmente jefa de Servicio de Aparato Digestivo del **Hospital 12 de Octubre**, además de profesora titular en la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid desde 1997. Por otra parte, es Doctora en Medicina por la misma universidad en 1995.

Vocal: Javier de Castro

De Castro es uno de los oncólogos más prestigiosos a nivel español debido a su dilatada trayectoria realizada como jefe de Sección en el **Hospital La Paz**, en Madrid. Además, es coordinador de la Unidad de Innovación del Instituto de Investigación de dicho hospital (**IdiPAZ**) y profesor asociado de Medicina en la Universidad Autónoma de Madrid.

Vocal: Serafín Sánchez Gómez

El especialista ejerce actualmente como jefe servicio de Otorrinolaringología del **Hospital Universitario Virgen Macarena de Sevilla**. Además, el especialista compagina su actividad asistencial con la docencia, ya que es profesor asociado de Otorrinolaringología de la **Universidad de Sevilla** y dirige el Máster Propio en Rinología Avanzada y Base de Cráneo Anterior de la Universidad Internacional de Andalucía.

Vocal: Luis Concepción Aramendia

Concepción es actualmente jefe de Servicio de Radiología del **Hospital Universitario Doctor Balmis de Alicante** y, además, vocal de la Sociedad Española de Radiología Médica (Seram).

Las informaciones publicadas en Redacción Médica contienen afirmaciones, datos y declaraciones procedentes de instituciones oficiales y profesionales sanitarios. No obstante, ante cualquier duda relacionada con su salud, consulte con su especialista sanitario correspondiente.



UNA PUBLICACIÓN DE

Sanitaria



Copyright © 2004 - 2025 Sanitaria 2000

[Aviso legal y condiciones de uso](#)



Un fármaco para dormir muy utilizado en España podría impedir que el cerebro elimine desechos, según un estudio

Enviado por admin el Jue, 23/01/2025 - 08:46

Entre un 20 y un 48% de la población adulta de nuestro país **sufre trastornos del sueño**, según datos de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**. Es una realidad que muchas veces tiene origen en las exigencias del modo de vida, el ambiente que nos rodea o en patologías que afectan a la salud mental; y que a menudo **se aborda farmacológicamente**, incluso de manera crónica.

Como sucede con todos los medicamentos, los que se usan para los trastornos del sueño conllevan una serie de riesgos únicos que conviene tener muy en cuenta. Ahora, un nuevo estudio ha identificado que uno de los fármacos más usados en este área, el zolpidem, podría perjudicar precisamente a una de las posibles funciones del sueño en nuestro organismo: la **eliminación de los desechos metabólicos** del cerebro.

Así es como el cerebro vacía sus desechos.

Así lo explica un estudio publicado en la revista académica **Cell**, que por una parte contribuye a describir el modo en el que el sistema glinfático del cerebro ayuda a **deshacerse de estos desechos metabólicos** (cuya presencia se asocia, por ejemplo, con las enfermedades neurodegenerativas) y por otra documenta que el zolpidem puede interrumpir este proceso.

Los hallazgos se basan en un experimento en el que los investigadores usaron varias tecnologías para **registrar la actividad cerebral** de ratones tanto despiertos como dormidos. De este modo, encontraron que, al dormir, se producían oscilaciones lentas en la actividad de un transmisor, la norepinefrina, asociado con la contracción y el movimiento de los músculos.

Como desarrollan, estas oscilaciones impulsan una serie de lentas contracciones de los vasos sanguíneos del cerebro, que a su vez actúan como 'bomba' **impulsando el fluido cerebroespinal** hacia el tejido cerebral y a través de él. Finalmente, este líquido elimina las moléculas de desecho que produce la actividad normal del cerebro a través del sistema glinfático, un conjunto de cavidades llenas de líquido conectadas con el sistema linfático (a su vez, una parte del sistema inmunitario distribuida por todo el cuerpo que se asemeja al sistema circulatorio pero que en lugar de sangre transporta linfa, el exceso de líquido procedente de los vasos sanguíneos mezclado con las células inmunes llamadas linfocitos).

El efecto del zolpidem en el drenaje del cerebro

Una segunda parte del estudio consistió en analizar el modo en el que las medicaciones para dormir, y **específicamente el zolpidem**, podrían influir (o incluso inducir) en estas oscilaciones de norepinefrina, registrando la misma actividad cerebral tras administrar a los ratones el fármaco.

Paradójicamente, lo que hallaron es que el fármaco frenaba estas oscilaciones y la circulación de fluido cerebroespinal a través del tejido cerebral, **dificultando así la eliminación de los desechos** metabólicos en el cerebro.

Esto sugiere que el zolpidem, y tal vez otras medicaciones para dormir, pueden ser una suerte de 'atajo' para obtener un sueño muy necesario en personas con dificultades para conciliarlo, pero al mismo tiempo apoyaría las sospechas de muchos científicos de que el descanso que se obtiene de esta manera **no sería de la misma calidad** que el que puede lograrse mediante otras intervenciones como el abordaje de problemas de salud mental o ambientales y las medidas de higiene del sueño.

Limitaciones importantes del estudio

Con todo, hay que advertir de que este estudio tiene **limitaciones muy importantes**. Por una parte, se trata de un trabajo llevado a cabo sobre modelos animales y por ello no es necesariamente extrapolable a los humanos, especialmente si tenemos en cuenta las diferencias que existen entre el cerebro de los ratones y el de las personas.

Por otra parte, el descubrimiento del sistema glinfático es **un hito muy reciente en la historia de la medicina**, y aún es mucho lo que desconocemos acerca de su funcionamiento y su papel en nuestra salud.

De la misma manera, muchas de las funciones del sueño en nuestro organismo **son aún un enigma**. Todo ello supone que aquellas personas que reciban una receta de zolpidem no deberían renunciar al tratamiento por estudios como este, que no demuestran un perjuicio lo bastante significativo como para anular los beneficios del medicamento correctamente usado.

Referencias

SEN (2024). *El 48% de la población adulta española y el 25% de la población infantil no tiene un sueño de calidad*. Consultado online en <https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link435.pdf> el 17 de enero de 2025.

Hauglund, Natalie L. et al. *Norepinephrine-mediated slow vasomotion drives glymphatic clearance during sleep*. Cell (2025). DOI: [10.1016/j.cell.2024.11.027](https://doi.org/10.1016/j.cell.2024.11.027)

Protección de datos.

Usamos cookies para mejorar su experiencia de navegación en nuestra web y facilitar el filtrado y personalización de nuestro contenido. [Más info](#)

Aceptar

No, gracias



(https://www.regiondigital.com/publicidad/count/1416)



REGIÓN **DIGITAL**.com

(https://



digitalpress.es/)

(/index.php)

Inicio (/) / Extremadura (/noticias/2-extremadura/) / La extremeña Ana M^a Domínguez Mayoral, nueva Coordinadora en Sociedad Española Neurología

La extremeña Ana M^a Domínguez Mayoral, nueva Coordinadora en Sociedad Española Neurología

Durante los dos próximos años, la Dra. potenciará y desarrollará la investigación y la formación continuada de los neurólogos españoles en neurogenética.

(/facebook)

(/twitter)

o (/pinterest)

(/linkedin)

(/email)

(/print)

08 enero 2025



Ana María Domínguez Mayoral. Foto: SEN.

La neuróloga Ana María Domínguez Mayoral acaba de ser elegida como nueva Coordinadora del Grupo de Estudio de Neurogenética y Enfermedades Raras de la Sociedad Española de Neurología (SEN), cargo que desarrollará durante los próximos dos años.

Natural de Puebla del Maestre (Badajoz), la Dra. Ana María Domínguez trabaja actualmente en el Hospital Virgen Macarena de Sevilla, donde coordina la Unidad de Procedimientos y Técnicas de Referencia de Andalucía (UPRA) de Enfermedades Neurovasculares Minoritarias.

También ejerce como investigadora en el Instituto de Biomedicina de Sevilla (IBIS) y como técnica-asesora de diversos planes asistenciales (como ictus, cefaleas o enfermedades raras) del Servicio Andaluz de Salud.

Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad Hispalense de Sevilla, Doctora en Medicina por la Universidad de Sevilla y especialista en Neurología por el Hospital Universitario Virgen Macarena de Sevilla, la Dra. Ana María Domínguez es autora de numerosos artículos en revistas científicas y de comunicaciones a congresos de índole regional, nacional e internacional sobre sus trabajos de investigación en Neurología, principalmente sobre enfermedades neurológicas genéticas y minoritarias.

También ha participado como investigadora en más de 40 proyectos y estudios en el ámbito de la esclerosis múltiple y neurovascular, al tiempo que ha sido docente y coordinadora de varios cursos de formación sobre enfermedades cerebrovasculares y tutora clínica de estudiantes de la Facultad de Medicina de Sevilla, según informa la Sociedad Española de Neurología en una nota de prensa.

Además, ha participado en diversas guías de práctica clínica, como "Guía de prevención secundaria del ictus" de la Junta de Andalucía, "Ruta asistencial integrada de epilepsia" de la Junta de Andalucía, "Proceso Asistencial Integrado (PAI) de Cefaleas" de la Junta de Andalucía, "Proceso Asistencial Integrado (PAI) de Deterioro Cognitivo" de la Junta de Andalucía o "Manejo del ictus pediátrico en la infancia y la adolescencia: Revisión sistemática, metaanálisis y documento de consenso con método RAND/UCLA" del Ministerio de Salud.

A su vez, 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 demostrado 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.



Cabe destacar que 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.



(/)

EDITAR NOTA (<https://www.primeraplana.com.ar/umbraco/#/content/content/edit/137271>)



Qué tipo de música hay que escuchar para mejorar la concentración, según los neurólogos

La música está muy ligada a las emociones y presenta beneficios sobre la memoria. Qué dice la ciencia al respecto.

16 de Enero de 2025 | Ámbito

[MUNDO \(/SEARCH?LOC=67\)](#)

 AUDIO

La música puede ser de cualquier cultura o país y en cualquier idioma, pero es capaz de provocarnos todo tipo de emociones desde ponernos alegres o tristes hasta hacernos llorar o incitarnos a bailar. Y hay un estilo que muchos escuchan para relajarse y para dormir, pero también para estudiar, ya que sería muy útil para concentrarse: hablamos de la música clásica.

La música clásica presenta una característica y es que de manera frecuente es solo instrumental. Sí se sabe que la música que tiene letra no solo no mejora la concentración, sino que suele interferir en ella. Es posible que la tendencia de buscar melodías clásicas sea porque el nivel de

interferencia nunca va a ser el mismo, destacó la neuropsicóloga española, Laura Herrero, quien añade que también se puede buscar esa música simplemente por la creencia de que facilita la atención.

La música y la concentración

La experta aclara que realmente no está demostrado que la música favorezca la atención y la memoria, pero hay estudios que sí comprobaron que escucharla de forma consciente antes de empezar una tarea cognitiva sí lo hace porque genera un nivel de activación que es óptimo para la realización de una actividad. ***“Hay mucha variabilidad, pues hay personas a las que la música les genera una interferencia y otras a las que les favorece la concentración”***, dijo.

Por su parte, **Manuel Arias**, miembro de la Sociedad Española de Neurología (SEN), destaca que la música es un lenguaje universal, presente en todas partes y distinto al hablado o al escrito, por lo que tiene un procesado cerebral distinto y conlleva a una reorganización de las redes neuronales.



“Entonces, ¿qué mejora la atención, estudiar música, escucharla, tocar un instrumento? ¿Y qué clase de música? Son preguntas difusas”, manifiesta el experto, quien, para responder alude a casos concretos: Sí se sabe que los niños que empiezan a estudiar música a una edad temprana, potencian más determinadas zonas del cerebro, como el cerebelo.

Además, Arias comentó que hay personas que, por ejemplo, sufrieron un ACV y se les propone un programa de rehabilitación en el que tienen que escuchar música durante unos meses. Esto les mejora el estado de ánimo, lo cual es muy importante para otras facetas como la atención. El neurólogo también hace referencia al efecto **Mozart**, que propone que la música de este compositor tiene propiedades que potencian ciertas funciones cerebrales., pero dijo que esto dependerá del tipo de música o de las circunstancias del que la percibe, entre otros factores.

La música y el deterioro cognitivo

La música es también una herramienta que frena la aparición del deterioro cognitivo. ***“Frenar,***

pero no evitar”, aclara **Herrero**, mientras que Arias precisa que la música, vinculada a las emociones, nos retrotrae al pasado y nos facilita un poco los recuerdos. ***“Por eso, en los talleres de memoria se ponen canciones antiguas. Se estimula la memoria, que va ligada a experiencias emocionales gratificantes”***, expresó.



En este punto, un estudio de la Universidad Abierta de Cataluña (UOC), mostró que escuchar música clásica de fondo mientras se hacen ejercicios de memoria no mejora ni tampoco empeora el nivel de aprendizaje de las personas con deterioro cognitivo leve (DCL).

En cambio, se vio que escuchar una música más activadora sí podría tener un efecto positivo en personas que estén acostumbradas a utilizar la música como regulador emocional en su día a día, hecho que abre la posibilidad a nuevas hipótesis e investigaciones.

Si todavía no recibís las noticias de **PRIMERA PLANA** en tu celular, ***hacé click en el siguiente enlace*** <https://bit.ly/3ndYMzJ> (<https://bit.ly/3ndYMzJ>) y pasarás a formar parte de nuestra base de datos para estar informado con todo lo que pasa en la ciudad y la región.



PODCASTS

MI LISTA

BÚSQUEDA

Radio > Podcasts > BBVA Aprendemos juntos 2030



BBVA Aprendemos juntos 2030

BBVA Podcast

Aprendemos juntos es una iniciativa de BBVA donde se da voz a las personas que nos inspiran a construir una vida mejor. En este canal descubrirás los contenidos más útiles para afrontar tu día a día, animándonos a luchar por una sociedad más inclusiva y respetuosa con el planeta. En BBVA queremos acompañarte y darte herramientas, experiencias y conocimientos para que cada uno de nosotros y nosotras tenga la oportunidad de vivir de la mejor forma posible. Síguenos y no te pierdas nuestras entrevistas, ¡te esperamos!

Categorías: [Educación](#)

[Añadir a Mi Lista](#)

Escuchar el último episodio:



El neurólogo Jesús Porta-Etessam ha dedicado los últimos 25 años de su vida a la ciencia y la investigación, con especial interés por la mejoría de la atención neurológica y el tratamiento personalizado. “Cuando tratas a una persona piensas que solo ayudas a esa persona y no es verdad: estás ayudando a muchas más personas, a su familia, a su entorno, cuando mejoras su calidad de vida”, reflexiona el doctor en un nuevo episodio de Aprendemos juntos 2030.

Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad Complutense de Madrid, su trayectoria ha destacado por una capacidad excepcional para encontrar soluciones innovadoras a trastornos funcionales neurológicos y cefaleas, entre otras especialidades. Actualmente, el doctor Porta-Etessam es el jefe del Servicio de Neurología de la Fundación Jiménez Díaz, después de su paso por el Hospital Clínico San Carlos, y ha sido elegido como presidente de la Sociedad Española de Neurología y Vicepresidente del Consejo Español del Cerebro. Es autor de más de 250 publicaciones en revistas científicas, más de 50 capítulos de libro, más de 100

[Portada](#) > [Secciones](#) >  PAÍS VASCO

La OSI Araba renueva al director médico, enfermero y de Atención Integrada

Los nuevos responsables son Juan Timiraos, Marian Hernández y Nuria Atxaerandio



Juan Timiraos Fernández, Marián Hernández y Nuria Atxaerandio.



29 ene. 2025 12:20H

SE LEE EN  5 MINUTOS

POR [DAVID PUNZANO](#)

TAGS > [OSAKIDETZA](#) [DIRECTIVOS SANIDAD](#)

La Organización Sanitaria Integrada (OSI) Araba renueva tres de sus altos cargos sanitarios. Juan Timiraos Fernández asume la Dirección Médica de la OSI Araba, **Marian Hernández Gómez** se incorpora al frente de la Dirección de Enfermería y **Nuria Atxaerandio Galdos** asume la Dirección de Atención Integrada.

Timiraos, licenciado en Medicina por la Universidad del País Vasco (UPV/EHU), **completó su residencia en Neurología**

en el **Hospital de Basurto**, lo que cimentó su conocimiento y pasión por esta especialidad. Desde 2004 ha desempeñado su labor como neurólogo en la [OSI Araba](#). En 2010, **con la creación de la Unidad de Ictus, asumió el cargo de responsable de la misma**, demostrando así su liderazgo y su firme compromiso con la organización.

Como **investigador en el Instituto de Investigación Sanitaria Bioaraba**, Timiraos ha dirigido proyectos de investigación enfocados en mejorar la atención a pacientes que han sufrido un ictus y en ofrecer apoyo a sus personas cuidadoras. Además, el nuevo director médico de la OSI Araba ha sido miembro activo en los grupos de trabajo para la **elaboración del Plan de Ictus de Euskadi** y ha participado en proyectos de innovación de la Sociedad Española de Neurología, contribuyendo al desarrollo de estrategias avanzadas y eficaces en el tratamiento de enfermedades neurológicas.

Desde 2009, comparte su dilatado conocimiento como **profesor del Departamento de Neurociencias en la UPV/EHU**, inspirando a futuras generaciones de médicas y médicos. En sus primeras declaraciones, Timiraos ha manifestado que su equipo "trabaja por conseguir buen ambiente de trabajo y que **todas y todos nos sentimos importantes para el cuidado de las y de los pacientes**".

Trayectoria de Marian Hernández

Por su parte, la enfermera y supervisora **Marian Hernández** pasa a ocupar el puesto de directora de Enfermería. Hernández realizó sus estudios en la Escuela Universitaria de Enfermería de Vitoria-Gasteiz y desde entonces **ha desarrollado su carrera profesional en el HUA Txagorritxu**.

A lo largo de su trayectoria **ha trabajado en diversos quirófanos** como los de Traumatología, Urgencias, Cirugía, Otorrinolaringología, Oftalmología, Ginecología, Urología... También trabajó en diferentes áreas médicas y quirúrgicas. En 2008, tras obtener su plaza en propiedad, fue **asignada a la unidad de hospitalización 2.ª A de Cirugía General**, especializada en cirugía colorrectal y hepatobiliar.

Además, Hernández ha sido referente de Osanaia (herramienta informática para la gestión de los cuidados de Enfermería) y **ha formado parte activa de diferentes proyectos**, entre ellos el BPSO (proyecto de implantación de buenas prácticas en cuidados) del que ha sido impulsora y evaluadora. **También ha ejercido como tutora de estudiantes de Enfermería**.

Desde septiembre de 2022, tras la jubilación de su predecesora, Hernández ha estado al frente de la **supervisión de la unidad de hospitalización 2.ª A de Cirugía General**. Durante esta significativa etapa, ha demostrado "su profundo amor por la cirugía, inspirada por las y los grandes referentes y compañeros que ha tenido en esta unidad", según recoge el comunicado de la OSI Araba.

En este nuevo cargo, Hernández afronta el desafío con gran ilusión y ganas de emprender nuevos proyectos. "Considero fundamental velar por el bienestar de las y de los profesionales y fomentar el trabajo en equipo. Solo así se puede garantizar un cuidado de calidad para las y los pacientes, **mejorando la seguridad, los resultados clínicos y la calidad asistencial**", ha asegurado.

Experiencia de Nuria Atxaerandio

Finalmente, Nuria **Atxaerandio cogió el pasado 8 de enero el timón de la Dirección de Atención Integrada de la OSI Araba**. Licenciada en Medicina y Cirugía por la UPV/EHU, cuenta también con un máster universitario en Seguridad y Salud Laboral: Ergonomía y Psicología Aplicada y Salud Laboral, por la misma universidad. También posee un Máster en Gestión de la Calidad en los Servicios de Salud por la Universidad de Murcia.

Su carrera profesional ha estado marcada por su desempeño en Mutualia, donde ha trabajado desde 2001 hasta ahora. Allí ha ejercido los siguientes cargos: médica de Atención Primaria en Urgencias y en consultas, responsable del Servicio de Admisión y Documentación Clínica (Sadoc), responsable de la Unidad de Codificación Clínica, responsable del desarrollo de la Historia Clínica de Mutualia (Gehitu), responsable del Comité de Historia Clínica, y, además ha sido integrante del Comité de Urgencias.

Atxaerandio también trabajó como médica de Urgencias en el Hospital San José-Vithas a través de Iquimesa Servicios Sanitarios y en el Centro Penitenciario Nanclares de la Oca y realizando reconocimientos médico sen el INEM de Vitoria-

Gasteiz para Clínica Madrid.

Su compromiso con la excelencia asistencial se refleja en su **participación activa en numerosos cursos y congresos**, destacándose en temas de calidad asistencial y de seguridad de pacientes. Con una destacada trayectoria y una sólida formación académica, Atxaerandio aportará su extensa experiencia y conocimiento a su nuevo cargo en la OSI Araba. La nueva directora de Atención Integrada de la OSI Araba ha expresado que asume "este proyecto con gran respeto, con el compromiso de **dedicar todos los esfuerzos necesarios a promocionar y mejorar la salud** de las personas usuarias de la OSI Araba en el ámbito de la Atención Primaria, y de cuidar y empoderar el buen hacer de nuestras y de nuestros profesionales sanitarios".

Las informaciones publicadas en Redacción Médica contienen afirmaciones, datos y declaraciones procedentes de instituciones oficiales y profesionales sanitarios. No obstante, ante cualquier duda relacionada con su salud, consulte con su especialista sanitario correspondiente.



UNA PUBLICACIÓN DE

Sanitaria



Copyright © 2004 - 2025 Sanitaria 2000

[Aviso legal y condiciones de uso](#)

Soporte válido 3-23-WCM Redacción Médica: La información que figura en esta edición digital está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que se requiere una formación especializada para su correcta interpretación

[QUIÉNES SOMOS](#) [PUBLICIDAD](#) [SUSCRIPCIÓN](#) [POLÍTICA DE PRIVACIDAD](#) [POLÍTICA DE COOKIES](#) [INSCRIPCIÓN ACTIVIDADES](#)

agencia digital

| 323WCM22

Atención al paciente: 900 301 013

Trabaja con nosotros



International patient

quirónsalud

La salud persona a persona

Q Buscar centro, médico, especialidad...

Pedir cita

Mi Quirónsalud

Menú

Hospitales Cuadro
médico

Especialidades Unidades
médicas

Investigación El
grupo

Comunicación Orientador de
salud

“Las siestas de 20 minutos son ideales para desconectar, reducir el estrés y consolidar memorias recientes”



2 de enero de 2025

HOSPITAL DE DÍA QUIRÓN SALUD DONOSTIA

GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

Atención al paciente: 900 301 013

Trabaja con nosotros



International patient



Pedir cita

Mi Quirónsalud

Menú

Hospitales Cuadro
médicoEspecialidades Unidades
médicasInvestigación ∨ El
grupoComunicación ∨ Orientador de
salud

solo descanso; es una fase de enorme actividad cerebral que impacta directamente en nuestra salud física y emocional", afirma.

Más del 30% de los españoles duerme menos de siete horas diarias, según la Sociedad Española de Neurología (SEN). Además, el insomnio afecta aproximadamente al 10% de la población, con consecuencias significativas tanto en la salud mental como en la física.

Uno de los hábitos más sencillos y efectivos para complementar el descanso nocturno son las siestas cortas. Gurutz Linazasoro destaca que "una siesta de unos 20 minutos es ideal para desconectar, reducir el estrés y consolidar memorias recientes": "Este breve descanso aporta beneficios inmediatos, como un aumento en la concentración y una mejora del estado de ánimo", asegura.

Sin embargo, advierte que si nos pasamos de tiempo, las siestas largas pueden resultar contraproducentes. "Si la siesta dura demasiado, podemos despertarnos en una fase profunda del sueño, lo que genera una sensación de aturdimiento y disminuye el rendimiento durante el resto del día", explica.

El impacto del cambio de hora y cómo adaptarse

Los cambios de hora afectan a nuestros ritmos circadianos, generando un desajuste que puede provocar cansancio, irritabilidad o una menor productividad, especialmente en niños y personas mayores. Aunque el cuerpo suele adaptarse en pocos días, el neurólogo recomienda afrontar este proceso con paciencia y, si es necesario, recurrir a pequeñas siestas para sobrellevar mejor los efectos del cambio.

Para Gurutz Linazasoro, neurólogo de Policlínica Gipuzkoa, el horario de invierno es más favorable para nuestro organismo, ya que permite un descanso nocturno más prolongado. No obstante, señala que lo más importante es mantener una rutina regular de sueño.

La melatonina, clave en el descanso

La melatonina, conocida como "la hormona del sueño", es clave para regular nuestros ciclos de vigilia y descanso. "Cuando oscurece, nuestro cerebro comienza a liberar melatonina, lo que envía señales al cuerpo para prepararse para dormir. Es un mecanismo natural que debemos respetar para mejorar nuestra calidad de sueño", explica Linazasoro.

Gurutz Linazasoro concluye recordándonos que el descanso es fundamental para nuestra salud integral. En estas fechas navideñas, cuidar del sueño, incluso con una breve siesta diaria, puede ser el



Las necesidades de la ELA

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





Española de Neurología (SEN) estima que cada día se diagnostican unos 3 nuevos casos de ELA, más de 900 al año, y que actualmente el número de personas afectadas en España puede superar las 3.000.

La ELA es una enfermedad cuya causa sigue siendo desconocida en la mayoría de los casos, sólo entre el 5-10% de los casos de ELA se debe a causas genéticas hereditarias. Los primeros síntomas de la enfermedad consisten en la aparición de debilidad muscular, torpeza muscular o atrofia muscular que se inicia en las extremidades o en la región bulbar. Estos síntomas son consecuencia de la afectación de las células nerviosas encargadas de controlar los músculos voluntarios. La enfermedad, desde su inicio, es progresiva, llevando finalmente a una parálisis completa.

“La ELA bulbar es la que presenta el 20-30% de los enfermos, y es precisamente en este grupo de pacientes en los que más se retrasa el diagnóstico, porque habitualmente llegan al neurólogo después de hacer varias consultas con otros especialistas”, señala el Dr. Jesús Esteban, Coordinador del Grupo de Estudio de Enfermedades Neuromusculares de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

La ELA es la enfermedad de neurona motora más frecuente del adulto. “La

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





como la accesibilidad a los servicios médicos relacionados con la enfermedad, potenciando los centros de referencia para su tratamiento, se hace imprescindible, así como un tratamiento multidisciplinar de la misma. .

Las unidades clínicas dedicadas al manejo de la ELA suelen estar compuestas por neurólogos expertos en la enfermedad que trabajan junto con otros especialistas necesarios para el seguimiento y el tratamiento del paciente: neumología, médicos de aparato digestivo, rehabilitación, nutrición, genética, fisioterapia, servicios sociales, psiquiatría, equipos de soporte,.... **“El tratamiento de la ELA debe ser integral y multidisciplinar, y no puede reducirse solo al tratamiento farmacológico»**, destaca el Dr. Jesús Esteban.

Además, estos centros compaginan la labor asistencial con la docencia y la investigación. Sin duda alguna la investigación es otro de los aspectos a fomentar. Actualmente están en marcha ensayos con diferentes moléculas, terapias con células madre,... que de dar resultados positivos podrían ser muy esperanzadores tanto para los enfermos como para la comunidad médica.

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





**El uso de Da Vinci en el tratamiento de cálculos biliares
permite preservar la vesícula**

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





El CIBIR contará con una nueva Unidad de Ensayos Clínicos para el cáncer, tras una financiación de casi 3,3 millones

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





News ProPatiens es una plataforma de información sanitaria y actualidad, centrada en proporcionar noticias de calidad y relevancia para pacientes, asociaciones de pacientes y otros actores del sector sanitario.

Instituto ProPatiens, organización sin ánimo de lucro, tiene como misión apoyar a los pacientes y sus asociaciones en España. Nuestra web de actualidad es una extensión de nuestro compromiso con la salud y el bienestar de las personas, aportando contenido verificado y útil para mejorar la vida de los pacientes.

Información verificada y fiable. Todos los contenidos de **News ProPatiens** son revisados por expertos en salud y cumplen con estándares de calidad y transparencia. Somos una plataforma comprometida con la seguridad y el bienestar de los pacientes.

Contacto

Instituto ProPatiens

Dirección: Calle María de Molina, 41
28006, Madrid.

Email: contacto@propatiens.com

© Instituto ProPatiens, 2024. Todos los derechos reservados.

[Aviso Legal](#) | [Política de Privacidad](#)

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





Un 25% de las consultas por dolor en Atención Primaria se deben al dolor neuropático

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)

[Privacidad](#) - [Términos](#)



Según advierte la Sociedad Española de Neurología (SEN) en el marco del Día Mundial del Dolor

Actualmente, las consultas por dolor suponen el 50 por ciento de las

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





doctor Pedro Bermejo.

«El dolor es una señal que envía el sistema nervioso para advertir de que algo no anda bien, pero en el caso del dolor neuropático, éste no tiene ninguna función biológica, solo se produce por una disfunción del sistema nervioso que hace que se interpreten como dolorosos ciertos estímulos que en realidad no lo son», añade el coordinador.

Según datos de la SEN, más de 3 millones de personas en España padecen dolor neuropático y un 77 por ciento lo padece de forma crónica. Además, se calcula que aproximadamente un 50 por ciento de los pacientes no responde al tratamiento prescrito, lo que conduce a una significativa pérdida de calidad de vida y a una limitación funcional acusada a lo largo del tiempo.

Concretamente, el 85 por ciento de los pacientes presentan un deterioro significativo en su calidad de vida y más del 70 por ciento padece algún tipo de alteración psiquiátrica, principalmente trastornos del sueño, ansiedad o depresión.

«El dolor neuropático se caracteriza porque los pacientes experimentan, de una forma muy intensa, síntomas dolorosos similares a una corriente eléctrica o quemazón ante estímulos comunes. Además, a diferencia de otros tipos de dolor, el dolor neuropático no responde a los tratamientos analgésicos convencionales y es un dolor que tiende a convertirse en crónico y, en más del 65 por ciento de los pacientes, el cuadro de dolor dura más de 12 meses», señala Bermejo.

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





«Además, también es común que los pacientes no reciban un diagnóstico ni un tratamiento terapéutico adecuado. En todo caso, y a pesar de las limitaciones de los tratamientos actuales, el tratamiento farmacológico sigue siendo la opción que mejores resultados puede ofrecer a los pacientes», argumenta el doctor.

«Si además unimos el tratamiento a otras modalidades terapéuticas como fisioterapia o tratamiento psicológico, se conseguirán mejores resultados. Sin embargo solo un 30 por ciento de los pacientes con dolor neuropático sigue algún tipo de tratamiento no farmacológico», ha concluido.

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





El frío puede causar una constricción de los bronquios en pacientes con EPOC, según un experta

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





La obesidad se ha convertido en uno de los principales factores de riesgo del cáncer de hígado

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)





News ProPatiens es una plataforma de información sanitaria y actualidad, centrada en proporcionar noticias de calidad y relevancia para pacientes, asociaciones de pacientes y otros actores del sector sanitario.

Instituto ProPatiens, organización sin ánimo de lucro, tiene como misión apoyar a los pacientes y sus asociaciones en España. Nuestra web de actualidad es una extensión de nuestro compromiso con la salud y el bienestar de las personas, aportando contenido verificado y útil para mejorar la vida de los pacientes.

Información verificada y fiable. Todos los contenidos de **News ProPatiens** son revisados por expertos en salud y cumplen con estándares de calidad y transparencia. Somos una plataforma comprometida con la seguridad y el bienestar de los pacientes.

Contacto

Instituto ProPatiens

Dirección: Calle María de Molina, 41
28006, Madrid.

Email: contacto@propatiens.com

© Instituto ProPatiens, 2024. Todos los derechos reservados.

[Aviso Legal](#) | [Política de Privacidad](#)

Usamos cookies en nuestro sitio web para brindarle la experiencia más relevante recordando sus preferencias y visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar", acepta el uso de las cookies.

[CONFIGURAR](#)

[ACEPTAR](#)

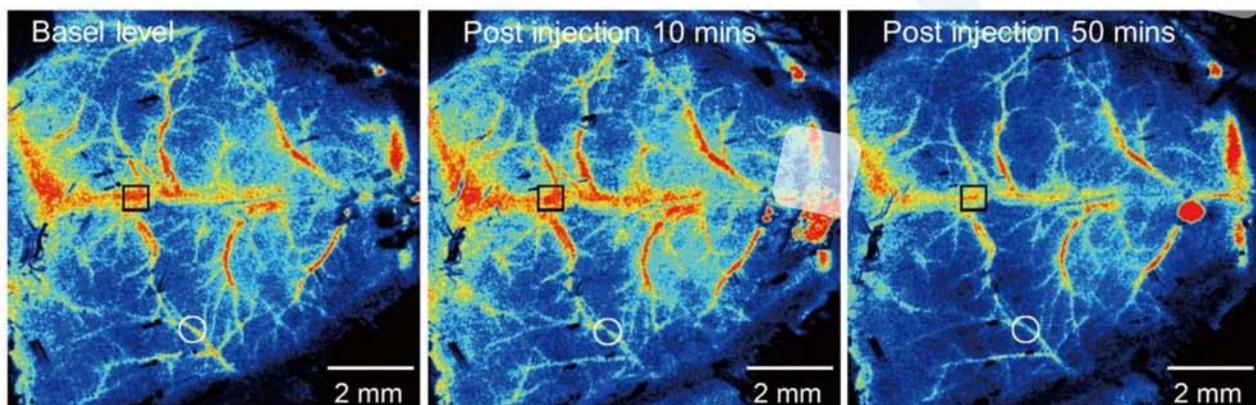




Los microplásticos pueden causar trombos en el cerebro

Redacción Central CIENCIAS Y TECNOLOGÍA, SALUD Y BELLEZA enero 23, 2025

Comparta nuestras noticias



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 del sistema inmunitario, que 'engullen' los microplásticos, como hacen con... RADIO MERCOSUR - 24 HORAS EN VIVO



cualquier otra sustancia extraña para destruirla.

Las defensas autonómicas del cerebro ‘engullen’ los microplásticos, como hacen con cualquier otra sustancia extraña para destruirla

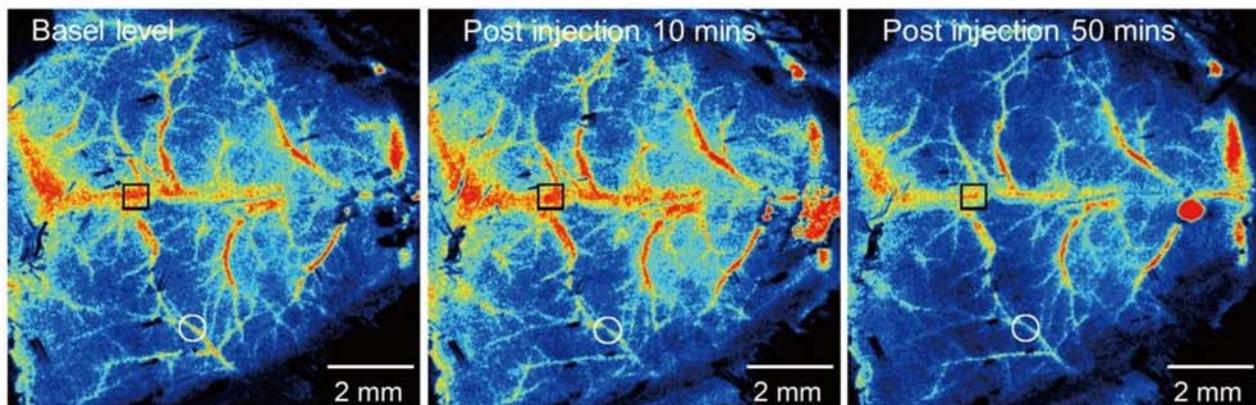
Sin embargo, a los microplásticos no pueden degradarlos, y se acumulan en su interior, por lo que las células de defensa se quedan atascadas en los capilares del cerebro, formando un tapón o trombo que impide localmente la llegada de oxígeno y sangre a esa zona del cerebro, de forma parecida a lo que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

Los microplásticos pueden inducir la oclusión local de pequeños vasos del cerebro, creando un entorno hipóxico e isquémico

“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.



El estudio muestra cómo las obstrucciones por microplásticos en células inmunitarias inducen trombos y afectan la perfusión sanguínea cerebral en ratones. / Huang et al., Sci. Adv.

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.

Con 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 que te puedo ayudar?** 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

RADIO MERCOSUR - 24 HORAS EN VIVO



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.

Estos contaminantes pueden causar bloqueos cerebrales que persisten más de 7 días y se reducen lentamente hasta los 28 días, dejando secuelas como deterioro en la memoria y pérdida de función motora

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 trombotico 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.

“

La exposición a estos residuos en ratones que envejecen conduce a señales de daño significativamente mayores, incluida la activación de vías de señalización del cáncer

Jiaqi Hou (Academia China de Investigación en Ciencias Medioambientales)

”

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 el **En que te puedo ayudar?** 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.

RADIO MERCOSUR - 24 HORAS EN VIVO



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”.

Los peligros asociados a los microplásticos preocupan cada vez más a los médicos

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.

Residuos omnipresentes

Los fragmentos milimétricos de plásticos recibieron en 2004 la denominación de microplásticos. Presentes en diversos productos, desde cosméticos a pinturas y tejidos, se distribuyen como contaminantes por todos los ecosistemas del planeta, incluidos los océanos o los polos. Se ha demostrado que son nocivos a múltiples niveles biológicos y están presentes en alimentos, bebidas y también en el cuerpo humano, con efectos negativos emergentes.

Estos diminutos plásticos, que miden menos de medio milímetro, pueden entrar en el cuerpo humano a través de diversas vías, incluyendo el sistema respiratorio, el consumo de agua y alimentos contaminados.

Pueden atravesar la barrera hematoencefálica y llegar al cerebro, donde alteran la función cerebral y pueden producir neurodegeneración. Además, la acumulación puede causar problemas respiratorios, trastornos del sistema inmunológico, inflamaciones crónicas y desequilibrios hormonales. En particular, la presencia de estos compuestos en el torrente sanguíneo puede provocar enfermedades cardiovasculares agudas.

Según un artículo publicado en Science en 2024, la contaminación ambiental por estas partículas podría duplicarse para el año 2040, causando daños a gran escala.

Fuente de esta noticia: <https://www.agenciasinc.es/esl/Noticias/Los-microplasticos-pueden-causar-trombos-en-el-cerebro>

También estamos en Telegram como @prensamercoeur, únete aquí: Telegram Prensa Mercosur

En que te puedo ayudar? 



Recibe información al instante en tu celular. Únete al Canal del Diario Prensa Mercosur en WhatsApp a través del siguiente link: <https://whatsapp.com/channel/0029VaNRx00ATRSnVrqEHu1> También estamos en Telegram como @prensamercur, únete aquí: <https://t.me/prensamercur> Mercosur

Recibe información al instante en tu celular. Únete al Canal del Diario Prensa Mercosur en WhatsApp a través del siguiente link: <https://www.whatsapp.com/channel/0029VaNRx00ATRSnVrqEHu1W>

Acerca de Últimas entradas



Redacción Central
Redacción Central en Prensa Mercosur
Redacción Central

Comparta nuestras noticias

Publicaciones Relacionadas:

1. **¿Cuándo empieza el Alzheimer? Dos estudios internacionales dan nuevas pistas**
2. **La OMS decidió mantener al COVID-19 como “una emergencia de salud pública”**
3. **Una variante genética, tras la supervivencia de poblaciones del sudeste asiático**
4. **Cinco descubrimientos científicos recientes que han cambiado lo que sabemos sobre el cannabis**



Redacción Central

Redacción Central

En que te puedo ayudar?



RADIO MERCOSUR - 24 HORAS EN VIVO





Un diagnóstico temprano de la fragilidad en pacientes con demencia permite ralentizar el deterioro cognitivo y físico

Por [rubensandilora](#) - enero 29, 2025



Foto: *EUROPA PRESS*

MADRID 29 Ene. (EUROPA PRESS).- Un grupo de investigadores liderados por el Departamento de Neurología de la Clínica Universidad de Navarra ha demostrado la importancia de un diagnóstico temprano de la fragilidad en pacientes con demencia, lo que permite ralentizar el deterioro cognitivo y físico, siendo esta afección una de las principales causas de discapacidad y dependencia entre los adultos mayores, y que afecta a más de 50 millones de personas en todo el mundo.

«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 esfuerzos, problemas en la movilidad y el estado nutricional», ha afirmado el geriatra e investigador principal del estudio, el doctor Miguel Germán Borda.

Además, puede complicar el cuidado de las personas con demencia, por lo que un enfoque integral e interdisciplinar que busque mantener el funcionamiento diario, especialmente desde etapas tempranas, puede mejorar la calidad de vida y la independencia del paciente; según la Sociedad Española de Neurología, el 8 por ciento de las muertes en España se atribuyen a este problema.

La investigación, publicada en la revista 'Lancet Healthy Longevity', presenta una guía con 16 recomendaciones realizadas a partir de un consenso de 18 expertos y de una revisión «sistemática» de la literatura científica, sosteniendo que el diagnóstico de la fragilidad «no debe depender solo de los geriatras, sino también de otros especialistas, como psiquiatras, terapeutas, anestesistas o médicos de Familia», y que debe ser valorado en todos los pacientes con demencia, deterioro cognitivo o riesgo de demencia.

Esta guía está dirigida a profesionales y familiares, y resalta la importancia de adoptar un enfoque más holísticos en el cuidado de este tipo de pacientes, incluyendo aspectos como la nutrición, la promoción de la actividad física adaptada a las capacidades de cada uno, el desarrollo de estrategias para prevenir caídas, la revisión y gestión de posibles efectos adversos de medicamentos y la integración del apoyo psicosocial.

Del mismo modo, aborda cuestiones sociales como la soledad o el aislamiento social, así como la salud mental, sobre todo en lo relacionado con la depresión y la ansiedad. El documento también trata la adaptación del entorno de estos pacientes, de forma que sea «más seguro» y promueva la «máxima autonomía e independencia» del mismo.

Los científicos han insistido en la importancia de que las intervenciones sean personalizadas y de que se lleve a cabo un seguimiento regular en el enfoque terapéutico, una serie de recomendaciones que «abordan una laguna crucial en las directrices clínicas existentes y ofrecen orientación práctica para los médicos que tratan la fragilidad en personas con demencia».

De hecho, han subrayado la «actual escasez» de pautas específicas para tratar a estos pacientes, por lo que un mayor conocimiento y sensibilización al respecto es «esencial», especialmente para los médicos de Atención Primaria, pero también para neurólogos, psiquiatras, fisioterapeutas, especialistas en nutrición y terapeutas ocupacionales.

rubensandilora

- [Noticias del corazón](#)
 - ▶ [Abrir](#)
 - [Famosos](#)
 - [Parejas](#)
 - [Realeza](#)
 - [Casas de famosos](#)
 - [Lujos de famosos](#)
- [¿Qué fue de...?](#)
 - ▶ [Abrir](#)
- [cocina](#)
 - ▶ [Abrir](#)
 - [Trucos](#)
 - [Dietas](#)
 - [Recetas](#)
- [Horóscopo](#)
 - ▶ [Abrir](#)
 - [Compatibilidades entre los signos del zodiaco](#)
 - [Así son las mujeres según su signo del zodiaco](#)
 - [Los niños según su signo del Zodiaco](#)
- [Belleza](#)
 - ▶ [Abrir](#)
 - [Cuidado del cuerpo](#)
 - [Cuidado facial](#)
 - [Cabello](#)
 - [Maquillaje](#)
- [Vida sana](#)
 - ▶ [Abrir](#)
 - [Bienestar](#)
 - [Nutrición](#)
 - [Terapias naturales](#)
 - [Vida saludable](#)
- [vidas interesantes](#)
 - ▶ [Abrir](#)
 - [Grandes mujeres de la historia](#)
- [Televisión](#)
 - ▶ [Abrir](#)
 - [Realities](#)
 - [Series](#)

-  Facebook
 Instagram
 Youtube

- [Noticias](#)
- [Cocina](#)
- [Horóscopo](#)
- [Belleza](#)
- [Vida Sana](#)
- [Vidas interesantes](#)
- [Televisión](#)

1. [Home](#)
2. [Noticias del corazón](#)
3. [Te interesa](#)

Alzheimer: hábitos que ayudan a prevenirlo según la ciencia

Esta enfermedad puede estar larvándose años sin presentar síntomas. Conoce el estilo de vida que puede ayudar a reducir el riesgo de sufrir este tipo de demencia

[Grandes avances médicos del 2024: cáncer, Alzheimer...](#)

[Cómo cuidar de un familiar con Alzheimer](#)

-  [Facebook](#)
-  [Twitter](#)
-  [Whatsapp](#)
-  [Whatsapp](#)
-  [Email](#)



En España, más de 800.000 personas sufren Alzheimer.

Silvia Díez
19 de enero de 2025

El Alzheimer es una enfermedad degenerativa que perjudica las funciones cognitivas y la memoria reciente. La persona que la padece experimenta dificultades para llevar a cabo las tareas más cotidianas, tiene problemas de expresión, se desorienta, sufre cambios en la personalidad y llega a perder su autonomía. **En España, más de 800.000 personas sufren Alzheimer, el tipo de demencia más común.**

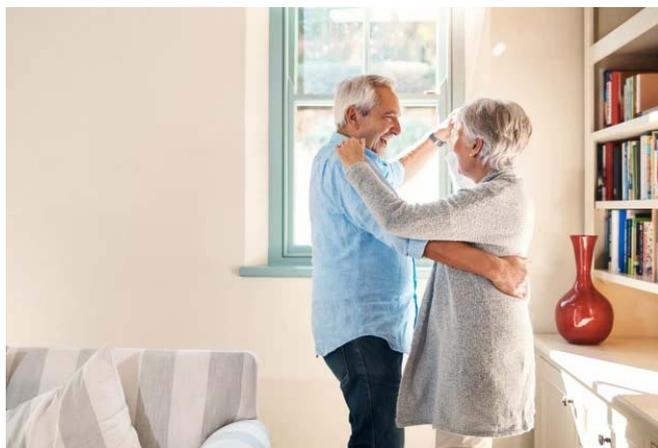
Se caracteriza por la acumulación de placas de proteína beta-amiloide y proteína tau, que resultan tóxicas para las neuronas y destruyen las conexiones entre estas células cerebrales. **Las causas del Alzheimer y las nuevas formas de diagnóstico precoz siguen investigándose.** Pero cada vez se sabe más sobre esta enfermedad y la ciencia ha demostrado que el estilo de vida es determinante para reducir el riesgo de sufrirla. De hecho, sólo un 1% de casos se relacionan con la genética, mientras que, según la revista científica Lancet, los hábitos pueden disminuir hasta en un 40% las probabilidades de tener cualquier tipo de demencia.



Más de...

[Todo sobre el medicamento que frena el Alzheimer](#)

La buena alimentación y el ejercicio ayudan



Seguir una dieta mediterránea. Una investigación realizada con más de 60.000 británicos durante nueve años ha comprobado que disminuye en un 23% el riesgo de Alzheimer. Esta dieta prioriza verduras, frutas y legumbres, pescados, carnes blancas y el aceite de oliva virgen extra. No incluye procesados y el consumo de carnes rojas es esporádico.

Hacer ejercicio regularmente. El efecto protector de la actividad física frente a esta enfermedad degenerativa es determinante. La OMS recomienda 75 minutos semanales de ejercicio intenso – correr o nadar rápido, jugar al tenis, etc.– o 150 minutos semanales de uno de intensidad moderada. Así se estimula la producción de mioquinas y de lactato, sustancias que reducen la inflamación del sistema nervioso y favorecen el nacimiento de neuronas. Además, muscular las piernas mejora la cognición.

Relacionarse. Interactuar con otras personas estimula el cerebro. Según una investigación con más de 10.000 participantes seguidos durante 28 años, los que a los 60 años veían amigos casi cada día registraban menos probabilidades de sufrir Alzheimer que los que se relacionaban con ellos cada mes o cada dos.

Entrenar la mente. Tras estudiar a 10.300 personas de más de 70 años durante diez años, un estudio publicado en la revista científica "Jama Network Open" ha comprobado que actividades como llevar un diario íntimo, los juegos de mesa, el ajedrez, los crucigramas, leer o pintar previenen el Alzheimer.

Buenos hábitos para mejorar la salud



Aprender algo nuevo crea nuevas conexiones neuronales, mejora la plasticidad cerebral y aumenta la reserva cognitiva, claves para compensar el deterioro cognitivo propio de la edad. De hecho, la Universidad de Toronto hizo un estudio con mayores de 60 años y comprobó que aprender un idioma evitaba problemas cognitivos.

Tratar la hipertensión y otros factores de riesgo. Hay enfermedades que cuando no son tratadas pueden favorecer el Alzheimer. Es el caso de la hipertensión, pero también de la diabetes, la obesidad, la depresión y los problemas de audición. Una investigación publicada en la revista "JAMA", tras analizar los datos de casi 35.000 personas con una media de 72,5 años de edad, vio que aquellas que no acudían a chequeos médicos y no habían tratado su hipertensión registraban hasta un 42% más de riesgo de demencia que las que recibían tratamiento.

Dormir ocho horas y mantener el hábito de levantarse y acostarse –mejor antes de las 23 horas– cada día a la misma hora ayuda al cerebro a eliminar toxinas como las proteínas beta-amiloideas, facilita su autorreparación y consolida la memoria y los aprendizajes. En cambio, un estudio de la revista "Nature Communications" mostró que dormir poco y mal favorece la acumulación de las proteínas asociadas a la aparición del Alzheimer. Por eso es importante detectar y tratar enfermedades que reducen la calidad del descanso como la apnea del sueño.

Moderar el consumo de alcohol. Las bebidas alcohólicas resultan tóxicas para las neuronas y dañan el cerebro.

Dejar de fumar. También el tabaquismo aumenta el riesgo de deterioro cognitivo y de demencia. Según la OMS, un 14% de casos de Alzheimer podrían estar directamente relacionados con este hábito.

Mantener una buena higiene bucal. Se ha establecido una relación entre la periodontitis y el Alzheimer. Las bacterias de esta afección de las encías llegan al cerebro, inflamándolo y favoreciendo la acumulación de placas de proteínas beta-amiloideas. Además de lavarse los dientes después de cada comida y de usar el hilo dental, acude anualmente a revisiones para detectar y tratar a tiempo esta enfermedad.

Nuevas pruebas diagnósticas



La investigación de esta enfermedad está dando sus frutos.

Según la Sociedad Española de Neurología, un 30-40% de casos de Alzheimer están sin detectar. Estos exámenes ayudan a diagnosticar esta demencia.

Evaluación neuropsicológica. Se somete a la persona a distintos tests de memoria, razonamiento y capacidades lingüísticas para evaluar si puede sufrir Alzheimer o deterioro cognitivo.

Punción lumbar. Mediante la misma se extrae líquido cefalorraquídeo, que se analiza para evaluar la presencia de proteínas tau o beta-amiloideas.

Análisis de sangre. Permite descartar otras causas de los síntomas que presenta la persona. Además, se está poniendo a punto la forma de diagnosticar el Alzheimer a través de esta prueba cuantificando marcadores como las proteínas tau, las beta-amiloideas u otros valores que midan la neuroinflamación. Esto permitirá el diagnóstico precoz y frenar antes la destrucción neuronal.

Resonancia magnética cerebral. Esta prueba de imagen facilita la observación del cerebro para ver si hay lesiones.

Aprende a frenar la inflamación cerebral



El acompañamiento de los mayores es clave para frenar el avance de la enfermedad.

Con las siguientes pautas desinflamas el organismo y reequilibras la microbiota intestinal, factores que se relacionan con el buen funcionamiento cerebral.

Seguir la dieta MIND. La "Mediterranean-Dash Intervention for Neurodegenerative Delay" une las virtudes de la alimentación mediterránea y la DASH y reduce hasta en un 53% el riesgo de Alzheimer. Se basa en alimentos antiinflamatorios como las verduras de hojas verdes (espinacas, acelgas, kale, etc.), los frutos rojos (arándanos, fresas, moras, etc.), los frutos secos, las legumbres –tres veces a la semana–, los cereales integrales (avena, quinoa, etc.), y los pescados azules (salmón, caballa, sardinas, etc) –una vez a la semana–.

Reducir el consumo de azúcares. Es la manera de prevenir la diabetes tipo 2, una dolencia que aumenta el riesgo de Alzheimer al producir una mayor inflamación intestinal, que favorece la acumulación de proteínas tau y beta-amiloides en el cerebro.

Meditar. Se ha demostrado que esta práctica que consiste en centrarse entre quince y veinte minutos al día en la respiración protege las células cerebrales al reducir la inflamación derivada del cortisol, la hormona del estrés, que las daña.

Ayunar. Dejar un espacio de entre 12 a 16 horas entre la cena y el desayuno sin comer disminuye las citoquinas inflamatorias, el cuerpo se vuelve más sensible a la insulina y, además, este ayuno intermitente estimula la producción de BDNF, una sustancia que protege el cerebro.



Más de...

[Sanidad retira 5 famosos productos adelgazantes por contener un medicamento que puede provocar infartos](#)

ites Soraya: sus hijas la llían maquillándose con rotuladores permanentes

Ver más



Lo más top



(https://www.regiondigital.com/publicidad/count/1416)

(/index.php)



Inicio (/) / Juventud (/noticias/6-juventud/) / La extremeña Ana Domínguez Mayoral, nueva coordinadora Sociedad Española de Neurología

La extremeña Ana Domínguez Mayoral, nueva coordinadora Sociedad Española de Neurología

Coordina Unidad de Procedimientos y Técnicas de Referencia de Andalucía (UPRA) de Enfermedades Neurovasculares Minoritarias en Hospital Virgen Macarena

(/#facebook) (/#twitter) (/#pinterest) (/#linkedin) (/#email) (/#print)

08 enero 2025 | Publicado : 21:40 (08/01/2025) | Actualizado: 22:24 (08/01/2025)



La neuróloga Ana María Domínguez Mayoral acaba de ser elegida como nueva coordinadora del Grupo de Estudio de Neurogenética y Enfermedades Raras de la Sociedad Española de Neurología (SEN), cargo que desarrollará durante los próximos dos años.

Natural de Puebla del Maestre (Badajoz), la doctora Ana María Domínguez trabaja actualmente en el Hospital Virgen Macarena de Sevilla, donde coordina la Unidad de Procedimientos y Técnicas de Referencia de Andalucía (UPRA) de Enfermedades Neurovasculares Minoritarias.

También ejerce como investigadora en el Instituto de Biomedicina de Sevilla (IBIS) y como técnica-asesora de diversos planes asistenciales (como ictus, cefaleas o enfermedades raras) del Servicio Andaluz de Salud, según explica la Sociedad Española de Neurología.

Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad Hispalense de Sevilla, doctora en Medicina por la Universidad de Sevilla y especialista en Neurología por el Hospital Universitario Virgen Macarena de Sevilla, Ana María Domínguez es autora de numerosos artículos en revistas científicas y de comunicaciones a congresos de índole regional, nacional e internacional sobre sus trabajos de investigación en Neurología, principalmente sobre enfermedades neurológicas genéticas y minoritarias.

También ha participado como investigadora en más de 40 proyectos y estudios en el ámbito de la esclerosis múltiple y neurovascular.



[Portada](#) > [Secciones](#) > NEUROLOGÍA

José Meca, jefe de Sección de Neurología del Hospital la Arrixaca

Es coordinador del CSUR de Esclerosis Múltiple y Neuroinmunología Clínica



El médico neurólogo José Eustaquio Meca Lallana.



27 ene. 2025 6:00H

SE LEE EN 1 MINUTO

POR [REDACCIÓN MÉDICA](#)

TAGS > [SERV. MURCIANO DE SALUD](#) [ESCLEROSIS MÚLTIPLE](#)

El **Hospital Clínico Universitario Virgen de la Arrixaca** de Murcia ha hecho pública la toma de posesión de **José Eustaquio Meca Lallana** como jefe de Sección de Neurología.

Meca es coordinador del centro de referencia nacional (CSUR) de **Esclerosis Múltiple** y **Neuroinmunología Clínica**.

Licenciado en Medicina por la **Universidad de Murcia (UMU)**, está cerca de cumplir los 30 años como médico especialista en **Neurología**, con una carrera profesional desarrollada principalmente en este hospital del área 1 del **Servicio Murciano de Salud (SMS)**.

Además, atesora experiencia profesional como director de la Cátedra de Neuroinmunología Clínica y Esclerosis Múltiple de la **Universidad Católica San Antonio de Murcia (UCAM)**, y como docente de Neurología del Grado de Medicina en este centro universitario privado.

Es miembro de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)** y del Grupo de Estudio de **Enfermedades Desmielinizantes** de la SEN.

A la toma de posesión administrativa de **José Meca** han asistido el gerente del área 1 del SMS, **Amancio Marín**; el director médico **Carlos Pérez-Crespo**; y la jefa de Servicio de Neurología, **Anna Morales**; así como otros compañeras y compañeros de este departamento hospitalario.

Las informaciones publicadas en Redacción Médica contienen afirmaciones, datos y declaraciones procedentes de instituciones oficiales y profesionales sanitarios. No obstante, ante cualquier duda relacionada con su salud, consulte con su especialista sanitario correspondiente.



UNA PUBLICACIÓN DE

Sanitaria



Copyright © 2004 - 2025 Sanitaria 2000

[Aviso legal y condiciones de uso](#)

Soporte válido 3-23-WCM Redacción Médica: La información que figura en esta edición digital está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que se requiere una formación especializada para su correcta interpretación

[QUIÉNES SOMOS](#) [PUBLICIDAD](#) [SUSCRIPCIÓN](#) [POLÍTICA DE PRIVACIDAD](#) [POLÍTICA DE COOKIES](#) [INSCRIPCIÓN ACTIVIDADES](#)

[Portada](#) > [Secciones](#) > PARLAMENTARIOS DE SANIDAD

El PP abre el año sanitario en el Senado exigiendo mejor atención a ictus

El grupo registra una moción en la que insta al Ministerio de Sanidad a impulsar un plan específico en Ceuta y Melilla



Enrique Ruiz Escudero, portavoz sanitario del PP en el Senado.



16 ene. 2025 18:00H

SE LEE EN 5 MINUTOS

POR [MANU IBÁÑEZ](#)

TAGS > [SENADO](#) [ICTUS](#)

El **Grupo Popular en el Senado** comienza el curso político anual en la Cámara Alta presentando una moción en la que se insta al Gobierno, a través del **Ministerio de Sanidad**, a implementar una serie de medidas “necesarias” para mejorar la atención neurológica, la prevención y el tratamiento de casos de **ictus** en Ceuta y Melilla. Entre otras cosas, propone poner en marcha un plan específico de “asistencia inmediata” para ambas ciudades autónomas que esté coordinado por

Atención Primaria, los servicios de Emergencias y las unidades hospitalarias especializadas.

Según expone en el **PP** en su moción, los casos de [ictus](#) han experimentado un “alarmante aumento” en los últimos años, hasta el punto de que la patología se ha convertido en “una de las principales preocupaciones de salud pública en muchos países, incluido España”. Precisamente en España, cada año se diagnostican entre 110.000 y 120.000 nuevos casos de ictus, según la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**.

Además, de acuerdo al Instituto Nacional de Estadística (**INE**), alrededor de 24.000 personas fallecieron en 2022 a causa de esta patología, mientras que más de 34.000 sufren algún tipo de **discapacidad derivada del ictus**. Por otro lado, se estima que cerca de 400.000 personas en España, según el Grupo Popular, viven con las secuelas de haber padecido un accidente cerebrovascular.

En el caso de **Ceuta y Melilla**, aproximadamente 400 personas al año sufren este tipo de accidente cerebrovascular, “lo que plantea un desafío adicional en cuanto a la disponibilidad y calidad de los recursos sanitarios”, aseguran desde el PP. En las dos ciudades autónomas, de acuerdo al partido, la situación es “aún más crítica” que en el resto de España.

“La falta de especialistas y de recursos coloca a melillenses y ceutíes en una situación de absoluta desigualdad con respecto al resto de españoles, a ello hay que añadir que ambas ciudades se enfrentan a un **aislamiento geográfico** que hace que en el traslado de pacientes se pierda un tiempo precioso, que en muchos casos puede ser determinante en el resultado final del paciente”, dice la [moción del PP sobre el ictus](#).

Según el grupo, ni Melilla ni Ceuta cuentan con el número suficiente de **neurólogos** en sus plantillas para hacer frente “a la demanda creciente de atención relacionada con el ictus y otras **patologías neurológicas**”: “En términos de especialistas por habitante, ambas ciudades están por debajo de la media estatal, lo que agrava aún más la situación”, afirma el partido, ante lo cual considera “urgente implementar una serie de medidas que refuercen la especialidad de Neurología en Melilla y Ceuta”.

Medidas para mejorar la atención a casos de ictus

Entre las “acciones prioritarias” propuestas por el Grupo Popular destaca la elaboración de “un plan que coordine recursos humanos y actuación en cada fase de la patología, contratación de más neurólogos y especialistas necesarios para abordar el ictus de forma multidisciplinar, la mejora de los tiempos de consulta y la creación de programas de prevención y **diagnóstico temprano**”.

En esa línea, se indica que es “absolutamente necesaria” la implantación de un protocolo de **actuación prehospitalaria** “basado en el reconocimiento precoz de los signos y síntomas de ictus” para “priorizar el traslado y los cuidados del paciente con el fin de proporcionar un tratamiento cuanto antes que mejore el pronóstico y disminuya las secuelas”. También se plantea proporcionar un “tratamiento de rehabilitación integral” a las personas que hayan sufrido un accidente cerebrovascular para “minimizar las secuelas físicas y emocionales” y, así, “mejorar su calidad de vida”.

“La **neurorehabilitación** debe involucrar una coordinación estrecha entre neurólogos, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, psicólogos y logopedas, entre otros profesionales. Cada uno de estos especialistas tiene un papel esencial en la recuperación del paciente, trabajando de manera conjunta para tratar tanto las alteraciones motoras como las cognitivas, emocionales y sociales que puedan derivarse del ictus. La implementación de un enfoque multidisciplinar en el tratamiento no solo mejora la eficacia de la rehabilitación, sino que también garantiza una atención integral que favorece una recuperación más completa y funcional”, sostienen desde el PP.

En cuanto al **coste económico** de las medidas, el grupo no ofrece cifras “al no disponer de los datos o herramientas necesarios” para hacer la estimación. Por ello, delega en el Ministerio de Sanidad esa responsabilidad.



¿Aún no conoces Quviviq®?



psiquiatria.com

Buscar



Actualidad y Artículos | Sueño Vigilia, Trastornos del sueño vigilia

Seguir 52



1



2



PUBLICAR

Un especialista destaca que las siestas de 20 minutos son `ideales´ para complementar el descanso nocturno



Noticia | 06/01/2025

El neurólogo Gurutz Linazasoro, de la Policlínica Gipuzkoa, ha destacado que **las siestas de 20 minutos son "ideales" para complementar el descanso nocturno**, especialmente en aquellas personas que duermen menos de siete horas diarias o para las que sufren insomnio, lo que puede derivar en problemas tanto físicos como mentales.

"Una siesta de unos 20 minutos es ideal para **desconectar, reducir el estrés y consolidar memorias recientes**. Este breve descanso aporta beneficios inmediatos, como un **aumento en la concentración y una mejora del estado de ánimo**", ha señalado Linazasoro.



PUBLICIDAD

Sin embargo, ha advertido de que las siestas largas pueden ser contraproducentes, pues se puede despertar en una fase profunda del sueño, lo que **"genera una sensación de aturdimiento y disminuye el rendimiento durante el resto del día"**.

El especialista ha recordado que dormir bien es uno de los tres pilares "fundamentales" de la salud, junto

con la alimentación y el ejercicio físico, y es que el sueño sirve para que el cerebro lleve actividades de reparación celular, eliminación de toxinas y consolidación de recuerdos.

"El sueño no es solo descanso; es una fase de enorme actividad cerebral que impacta directamente en nuestra salud física y emocional", ha afirmado, tras lo que ha insistido en que las siestas son un aliado "clave" en una época del año en el que las jornadas de luz son más cortas.

Además, ha opinado que el horario de invierno es más favorable al organismo debido a que **"permite un descanso nocturno más prolongado"**. También ha señalado que, según la Sociedad Española de Neurología (SEN), más del 30 por ciento de los españoles duerme menos de siete horas diarias, y que el insomnio afecta a un 10 por ciento de la población.

Tras ello, ha recordado que los cambios de hora pueden afectar a los ritmos circadianos, lo que genera un desajuste que se traduce en cansancio, irritabilidad o una menor productividad, especialmente en niños y personas mayores. Aunque el cuerpo suele adaptarse en pocos días, el neurólogo ha recomendado afrontar este proceso con paciencia e incluso recurrir a pequeñas siestas para sobrellevar mejor los efectos del cambio.

En base a ello, Linazasoro ha explicado que la melatonina, conocida como la **'hormona del sueño'**,

es "clave" para regular los ciclos de vigilia y descanso, pues comienza a ser liberada cuando oscurece, enviando señales al cuerpo "para prepararse para dormir", y que se trata de un **"mecanismo natural que debemos respetar para mejorar nuestra calidad de sueño"**.

El experto ha insistido en que **el descanso es "fundamental" para gozar de una salud integral** y que, en estas fechas navideñas, cuidar del sueño, incluso con una breve siesta diaria, puede ser el "mejor regalo" para el cuerpo y la mente.



PUBLICIDAD

Fuente: Europa Press

Palabras clave: siesta, especialista, descanso, noche

Comentarios de los usuarios

AÑADIR COMENTARIO

No hay ningun comentario, se el primero en comentar

[radiopopularsanluis.com.ar](https://www.radiopopularsanluis.com.ar)

Cuál es la fruta que ayuda a conciliar el sueño y que, además, es un potente antioxidante

Lucas Novello

6-7 minutos

El **insomnio o la dificultad para iniciar o mantener el sueño es un problema frecuente que presenta entre el 20 y el 48% de la población adulta en el mundo, según estimaciones de la Sociedad Española de Neurología (SEN)**. Dormir es un proceso vital para el organismo, ya que, durante el mismo, se llevan a cabo funciones esenciales, como limpieza cerebral, consolidación de recuerdos, eliminación de información irrelevante o recuperación de tejidos, entre otras.

Por ello, **necesitamos dormir regularmente un mínimo de ocho horas para poder funcionar con normalidad y de ahí la importancia de desarrollar una buena higiene del sueño y de conocer qué alimentos pueden ser ideales para conseguir un descanso óptimo**. Uno de ellos es el ananá, la 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, era un símbolo de lujo en Europa y se usaba más como decoración en eventos que como alimento, señala María José Cachafeiro, dietista-nutricionista española.

En cada ananá, 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 en España. Las especialistas indicaron

que esta fruta tiene tal concentración de vitaminas, minerales y compuestos bioactivos que es considerada una joya nutricional. Su composición se relaciona con importantes beneficios para la salud:

Vitaminas: el ananá es rico 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.

Los beneficios del ananá

Eleva los niveles de melatonina. Consumir ananá consigue elevar los niveles de melatonina en el cuerpo, es decir, de la hormona que regula el sueño, facilitando su conciliación.

Aporta magnesio. En el caso del ananá, además de elevar los niveles de melatonina, aporta un mineral muy relacionado también con un descanso reparador, explica Cachafeiro.

La acción de la bromelina. Otro componente muy interesante del ananá es esta 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. No obstante, explica que lo que se sabe sobre el ananá 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”.

Aporte de fibra. Es interesante conocer también que esta fruta 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.

Cuándo consumir el ananá para mejorar el sueño

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

El ananá no solo es delicioso 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.

Escucha Radio Popular San Luis en vivo: <https://radiopopularsanluis.com.ar/radio>

[Fruta SUEÑO DESCANSO SALUD](#)

PUBLICIDAD


¿Aún no conoces Quiviviq®?




Glosario



Libros



Directorio



Cursos



Psicofármacos



Trastor



psiquiatria.com



Actualidad y Artículos | Alzheimer y demencia

 Seguir **10**



 1

 2

 PUBLICAR ▾

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



Noticia |  29/01/2025

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".



PUBLICIDAD

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 grado de fiabilidad diagnóstica.

El diagnóstico precoz y certero es indispensable tanto para orientar correctamente los tratamientos como para evitar aquellos que puedan empeorar los síntomas. **La investigación clínica es imprescindible para el desarrollo de nuevos tratamientos que retrasen la dependencia y mejoren la calidad de vida de las personas afectas de demencia con**

cuerpos de Lewy".

[ABRIR ENLACE FUENTE](#)

Palabras clave: SEN, demencia, Lewy

Comentarios de los usuarios

[AÑADIR COMENTARIO](#)

No hay ningun comentario, se el primero en comentar

Áreas tematicas

[Alzheimer y demencia](#)

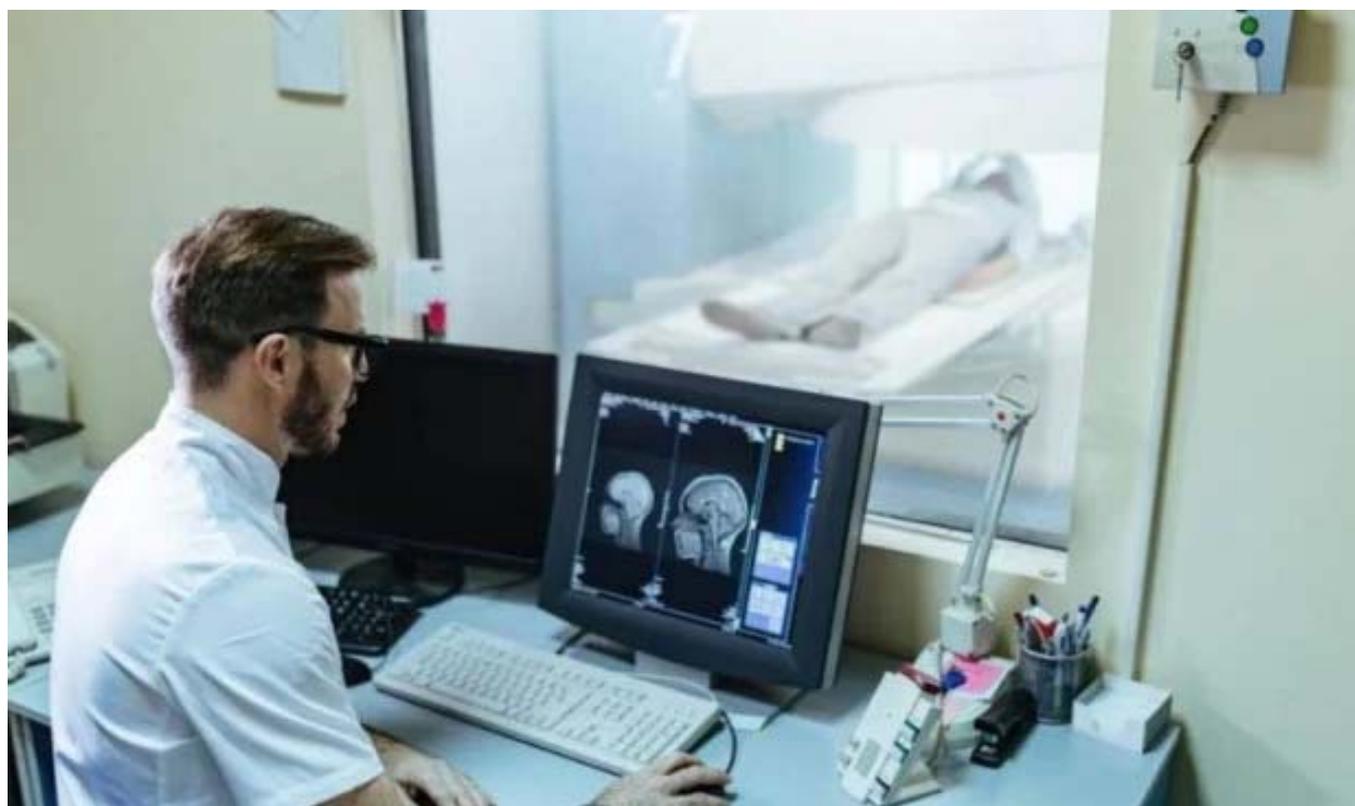


Publicidad

[Portada](#) > [Secciones](#) > SANIDAD HOY

Las ACE, deseo de las sociedades científicas para un 2025 "más tecnológico"

La investigación focalizada en innovaciones terapéuticas también se cuela en la lista, así como el aumento de personal



La renovación de equipos en Radiología, entre las peticiones para 2025.

[f](#) [X](#) [in](#) [🗨️](#) [🔗](#)

4 ene. 2025 16:00H

SE LEE EN [🕒 10 MINUTOS](#)

POR [PEPE CAMPOS](#) | [XAVIER MAGRANER](#)

TAGS > [SEMERGEN](#) [SEMG](#)

La lista de propósitos y deseos de año nuevo es algo que todos los sanitarios de la **sanidad española** hacen cada año y también en este 2025. Las distintas **sociedades científicas** de nuestro país no iban a ser menos, también cuentan con sus anhelos, algunos de los cuales esperan que se produzcan en los primeros meses del año. Entre las peticiones principales se encuentran una mayor **dotación presupuestaria en sanidad**, así como la necesidad de más

investigación para encontrar **tratamientos innovadores**, la llegada de nuevas **Áreas de Capacitación Específica (ACE)** y la aplicación de la última tecnología en la práctica clínica diaria.

Pilar Rodríguez Ledo, presidenta de la **Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG)**, ha explicado que tienen "una carta larga de deseos para 2025", que se centra fundamentalmente en que "**Familia** reciba el reconocimiento, los recursos y la colaboración que necesita para garantizar una **atención personalizada** a los pacientes". Todo con la finalidad de conseguir una "**sociedad más saludable** y equitativa".

La **Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (Semergen)**, también comparte con la **SEMG** el anhelo de "un futuro donde **Primaria** reciba los recursos que merece, con el presupuesto necesario para el **Plan de Atención Primaria 2025-2027**", según su presidente, **José Polo**. El "reconocimiento oficial de **Medicina de Familia** como eje fundamental del **Sistema Nacional de Salud (SNS)**" es otro de sus deseos para el 2025, así como la importancia de priorizar "las necesidades de pacientes y profesionales" y el incremento en los **Presupuestos Generales del Estado (PGE)** "destinados a los servicios de salud".

Renovación de equipos para Radiología

En la línea de esa mayor dotación económica, la **Sociedad Española de Radiología Médica (Seram)** ha pedido para este año una "previsión de financiación a medio y largo plazo" teniendo en cuenta a "la **industria** y a los **radiólogos**", según ha solicitado la presidenta del organismo, Milagros Otero. Ese aumento del presupuesto servirá para tener una "base de datos integral a nivel ministerial y planificar la renovación tecnológica", ya que, la "evolución de los equipos de diagnóstico" tiene que ir de la mano con la "**implementación de tecnología**".

Para Otero, dicha **renovación de equipos** debe ir acompañada de una "actualización formativa de los profesionales", no solo a nivel tecnológico, sino también en "el **programa MIR de Radiología**". En este sentido, ha mencionado también la importancia de una "recertificación de radiólogos".

Cambios en la normativa sobre medicamentos

La renovación ha sido un punto compartido por la **Sociedad Española de Farmacia Hospitalaria (SEFH)**, en su caso, para "abordar la evolución en las funciones básicas de los actuales farmacéuticos especialistas en **Farmacia Hospitalaria** en el desarrollo normativo básico sobre el medicamento", según su presidenta, **Cecilia Martínez**, quien ha señalado a este como el principal de sus propósitos.

Esto es algo que debe hacerse contemplando labores que en el contexto del trabajo farmacéutico "ya se realiza", como puede ser "la **adecuación terapéutica** deprescribiendo o ajustando **pautas posológicas** según la situación clínica y funcional de los pacientes", tal y como ha señalado la dirigente de la sociedad.

Un 2025 clave para la salud respiratoria en España

En la **Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (Separ)** están convencidos de que este año "será decisivo para transformar la salud respiratoria en España" si hay compromiso por parte de "todos los actores involucrados", según **David de la Rosa**, presidente del organismo. El dirigente ha señalado entre los principales deseos del organismo "el avance en el **diagnóstico precoz** de estas enfermedades, especialmente las más prevalentes y graves", entre las que destaca la **Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)** en **fumadores** y el **cáncer de pulmón**, para el que ven necesario "implementar un cribado".

Abordar los factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades respiratorias es otro de los anhelos de la sociedad, así como las "políticas públicas que promuevan **estilos de vida saludables** y garanticen el acceso equitativo a recursos preventivos", según el presidente. Mejorar la coordinación entre niveles asistenciales también está en la lista de **Separ**, para lo que se debe incorporar "tanto profesionales médicos como los que no lo son". Con el fin de asegurar una gestión eficiente, el dirigente de la sociedad ve necesario "implementar una **Estrategia Nacional de Enfermedades Respiratorias**". La actualización del programa formativo de **Neumología** también está entre los anhelos de **Separ**, así como la innovación, que quieren que sea "un eje prioritario durante el año 2025".

Nuevas ACE en Cardiología

La **Sociedad Española de Cardiología (SEC)** ha puesto en su lista de anhelos la publicación definitiva de las **Áreas de Capacitación Específica (ACE) de Hemodinámica y de Arritmia**, algo en lo que se trabajó durante varios meses en 2024 y que podría llegar de forma oficial "en el primer trimestre del año 2025", según **Luis Rodríguez Padial**, presidente del organismo.

Los avances en los planes de **salud cardiaca** de España han sido amplios en 2024, pero a pesar de ello, la SEC también ha pedido para este año "seguir extendiendo la **Estrategia de Salud Cardiovascular**", según Rodríguez Padial. Algo que quieren ampliar con tres Planes: uno de **shock cardiogénico**, otro de parada cardiaca y un tercero de síndrome coronario" además de continuar desarrollando "medidas de prevención, abordaje y tratamiento de otros **cuadros clínicos cardiológicos**".

Neurología pide más investigación

Jesús Porta-Etessam, presidente de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, centra los deseos para 2025 en la "comprensión y **asistencia** adecuada para todos los **enfermos neurológicos**, tanto los que tienen **enfermedades graves** como los que no". Otra de sus peticiones para el nuevo año está relacionada con el **tratamiento**, deseando que se consiga "modificar la evolución natural de las **enfermedades neurodegenerativas**".

En cuanto a los neurólogos, el dirigente de la sociedad también desea que "todos tengan un trabajo digno y, si lo desean, la oportunidad de dedicarse a la **investigación**". En este sentido, no se ha olvidado de los más jóvenes, pidiendo al 2025 que este colectivo "siga manteniendo su ilusión a lo largo de los años. Hasta el 3025 si es posible".

Psiquiatría pide más profesionales

La **Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental (Sepsm)** también ha compartido sus anhelos para el nuevo año con *Redacción Médica*. Su presidenta, Marina Díaz Marsá, ha pedido que, con el nuevo **Plan de Salud Mental** se amplíe la plantilla de profesionales.

En concreto, la dirigente ha pedido que "se aumente el número de psiquiatras, psicólogos clínicos, enfermeras especializadas en **Salud Mental** y **terapias ocupacionales**", con la finalidad de lograr "un abordaje intensivo, precoz y conseguir esa **integración social** y laboral plena de los pacientes".

Oncología quiere aumentar las tasas de curación

El deseo principal que tiene la **Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM)** es "seguir mejorando los resultados en el diagnóstico y tratamiento de los pacientes, aumentando las **tasas de curación por cáncer** y los largos supervivientes", tal y como ha detallado su presidente, César Rodríguez. La SEOM vislumbra un futuro "esperanzador", debido a la "**innovación terapéutica**" y al "tratamiento personalizado y de precisión", aunque ve necesario "mejorar los aspectos relacionados con el **diagnóstico precoz**". Para ello, el presidente considera fundamental "continuar trabajando junto con las Administraciones" para mejorar la agilidad en la incorporación de todas estas innovaciones.

El "aumento lento, pero progresivo" de la **incidencia del cáncer** en España también pone en el foco de la SEOM la necesidad de aumentar las "labores de divulgación" en materia de prevención, ya que "una buena parte de los tumores podrían prevenirse simplemente con la adopción de **hábitos de vida saludable**", evitando "una dieta inadecuada, el **sedentarismo** y el **consumo de tabaco y de alcohol**" según el presidente del organismo.

ACE en terapia celular y asesoramiento científico

Por parte de la Sociedad Española de Hematología y Hemoterapia (**SEHH**) su presidenta, **Victoria Mateos**, aspira que a lo largo de 2025 se consiga **la actualización del programa formativo** de la especialidad, permitiendo "**garantizar diagnósticos**, tratamientos y seguimientos precisos, acordes con los avances y necesidades actuales de la especialidad".

Las ACE en **terapia celular y trasplante hematopoyético** es otro de los objetivos que Mateos aspira a resolver a lo largo de este presente año, recordando que la llegada de la terapia celular supone "un **avance revolucionario**, ofreciendo resultados prometedores en diversas enfermedades hematológicas y extendiéndose a otras patologías

manejadas por diferentes especialistas". Debido a ello, la creación de ACE es fundamental para la especialista, "asegurando una **atención de excelencia** para todos los pacientes que puedan beneficiarse de estas innovaciones".

Finalmente, otro punto que la SEHH aspira a participar es en el **proceso de evaluación de tecnologías sanitarias**: "Con la inminente implementación del nuevo Real Decreto sobre evaluación de tecnologías sanitarias, las sociedades científicas deben ser consideradas como interlocutores clave". En el caso de la SEHH, la presidenta pide que los especialistas "participen activamente en este proceso, aportando **asesoramiento científico** que facilite un acceso más rápido y eficiente a la innovación en nuestro país".

Las informaciones publicadas en Redacción Médica contienen afirmaciones, datos y declaraciones procedentes de instituciones oficiales y profesionales sanitarios. No obstante, ante cualquier duda relacionada con su salud, consulte con su especialista sanitario correspondiente.



UNA PUBLICACIÓN DE

Sanitaria



Copyright © 2004 - 2025 Sanitaria 2000

[Aviso legal y condiciones de uso](#)

Soporte válido 3-23-WCM Redacción Médica: La información que figura en esta edición digital está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que se requiere una formación especializada para su correcta interpretación

[QUIÉNES SOMOS](#) [PUBLICIDAD](#) [SUSCRIPCIÓN](#) [POLÍTICA DE PRIVACIDAD](#) [POLÍTICA DE COOKIES](#) [INSCRIPCIÓN ACTIVIDADES](#)

agencia digital

| 323WCM35