

Neurólogos señalan que el 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables



22 jul. 2024 11:32H

SE LEE EN 3 MINUTOS

MADRID, 22 (EUROPA PRESS)

Casi un 90 por ciento de los casos de ictus, un 40 por ciento de los casos de demencia o cerca del 30 por ciento de los casos de epilepsia se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables, según ha señalado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam, en relación con los últimos estudios publicados.

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, que se conmemora este lunes, la SEN ha querido sumarse a su propósito de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica y poner el foco sobre la relevancia de la prevención de las enfermedades neurológicas. A este respecto, Porta-Etessam ha subrayado que "no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas".

Desde la SEN han puesto de relieve el último estudio publicado al respecto, 'Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021', divulgado en marzo de este año. En él se señala que más del 84 por ciento de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo identificados, siendo la hipertensión (57,3%) el mayor de ellos.

Por su parte, controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63 por ciento y controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15 por ciento.

Además, el tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 por ciento) que en mujeres (3 por ciento). Factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que se realice.

Actualmente, más del 43 por ciento de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18 por ciento en los últimos 20 años, lo que hace que las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18

por ciento superior respecto a la media mundial y también un 1,7 por ciento superior a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de la población. Además, también son la principal causa de discapacidad, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica. El año pasado, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos.

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 - 2024 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](#) [RECURSOS DE SALUD](#) [INSCRIPCIÓN ACTIVIDADES](#)

Sapere aude

DIARIO
SANITARIO

Atrévete a saber

NUEVO BMW

X2



Concesionario Oficial BMW en Albacete

Av. Gregorio Arcos 41 - 967 11 30 40 - albamocion.es

1/6

Este número es indicativo del riesgo del producto, siendo 1/6 indicativo de menor riesgo y 6/6 de mayor riesgo.

La Entidad está adherida al Fondo de Garantía de Depósitos Español de Entidades de Crédito. El Fondo garantiza hasta 100.000 euros, por titular y entidad.

Este indicador de riesgo hace referencia a la cuenta donde está domiciliada la nómina.

48,7 CRÉDITOS

DESDE **9,80 EUROS**

Consejos para mantener un cerebro sano

Publicado por: Redacción en Portada 22 julio, 2024

Consejos sencillos ayudan a mantener el cerebro sano. De hecho, el jefe del Servicio de Neurología de Albacete, el Dr Tomás Segura, no se cansa de repetir que "el ejercicio físico es un hecho probado frente al alzhéimer". Así, en el Día del Cerebro, la Sociedad Española de Neurología comparte su "secreto".



OPINIÓN

-  Prescripción y ética médica
19 julio, 2024
-  Por el fin de la precariedad en el Sescam
12 julio, 2024
-  Parentalidad positiva, una nueva visión
12 julio, 2024
-  Manolo Meneses, gracias por tu ilusión
8 julio, 2024

22/07/24, 12:16 PM

**MANSILLA**
CLÍNICA**Nueva Resonancia Magnética 3 Teslas****Volvemos a poner a tu disposición la mejor tecnología.**

RECOMENDACIONES ANTE UN GOLPE DE CALOR

**COLEGIO OFICIAL DE LA PSICOLOGÍA de Castilla-La Mancha**

Consejos, de sentido común, para el cerebro

- ## El ictus


 SE NUESTRA ESPERANZA PARA
 ENCONTRAR UN DIAGNÓSTICO
www.enfermedades-raras.org

**HAZ QUE EL TIEMPO VAYA
 A NUESTRO FAVOR**

Evitar alcohol y tabaco y dormir bien

También hay videos donde especialistas en Neurología profundizan sobre las enfermedades más prevalentes e instan a aprender a prevenirlas e identificarlas. Y, además, y como viene siendo también habitual, en esta página también se puede acceder a pasatiempos diseñados para ayudar a ejercitar este órgano.

CARRERA PROFESIONAL ¡YA!

Etiqueta: CERE BRO CERE BRO SANO CONSEJOS

Invertimos en investigación
para la cura de la diabetes tipo 1
¿y tú?

NOTICIAS RELACIONADAS



🕒 22 julio, 2024

🕒 21 julio, 2024

© 21 julio, 2024

COMENTAR

Su dirección de correo electrónico no será publicada. Los campos necesarios están marcados *

Nombre *

CATEGORÍAS

Elegir la categoría ▼

BIBLIOTERAPIA



**Colegio Oficial de
Médicos de Albacete**

Plaza del Altozano, 11 Albacete
Tel 967 21 58 75



VERANO CULTURAL 2024

DEL 26 DE JUNIO AL 23 DE AGOSTO

 Ayuntamiento ALBACETE

**Súmate a la
Asociación de
Afectados TCA
de Albacete**

Cita previa   **Castilla-La Mancha**

Farmacias de guardia
en Castilla - La Mancha 



LA NACION > [Agencias](#)

Neurólogos señalan que el 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables

22 de julio de 2024 • 07:21



COMPARTIR

europa **press**

PUBLICIDAD



Inicio



Secciones



Foodit



Club LN



Ingresar

Casi un 90 por ciento de los casos de ictus, un 40 por ciento de los casos de demencia o cerca del 30 por ciento de los casos de epilepsia se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables, según ha señalado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam, en relación con los últimos estudios publicados.

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, que se conmemora este lunes, la SEN ha querido sumarse a su propósito de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica y poner el foco sobre la relevancia de la prevención de las enfermedades neurológicas. A este respecto, Porta-Etessam ha subrayado que "no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas".

Desde la SEN han puesto de relieve el último estudio publicado al respecto, 'Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021:a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021', divulgado en marzo de este año. En él se señala que más del 84 por ciento de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo identificados, siendo la hipertensión (57,3%) el mayor de ellos.



Inicio



Secciones



Foodit



Club LN



Ingresar

PUBLICIDAD

Por su parte, controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63 por ciento y controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15 por ciento.

Además, el tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 por ciento) que en mujeres (3 por ciento). Factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que se realice.

Actualmente, más del 43 por ciento de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha



Inicio



Secciones



Foodit



Club LN



Ingresar

las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18 por ciento superior respecto a la media mundial y también un 1,7 por ciento superior a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de la población. Además, también son la principal causa de discapacidad, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica. El año pasado, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos.

europa press

Europa Press

PUBLICIDAD

Temas

Spain News

[Home](#) [All news](#) [Contact us](#) [RSS](#) [English](#)

Monday 22 July 2024



Fallece Mauricio Gordillo Cañas, uno de los procuradores más prestigiosos de Sevilla - [diariodesevilla](#)



Una nueva Castellana para la futura mini ciudad del sureste de Madrid: bulevar verde de 16 kilómetros, carril bici y Bús Rápido - [elmundo](#)



Endesa acelera las salidas pactadas de directivos vinculadas al plan Meloni - [abc](#)



Las juntas militares prorrusas del Sahel desintegran la región con su alianza - [abc](#)



Quien es Tadej Pogacar, favorito del Tour de Francia: su edad, sus orígenes y los estudios que compaginó con el ciclismo - [abc](#)



Alicia García asegura que «todo en el PSOE es corrupción» y pide «que Begoña Gómez dé explicaciones ante el juez y Sánchez ante los españoles» - [abc](#)



Agónica búsqueda del joven que cayó al agua desde unos flotadores en un embalse de Ávila y no sabía nadar - [abc](#)



Biden recauda y gasta más que Trump en junio, mientras se ciernen dudas sobre el futuro político del presidente - [cnn espanol](#)



La Región de Murcia es la CCAA que menos recibe por persona del sistema de financiación autonómica, según un informe - [Europapress](#)



Aparatoso incendio en el fuerte de San Cristóbal de Pamplona, utilizado como prisión durante el franquismo - [eldiario](#)



Cazadores recopilarán agresiones con un observatorio de violencia animalista y que se persigan como delito de odio - [Europapress](#)



Netanyahu se reunirá con Biden el próximo martes en la víspera de su discurso ante el Congreso de EEUU - [Europapress](#)



ONG del ámbito de la discapacidad solicitan aumentar del 0,7% al 1% la asignación tributaria para fines sociales - [Europapress](#)



El PP preguntará en el Senado al Gobierno sobre las contrataciones en ayuntamientos a raíz del caso de Isabel García - [Europapress](#)



El Campus Innovacion Covap abre este lunes en Pozoblanco (Córdoba) su sexta edición para seguir captando



Pakistán pide explicaciones a Alemania tras el ataque de un grupo de afganos a su consulado en

Europapress – 2 hours ago

el 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables

Casi un 90 por ciento de los casos de ictus, un 40 por ciento de los casos de demencia o cerca del 30 por ciento de los casos de epilepsia se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables, según ha señalado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam, en relación con los últimos estudios publicados.

[Read on the original site](#)

Latest News

- ♦ Hansi Flick será presentado este jueves como nuevo entrenador del Barça - [Europapress](#)
- ♦ Yolanda Díaz expresa su asombro por la decisión del juez de citar como testigo a Sánchez - [Europapress](#)
- ♦ PSOE apoya a los trabajadores del transporte sanitario de la Región que irán a la huelga a partir del jueves - [Europapress](#)
- ♦ El Real Madrid homenajeará a Nacho Fernández este miércoles - [Europapress](#)
- ♦ AMP3- El juez cita a Pedro Sánchez a declarar como testigo el próximo 30 de julio en la investigación contra su esposa - [Europapress](#)
- ♦ La DOP Condado de Huelva prevé una vendimia más corta con una uva muy sana y de mucha calidad - [Europapress](#)
- ♦ El PP dice que Sánchez tendrá que dar explicaciones ante el juez: Esperamos que el Estado de derecho funcione y actúe - [Europapress](#)
- ♦ IU se pregunta qué más señales necesita el PSOE para reformar la Justicia tras citar un juez a Sánchez como testigo - [Europapress](#)
- ♦ Los nuevos accesos al Estadio de la Cartuja de Sevilla se acabarán antes del traslado del Betis - [diariodesevilla](#)
- ♦ Lorena Roldán será la senadora autonómica del PP catalán - [Europapress](#)
- ♦ El PP extremeño pide al Gobierno no se ponga de perfil y aporte recursos y financiación para la acogida de migrantes - [Europapress](#)
- ♦ Uno de los aliados más cercanos de EE.UU. teme una victoria electoral de Trump - [RT](#)
- ♦ Investigación prospectiva de manual - [eldiario](#)
- ♦ La Fiscalía recurre la imputación del empresario Barrabés en la causa del juez Peinado contra Begoña Gómez - [eldiario](#)
- ♦ Un consorcio valenciano de expertos crea una plataforma de Inteligencia Artificial para mejorar servicios ciudadanos y apoyar decisiones administrativas - [abc](#)
- ♦ Las chicas de la Academia , de José Solana Dueso: protofeminismo en Grecia - [abc](#)
- ♦ Científicos detectan la «presencia generalizada» de pesticidas en Doñana, 17 de ellos prohibidos - [abc](#)
- ♦ Los republicanos salen en masa para pedir la dimisión «inmediata» de Biden como presidente - [abc](#)
- ♦ El Dios celoso , de Antonio J. Rodríguez: eternas preguntas - [abc](#)
- ♦ Bellido reta a Vox a que renuncie a su salario - [abc](#)
- ♦ La pareja de la mujer asesinada en Motril «tiene coartada» y no es el principal sospechoso de la Policía - [abc](#)
- ♦ Zara tiene los pantalones blancos de lino más ideales para un look boho con chaleco bordado - [diariodesevilla](#)
- ♦ Juanma Moreno consolida su mayoría absoluta en el ecuador de la legislatura, según el CIS andaluz - [elmundo](#)
- ♦ Rusia no se sorprende por la retirada de Biden y acusa a Harris de mantener una

Es noticia

Ganglios inflamados

Beneficios del pomelo

5 alimentos para bajar el colesterol

Tonsinolitosis

Err

infosalus / **asistencia**

El 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables



Archivo - Neurólogos señalan que el 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables
- ISTOCK - Archivo

Infosalus

Actualizado: lunes, 22 julio 2024 11:48
@infosalus_com



Newsletter

MADRID, 22 Jul. (EUROPA PRESS) -

Casi un 90 por ciento de los casos de ictus, un 40 por ciento de los casos de demencia o cerca del 30 por ciento de los casos de epilepsia se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables, según ha señalado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam, en relación con los últimos estudios publicados.

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, que se conmemora este lunes, la SEN ha querido sumarse a su propósito de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica y poner el foco sobre la relevancia de la prevención de las enfermedades neurológicas. A este respecto, Porta-Etessam ha subrayado que "no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas".

Desde la SEN han puesto de relieve el último estudio publicado al respecto, 'Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021', divulgado en marzo de este año. En él se señala que más del 84 por ciento de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo identificados, siendo la hipertensión (57,3%) el mayor de ellos.

Por su parte, controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63 por ciento y controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15 por ciento.

Además, el tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 por ciento) que en mujeres (3 por ciento). Factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que se realice.

Actualmente, más del 43 por ciento de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18 por ciento en los últimos 20 años, lo que hace que las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el

mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18 por ciento superior respecto a la media mundial y también un 1,7 por ciento superior a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de la población. Además, también son la principal causa de discapacidad, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica. El año pasado, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos.

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

La tasa de las enfermedades neurológicas en España es un 18 % mayor que la media mundial

Newsroom Infobae

3-4 minutos

Madrid, 22 jul (EFE).- La prevalencia de las enfermedades neurológicas en España es un 18 % superior a la media mundial debido, principalmente, al envejecimiento de la población, con más de 23 millones de personas que padecen alguna afección por esta causa, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, la SEN señala en un comunicado que la prevalencia de las enfermedades neurológicas en España es también un 1,7 % superior debido al envejecimiento y que son también la principal causa de discapacidad por enfermedad crónica (44 %).

Por este motivo, destaca la necesidad de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica y pone el foco en la prevención de las enfermedades del cerebro ya que, aunque se haya avanzando en tratamientos, son de carácter crónico y no tienen cura.

Según los datos difundidos por la SEN, recogidos a partir de cifras del Instituto Nacional de Estadística (INE), las enfermedades neurológicas fueron las responsables del 14 %

de los fallecimientos en España, principalmente por Alzheimer (35.000 muertes) e ictus (casi 26.000).

El presidente de la SEN, Jesús Porta-Etessam, destaca que las enfermedades neurológicas "siguen causando una gran discapacidad y mortalidad".

"Enfermedades como el ictus, la enfermedad de Alzheimer y otras demencias como la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis y la meningitis, o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos en todo el mundo y, además, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, también lo son en la carga de discapacidad global", señala.

En este sentido, Porta-Etessam remarca que abordar los factores de riesgo de muchas de estas enfermedades "puede servir para cambiar radicalmente el impacto de las enfermedades neurológicas".

Cita como ejemplo que hasta un 90 % de los casos de ictus, un 40 % de los casos de demencia o cerca del 30% de los casos de epilepsia, se podrían evitar "llevando a cabo hábitos cerebrosaludables".

La SEN pone en relieve que los estudios avalan que el 84 % de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo ya identificados –la hipertensión (57,3%) el mayor factor-, que controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63 % o que controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15 %.

El tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de

enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 %) que en mujeres (3 %).

Además, factores como el sueño, estrés o aislamiento social son "grandes contribuyentes" al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que realicemos, recuerda la SEN.EFE

cjr /mcm

SIMPLE MINDS

17 de JULIO



22 de Julio de 2024

- 
- BALEARES
- SUCESOS
- ECONOMÍA
- POLÍTICA
- DEPORTES
- CULTURA
- SALUD
- TURISMO
- SOCIEDAD
- MOTOR
- VIPS
- INTERNACIONAL
- CIENCIA
- MÁS ▼

PORTADA / SALUD

La tasa de las enfermedades neurológicas en España es un 18% mayor que la media mundial

Las enfermedades neurológicas fueron las responsables del 14% de los fallecimientos en España

EFE | 22/07/2024



▶ ×

▶ ×

La **prevalencia de las enfermedades neurológicas en España** es un 18 % superior a la media mundial debido, principalmente, al **envejecimiento de la población**, con más de 23 millones de personas que padecen alguna afección por esta causa, según la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**.

Con motivo del **Día Mundial del Cerebro**, la SEN señala en un comunicado que la prevalencia de las enfermedades neurológicas en España es también un 1,7 % superior debido al envejecimiento y que son también la principal causa de discapacidad por **enfermedad crónica** (44 %).

Por este motivo, destaca la necesidad de concienciar sobre la importancia de fomentar la **salud neurológica** y pone el foco en la prevención de las **enfermedades del cerebro** ya que, aunque se haya avanzando en tratamientos, son de carácter crónico y no tienen cura.



Según los datos difundidos por la SEN, recogidos a partir de cifras del Instituto Nacional de Estadística (INE), las enfermedades neurológicas fueron las responsables del 14 % de los fallecimientos en España, principalmente por **Alzheimer** (35.000 muertes) e **ictus** (casi 26.000).

El presidente de la SEN, **Jesús Porta-Etessam**, destaca que las enfermedades neurológicas "**siguen causando una gran discapacidad y mortalidad**".

"Enfermedades como el ictus, la enfermedad de Alzheimer y otras demencias como la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis y la meningitis, o la **esclerosis lateral amiotrófica (ELA)** son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos en todo el mundo y, además, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, también lo son en la carga de discapacidad global", señala.

En este sentido, **Porta-Etessam** remarca que abordar los factores de riesgo de muchas de estas enfermedades "puede servir para cambiar radicalmente el impacto de las **enfermedades neurológicas**".

Cita como ejemplo que hasta un 90 % de los casos de ictus, un 40 % de los casos de demencia o cerca del 30% de los casos de epilepsia, se podrían evitar "**llevando a cabo hábitos cerebrosaludables**".

La SEN pone en relieve que los estudios avalan que el 84 % de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo ya identificados –la hipertensión (57,3%) el mayor factor-, que controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63 % o que controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de

otras demencias en casi un 15 %.

El tabaquismo también se asocia con un aumento del **riesgo de enfermedades neurológicas** como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 %) que en mujeres (3 %).

Además, factores como el sueño, estrés o aislamiento social son **"grandes contribuyentes"** al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el **ejercicio que realicemos**, recuerda la SEN.

Enfermedades neurológicas España	Noticias de Salud	Noticias de salud España
Noticias de salud hoy	Noticias de salud y bienestar	Noticias última hora

Sentimiento general

Si te equivocas de voto, puedes **desmarcarlo** volviendo a hacer clic en el voto **erróneo**.


[Me gusta](#)
(0)


[Me encanta](#)
(0)


[Me divierte](#)
(0)


[Me entristece](#)
(0)


[Me sorprende](#)
(0)


[Me indigna](#)
(0)

0 | COMENTARIOS

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

Neurólogos señalan que el 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables

Newsroom Infobae

3-4 minutos

infobae

Casi un 90 por ciento de los casos de ictus, un 40 por ciento de los casos de demencia o cerca del 30 por ciento de los casos de epilepsia se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables, según ha señalado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam, en relación con los últimos estudios publicados. Con motivo del Día Mundial del Cerebro, que se conmemora este lunes, la SEN ha querido sumarse a su propósito de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica y poner el foco sobre la relevancia de la prevención de las enfermedades neurológicas. A este respecto, Porta-Etessam ha subrayado que "no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas". Desde la SEN han puesto de relieve el último estudio publicado al respecto, 'Global, regional, and

national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021:a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021', divulgado en marzo de este año. En él se señala que más del 84 por ciento de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo identificados, siendo la hipertensión (57,3%) el mayor de ellos. Por su parte, controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63 por ciento y controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15 por ciento. Además, el tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 por ciento) que en mujeres (3 por ciento). Factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que se realice. Actualmente, más del 43 por ciento de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18 por ciento en los últimos 20 años, lo que hace que las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías. En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18 por ciento superior respecto a la media mundial y también un 1,7 por ciento superior a la media de los países occidentales europeos

debido, principalmente, al envejecimiento de la población. Además, también son la principal causa de discapacidad, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica. El año pasado, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos.

Lunes, 22 de julio de 2024, 06:50

DIARIO ESTRATEGIA
EL DIARIO DE NEGOCIOS INDEPENDIENTE DE CHILE

45
AÑOS

FUNDADO EN SANTIAGO DE CHILE EL 17 DE OCTUBRE DE 1978

INICIO NEGOCIOS & EMPRESAS ECONOMÍA & FINANZAS DINERO & INVERSIÓN AUTOMOTRIZ INTERNACIONAL TECNOLOGÍA CIENCIA & SALUD PAÍS COLUMNISTAS

Nosotros podemos ayudarte

Qué Estás Buscando?



Neurólogos señalan que el 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables

Archivado en: Ciencia & Salud

Europa Press | Lunes, 22 de julio de 2024, 06:02

Compartir 0

Post

Casi un 90 por ciento de los casos de ictus, un 40 por ciento de los casos de demencia o cerca del 30 por ciento de los casos de epilepsia se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables, según ha señalado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam, en relación con los últimos estudios publicados.

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, que se conmemora este lunes, la SEN ha querido sumarse a su propósito de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica y poner el foco sobre la relevancia de la prevención de las enfermedades neurológicas. A este respecto, Porta-Etessam ha subrayado que "no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas".

Desde la SEN han puesto de relieve el último estudio publicado al respecto, 'Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021', divulgado en marzo de este año. En él se señala que más del 84 por ciento de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo identificados, siendo la hipertensión (57,3%) el mayor de ellos.

Por su parte, controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63 por ciento y controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15 por ciento.

Además, el tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 por ciento) que en mujeres (3 por ciento). Factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que se realice.

Actualmente, más del 43 por ciento de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18 por ciento en los últimos 20 años, lo que hace que las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18 por ciento superior respecto a la media mundial y también un 1,7 por ciento superior a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de la población. Además, también son la principal causa de discapacidad, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica. El año pasado, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos.



Lo Más Leído

- 1 CAF aprueba financiamiento para Santander y EFE por US\$650 millones en jornada histórica para Chile y la región
- 2 Controlador de Banmédica comunica intención de vender sus operaciones en Chile, Perú y Colombia
- 3 Índice de Costos del Transporte registró una baja mensual de 1,6% en junio
- 4 Un fallo en la plataforma CrowdStrike provoca la caída de Microsoft e incidencias a nivel global en bancos y aerolíneas
- 5 Enjoy presenta una nueva propuesta de Acuerdo de Reorganización Judicial
- 6 Camanchaca adquiere el 100% de Camanchaca Pelágicos Sur
- 7 Arauco concreta la venta de sus acciones en compañías forestales brasileñas por US\$1.168 millones
- 8 CMF monitorea funcionamiento del sistema financiero tras falla reportada en herramienta de Microsoft Windows
- 9 Ex CEO de Nestle: "El agua no es un derecho humano, debe ser privatizada"
- 10 Boeing pronostica la demanda de 44.000 nuevos aviones hasta 2043 a medida que los viajes aéreos superen los niveles previos a la pandemia

europa press

Política sanitaria

Neurólogos señalan que el 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables

Agencias

Lunes, 22 de julio de 2024, 11:32 h (CET)

@DiarioSigloXXI

MADRID, 22 (EUROPA PRESS)

Casi un 90 por ciento de los casos de ictus, un 40 por ciento de los casos de demencia o cerca del 30 por ciento de los casos de epilepsia se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables, según ha señalado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam, en relación con los últimos estudios publicados.

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, que se conmemora este lunes, la SEN ha querido sumarse a su propósito de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica y poner el foco sobre la relevancia de la prevención de las enfermedades neurológicas. A este respecto, Porta-Etessam ha subrayado que "no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas".

Desde la SEN han puesto de relieve el último estudio publicado al respecto, 'Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021:a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021', divulgado en marzo de este año. En él se señala que más del 84 por ciento de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 10 factores de riesgo identificados, siendo la hipertensión (57,9%)

Noticias relacionadas

SEMES aconseja vigilar a los niños, usar chaleco salvavidas y respetar las banderas del mar para prevenir ahogamientos

Expertos aconsejan fomentar la autonomía de las personas con Alzheimer para ralentizar el deterioro cognitivo

Un estudio revela la necesidad de mejorar la formación y los protocolos en España para el síndrome de Dravet

El IMDEA liderará desde el otoño un proyecto para mejorar estado metabólico de pacientes con cáncer de pulmón

Un estudio confirma la seguridad de la ablación por campo pulsado contra la fibrilación auricular



casi cuatro veces mayor en hombres (11 por ciento) que en mujeres (3 por ciento). Factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que se realice.

Actualmente, más del 43 por ciento de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18 por ciento en los últimos 20 años, lo que hace que las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18 por ciento superior respecto a la media mundial y también un 1,7 por ciento superior a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de la población. Además, también son la principal causa de discapacidad, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica. El año pasado, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos.

TE RECOMENDAMOS



Audi Q5 Sportback

**Por 490€/mes* a 36 cuotas,
seguro y mantenimiento incl.
Entrada:15.422€**



Nuevo Jeep Avenger

**Nuevo Jeep Avenger.
Combinación única de estilo y
funcionalidad**



Sociedad

Más del 43% de la población mundial padece una enfermedad neurológica

Agencias

Lunes, 22 de julio de 2024, 11:25 h (CET)

@DiarioSigloXXI 

MADRID, 22 (SERVIMEDIA)

Más del 43% de la población mundial padece una enfermedad neurológica además de aumentar la discapacidad que provocan estas patologías en un 18% en los últimos 20 años, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Con motivo de la celebración el 22 de julio del Día Mundial del Cerebro, la SEN indicó que estas cifras sitúan a las enfermedades neurológicas como la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo padecen algún tipo de discapacidad por estas patologías y más de 11 millones fallecen cada año por alguna de estas afecciones.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia del 18% superior respecto a la media mundial y también un 1,7% superó a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de la población.

Además, también son la principal causa de discapacidad en España, siendo las responsables del 44% de la discapacidad por enfermedad crónica y, el año pasado, según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14% de los fallecimientos, con enfermedades como las demencias (con más de 35.000 fallecimientos, principalmente por la enfermedad de Alzheimer) o el ictus (con casi 26.000 fallecimientos) liderando la tabla de las principales causas de defunción en España en 2023.

ICTUS Y ALZHEÍMER

A este respecto, el presidente de la SEN, el doctor Jesús Porta-Etessam, destacó que "la gran mayoría de las enfermedades neurológicas son de carácter crónico, es decir, no tienen cura, y aunque en los últimos años se ha avanzado mucho en la mejora de los tratamientos de muchas de ellas, siguen causando una gran discapacidad y mortalidad".

Noticias relacionadas

Un vecino de Canarias tenía en su casa tarántulas y escorpiones en envases de plástico

CECU pide "orientar" la futura Estrategia Nacional de Alimentación a "fomentar" dietas "saludables, sostenibles y asequibles"

Más del 43% de la población mundial padece una enfermedad neurológica

Evalúan el riesgo de la presencia de fitosanitarios en Doñana y Tablas de Daimiel

El Hospital de Burgos establece un protocolo de detección precoz de la enfermedad renal basado en una analítica de orina

“Enfermedades como el ictus, la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis y la meningitis, o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos en todo el mundo y además, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, también lo son en la carga de discapacidad global”, añadió.

Por ello, abordar los factores de riesgo de muchas de estas enfermedades puede servir para cambiar radicalmente el impacto de las enfermedades neurológicas. Son numerosos los estudios que apuntan a que casi un 90% de los casos de ictus, casi un 40% de los casos de demencia o cerca del 30% de los casos de epilepsia, se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables.

FACTORES DE RIESGO

De hecho, el último estudio publicado al respecto, el ‘Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021’ divulgado en marzo de este año, señalaba que más de 84% de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo ya identificados, entre ellos, la hipertensión (57,3%).

Además, controlar la diabetes podría reducir la carga del alzhéimer y de otras demencias en casi un 15%. El tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11%) que en mujeres (3%).

Además, factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que realicemos.

Por ello, el doctor Porta-Etessam, subrayó que "cuando hablamos de salud cerebral y prevención, estamos hablando de proteger nuestra salud tanto en el presente como en el futuro. Y no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas, para mitigar su impacto controlando y/o evitando los factores de riesgo de estas enfermedades”.

TE RECOMENDAMOS

notimérica / vida

El 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables

- Publicidad -



o - Resonancia magnética del cerebro.
- ISTOCK - Archivo

MADRID, 22 Jul. (EUROPA PRESS) -

-Publicidad-

Casi un 90 por ciento de los casos de ictus, un 40 por ciento de los casos de demencia o cerca del 30 por ciento de los casos de epilepsia se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables, según ha señalado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam, en relación con los últimos estudios publicados.

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, que se conmemora este lunes, la SEN ha querido sumarse a su propósito de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud

- Publicidad -

las enfermedades neurológicas desde edades tempranas".

Desde la SEN han puesto de relieve el último estudio publicado al respecto, 'Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021', divulgado en marzo de este año. En él se señala que más del 84 por ciento de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo identificados, sienc

- Publicidad -

intelectual en un 63 por ciento y controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15 por ciento.

Además, el tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 por ciento) que en mujeres (3 por ciento). Factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que se realice.

Actualmente, más del 43 por ciento de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18 por ciento en los últimos 20 años, lo que hace que las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18 por ciento superior respecto a la media mundial y también un 1,7 por ciento superior a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de la población. Además, también son la principal causa de discapacidad, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica. El año pasado, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos.



Reloj inteligente de 39 € que controla el azúcar en sangre sin...

Dotmalls

[ABRIR](#) >

Anuncio



El Tiempo

Seguir

74.6K Seguidores



Estudio afirma que el sexo es una herramienta clave para combatir el insomnio

Historia de Daniel Felipe Santanilla Ayala • 11 mes(es) •

3 minutos de lectura

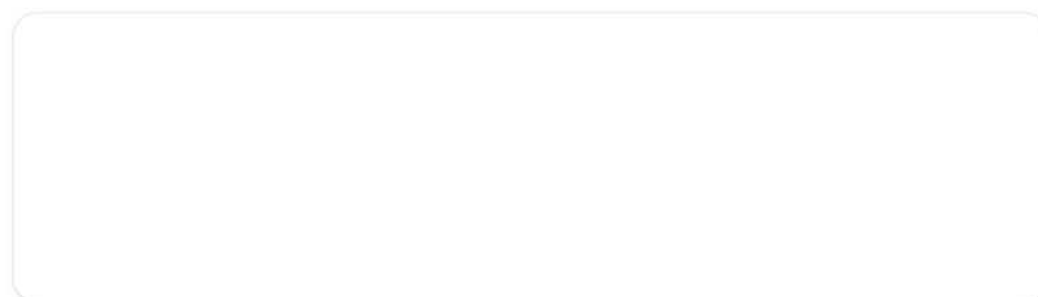


Comentarios

La persona que está soñando tiene un menor control sobre el contenido.
© iStock

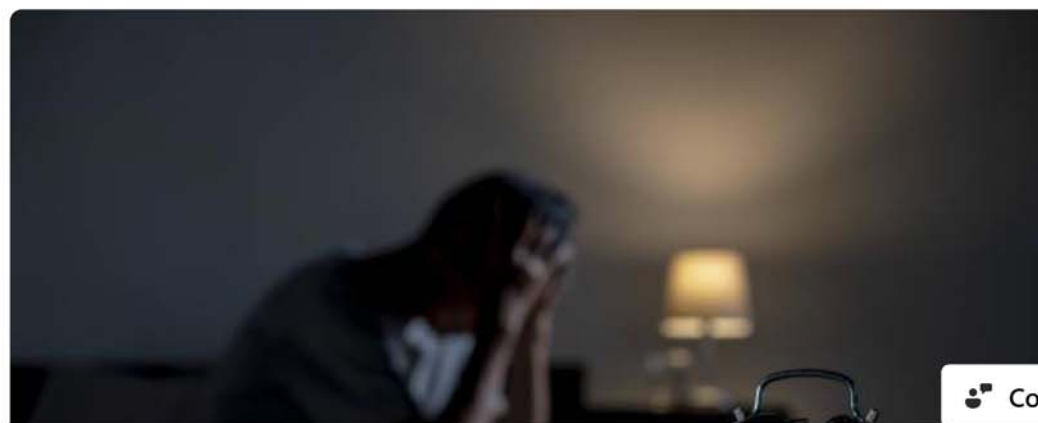
Según investigadores, la calidad de nuestro sueño podría mejorar mucho si tenemos relaciones.

El insomnio es uno de los grandes pesares de nuestro siglo, que afecta a muchísimas personas de todo el mundo, debido a una serie de problemas psicológicos como lo son la ansiedad y la depresión, así como por otros factores.



Lo cierto es que de acuerdo con datos aportados por la Sociedad Española de Neurología (SEN), **entre un 25 y un 35% de la población adulta de dicho país padece insomnio transitorio y entre un 10 y un 15%**, unos cuatro millones de personas, sufre de insomnio crónico. (Le recomendamos leer: [Atención: Julio de 2023 batió el récord del mes más caluroso en la Tierra](#))

El insomnio crónico puede tener graves consecuencias para la salud física y mental, con una disminución del rendimiento cognitivo y laboral, gran irritabilidad, ansiedad y depresión. Además, **puede aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares, metabólicas y trastornos psiquiátricos.**



 Comentarios



└ Sufrir de insomnio o no descansar adecuadamente puede ocasionar alteraciones en la salud. iStock
© Proporcionado por El Tiempo

Hay que decir que en los últimos días se ha descubierto una forma natural de remediarla, como lo es una mejora en la actividad sexual.

El método y las conclusiones del estudio

En los últimos días, un grupo de investigadores que fueron comandados por la doctora Carlotta Florentine Oesterling, **reclutaron a unas 256 personas para estudiar el efecto que el sexo tiene en el sueño.**(Le recomendamos leer:[Halloween: parques de Universal revela las casas embrujadas para esta temporada](#))

Cada uno de estos participantes tuvieron que responder un cuestionario sobre temas relacionados con sus características demográficas, salud mental o trastornos del sueño, disfunción sexual, medicación y consumo de alcohol o cafeína. **Entre las preguntas también se incluía un cuestionario acerca de cómo los participantes percibían retrospectivamente la relación de la actividad sexual** (incluidas las relaciones sexuales y la masturbación).

👤 Comentarios

con y sin orgasmo) con el tiempo que les costaba dormirse y la calidad del sueño.

Luego, durante unos 14 días, estos postulantes recibieron un correo electrónico con un link a una encuesta que tenían que contestar nada más levantarse sobre su consumo de alcohol, menstruación y eventos inusuales en las últimas 24 horas que podrían haber influido en el sueño. **Los participantes también indicaron si habían tenido actividad sexual o no, en los que tenían que agregar ciertos detalles privados.** Por último, los datos fueron recopilados en un artículo titulado "The influence of sexual activity on sleep: A diary study" (La influencia de la actividad sexual en el sueño: un estudio diario), publicado en la revista Journal of Sleep Research. **Las conclusiones revelaron que el sexo en pareja y la masturbación con orgasmo se perciben como una reducción en el tiempo necesario para conciliar el sueño y aumentan la calidad del mismo tanto en hombres como en mujeres.** (Le recomendamos leer: [Renuncias en Minciencias se suman a voces que alertan sobre acoso laboral en la cartera](#))

Sin embargo, los resultados reales del estudio difirieron ligeramente con respecto a las percepciones, ya que si bien **el sexo en pareja con orgasmo sí que redujo el tiempo para conciliar el sueño y mejoró la calidad del mismo, la masturbación con orgasmo no tuvo ningún efecto sobre el sueño.** Además, el sexo en pareja y la masturbación sin orgasmo no influyeron en el sueño. Es por ello que los autores del estudio concluyeron que es necesario continuar con la investigación y ampliar la muestra de sujetos debido a que la sexualidad se entiende de manera diferente en todas las culturas.

EL UNIVERSAL - GDA

MÉXICO

 Comentarios

El insomnio nos priva de una vida saludable

22 de julio de 2024 en **Vida saludable**



El **insomnio** se trata de una dificultad para iniciar y/o mantener el sueño, o la sensación de no haber dormido un sueño reparador. La mayoría de los casos de insomnio tienen un inicio agudo, coincidiendo con situaciones de estrés, y tienden a cronificarse en un porcentaje elevado de los casos.

El **insomnio** es un mal del que nadie está exento y, de hecho, **el 50% de los españoles lo sufren**. Una baja calidad del sueño puede desembocar en problemas de salud tanto físicos como mentales y privarnos de una [vida saludable](#).

¿Cómo podemos combatirlo?

Más de 4 millones de personas en nuestro país sufren insomnio crónico. Además, una baja calidad del sueño puede derivar en irritabilidad, rabia, tristeza, agotamiento, depresión, diabetes o diferentes problemas cardíacos.



El insomnio es un problema realmente extendido y que condiciona de gran manera a quienes lo padecen, dicen los que no duermen y no concilian el sueño que es una pesadilla sin comparación. La asemejan a una especie de **tortura psicológica** en la que el cansancio se mezcla con la vigilia en un bucle difícil de abandonar.

Los 3 desencadenantes

Hay **tres desencadenantes del insomnio** en los que los expertos hacen hincapié y que debemos conocer para abordar el tema. **Predisposición**, es decir, la tendencia de las personas a no poder desconectar por su personalidad, ya sea porque son nerviosas, controladoras o perfeccionistas. **Precipitante** es la que alude a un suceso que desencadena preocupación ansiedad o insomnio como puede ser una muerte cercana, un divorcio o un posible despido del trabajo. **Perpetua** es cuando la angustia por no dormir se repite y se convierte en otra barrera más que sobrepasar hasta volver a descansar adecuadamente.

España, un país que duerme mal

La Sociedad Española de Neurología calcula que **el 48% de la población adulta y el 25% de la población infantil no goza de un sueño de calidad**. Tendemos a vivir tarde, a irnos a dormir tarde y a sociabilizar más. España es un país en el cual dormimos especialmente peor y si a eso le unimos un sistema sanitario poco preparado para un problema tan frecuente, eso explica que realmente **somos el país europeo que más benzodiacepinas consume**.

Nuestro estilo de vida tiene mucho que ver en cómo descansamos así como nuestro huso horario, España no está en el que debería estar. En principio ahora **tendría que ser una hora antes**. Entonces claro, **nos estamos levantando una hora antes**, es decir, **un chaval que se está levantando a las siete de la mañana, en realidad, en su cerebro se está levantando a las seis y cuando estamos en horario de verano, se están levantando las cinco**.

Esto explica por qué en España aguantamos más despiertos que en otras culturas europeas y esto afecta a toda nuestra forma de vivir y descansar. En nuestro país, las mujeres duermen, por estadística, peor que los hombres y a pesar del problema que tenemos, solo uno de cada tres insomnes visita al médico.

Dormimos peor que hace 20 años y eso, es un hecho. Del 2000 al 2019 «**ha pasado de un 6% a un 14% que cumpla criterios de insomnio crónico**».

Estos consejos nos pueden ayudar a dormir y descansar mejor para tener una vida saludable:

- **Tener ganas de dormir.** Debemos evitar la visión de ver el ir a la cama como «una pérdida de tiempo» porque es beneficioso y necesario.
- **Separar el ejercicio físico de la hora de dormir.** El ejercicio es bueno para generar cansancio pero debemos dejar unas horas de reposo para que no actúe como excitante.
- **No aumentar mucho la temperatura corporal antes de dormir.** Priorizar las duchas antes de dormir.
- **Hacer pequeños rituales antes de dormir.** Se debe realizar pequeñas tareas como preparar la ropa del siguiente día, hablar con la familia o pensar.
- **Apagar el móvil 2 horas antes de dormir.** Debemos evitar la luz azul que puede alterar nuestros ritmos del sueño.
- **Utilizar esas dos horas para desconectar o para tomar conciencia de los problemas.** Esto ayudará a despejar nuestra mente de cara a ir a dormir.



Ocio

La vida contigo Cine Series Mascotas Gastronomía Hogar Televisión Cata Mayor Famosos Turismo Fiestas

EN DIRECTO

NUEVO HALLAZGO

Sí, la aspirina ayuda a dormir mejor: un nuevo estudio ha descubierto otros beneficios de este medicamento

- Científicos de Estados Unidos han llegado a la conclusión de que el ácido acetilsalicílico en dosis bajas puede reducir las respuestas inflamatorias a la restricción del sueño
- [España no duerme: el 60% de los ciudadanos tiene problemas para conciliar el sueño](#)



Descubren un nuevo beneficio de la aspirina / FREEPIK



Marta Alberca

Madrid 22 JUL 2024 12:55



Entre los fármacos que más se consumen en España se encuentran **los analgésicos y antipiréticos**, los anticoagulantes y los ansiolíticos, según la [Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios](#). Uno de los más vendidos es el ácido acetilsalicílico, conocido comúnmente como aspirina. Es un medicamento antiplaquetario utilizado para prevenir la formación de coágulos de sangre y **reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares**. Los médicos lo recetan en pacientes con riesgo de trombosis y es de uso crónico.

PUBLICIDAD

Además de sus propiedades antiinflamatorias, se ha utilizado siempre para otro tipo de menesteres médicos como para bajar la temperatura corporal. Ahora, un nuevo estudio presentado en la reunión anual *SLEEP 2024* del mes de junio en Houston, Texas (Estados Unidos), ha descubierto que el ácido acetilsalicílico en dosis bajas [puede reducir las respuestas inflamatorias a la restricción del sueño](#).

¿Es realmente bueno tomarse una aspirina para prevenir infartos o ictus?



Los resultados sugieren que, en comparación con un placebo, el consumo preventivo de una dosis baja de aspirina durante períodos de privación de sueño reduce las respuestas inflamatorias. "La novedad de este estudio es que investigó si podemos reducir farmacológicamente **las consecuencias inflamatorias de la restricción del sueño**", explico Larissa Engert, doctora en fisiología del comportamiento del *Beth Israel Deaconess Medical Center* y la división de medicina del sueño de la Facultad de Medicina de Harvard en Boston.

¿Cómo han llegado a esta conclusión?

Los investigadores recopilaron datos de 46 adultos sanos (19 mujeres y 27 hombres de entre 19 y 63 años de edad) mediante un ensayo cruzado aleatorio controlado con placebo, utilizando tres protocolos distintos: el primero, restricción del sueño con aspirina; el segundo, **se basa en restricción del sueño con placebo**; finalmente, el tercer protocolo versaba en un control de sueño con placebo. Cada protocolo incluyó una fase en casa de 14 días seguida de una estancia hospitalaria de 11 días. En la condición de restricción del sueño con aspirina, los participantes tomaron dosis bajas de aspirina tanto durante la fase que tuvieron que permanecer en sus hogares como en el hospital.

PUBLICIDAD

Cada estancia hospitalaria comenzó con dos noches de sueño de ocho horas. Posteriormente, bajo las condiciones de restricción del sueño, los participantes solo pudieron dormir cuatro horas por noche durante cinco noches, seguidas de tres noches de sueño de recuperación. En la condición de control de sueño, **los participantes tuvieron la oportunidad de dormir ocho horas durante toda la estancia hospitalaria**. Las medidas inmunológicas y del sueño se evaluaron al inicio y en varios puntos a lo largo de todos los días que duró la investigación.

Una vez analizados los resultados, los expertos descubrieron que la disminución de la actividad de la vía inflamatoria, inducida por la administración de aspirina en los participantes con restricción de sueño, se correlacionó con una reducción en la latencia de inicio del sueño y una mayor eficiencia del mismo durante el período de recuperación. **12 millones de españoles sufren de insomnio**, según la Sociedad Española de Neurología. Además, el 60% considera que su sueño no es de calidad, tal y como concluye el Observatorio Unobravo sobre los trastornos del sueño. Pero aún hay más: no se duerme igual en todas comunidades autónomas, mientras que en Valencia, Andalucía y Cataluña los resultados no son nada esperanzadores; en País Vasco y Aragón arrojan algo de luz.



El desabastecimiento de medicamentos se enquista en las farmacias españolas



Se sabe que [las deficiencias de sueño](#), como las se pueden dar con los síntomas de insomnio o aquellos que pueden dormir muy pocas horas seguidas, aumentan el riesgo de múltiples enfermedades crónicas, por lo que este hallazgo plantearía una potencial manera de disminuir las consecuencias negativas para la salud relacionadas con la deficiencia de sueño.

TEMAS

MEDICAMENTOS

AGENCIA EUROPEA DEL MEDICAMENTO

Comenta esta noticia

PUBLICIDAD

Pinche aquí

Suscríbase a nuestro canal de WhatsApp

Directo

Putin prefería una victoria de Biden y Obama evita dar su apoyo a Harris

El 90% de los casos de ictus y el 40% de demencia se evitarían con hábitos cerebrosaludables

Hoy se conmemora el Día Mundial del Cerebro, y la Sociedad Española de Neurología pone el foco en la prevención



▲**Más de 23 millones de personas en España padecen algún tipo de enfermedad neurológica** Freepik

ELENA CABALLERO ▾

Creada: 22.07.2024 13:11

Última actualización: 22.07.2024 13:11



Casi un 90% de los casos de ictus, un 40% de los casos de demencia, y cerca del

30% de los casos de epilepsia se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables, según ha señalado hoy el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam, y tal y como informa Ep.

ÚLTIMAS NOTICIAS SOCIEDAD



Salud

Primera operación en Europa para que pacientes tetraplégicos puedan respirar solos



Consumo

Alerta sanitaria: ordenan la retirada de un conocido salchichón ibérico y de bellota



Festivos

El macropuente de cuatro días desde este jueves del que nadie se acordaba en España

Este lunes se celebra **el Día Mundial del Cerebro**, y la SEN ha querido sumarse a su propósito de **concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica y poner el foco en la prevención**. A este respecto, Porta-Etessam ha subrayado que "no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de inculcar una **cultura de prevención** de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas".

Actualmente, **más del 43% de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica**, y para más inri, **la discapacidad que provocan ha aumentado** en más de un 18% en los últimos 20 años, lo que hace que estas enfermedades sean ya la **principal causa de discapacidad en el mundo**. Más de 3.400 millones de personas sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica, y **más de 11 millones fallecen cada año** por alguna de estas patologías.

En **España**, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con **una prevalencia un 18% superior respecto a la media mundial**, y también un **1,7% superior a la media de los países occidentales europeos**. Esto se debe, fundamentalmente, al **envejecimiento de la población**. Además, también son la principal causa de discapacidad, **siendo las responsables del 44% de la discapacidad** por enfermedad crónica. El año pasado, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14% de los fallecimientos.

Desde la SEN han puesto de relieve el último estudio publicado al respecto: "Carga mundial, regional y nacional de los trastornos que afectan al sistema nervioso, 1990-2021", un análisis sistemático divulgado en marzo de este año. En él se señala que **más del 84% de los casos de ictus son potencialmente prevenibles** mediante la reducción de la exposición a **18 factores de riesgo** identificados, siendo la **hipertensión** (57,3%) el mayor de ellos. Por su parte, **controlar la exposición al plomo** podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63%, mientras que **controlar la diabetes** podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15%.

El **tabaquismo** también se asocia con un **aumento del riesgo de enfermedades neurológicas** como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el **abuso en el consumo de alcohol** supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11%) que en mujeres (3%). Factores como **el sueño, el estrés y el aislamiento social** cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que se realice.

ARCHIVADO EN:

Cerebro / ictus / Alzheimer / neurologia / Salud

 0 [Ver comentarios](#)





 IT ES Euro > Mescolare

 È possibile prevenirne l'invecchiamento e proteggerlo dalle malattie?

MESCOLARE Giovanna  Celebrità ⌚ 34 minutes ago  REPORT





È possibile prevenirne l'invecchiamento e proteggerlo dalle malattie?

Conosciuto come **“Materia grigia”** è, accanto al cuore, **uno degli organi più vitali del nostro corpo** e quello responsabile del controllo delle nostre funzioni cognitive e delle azioni corporee. Oggi, **22 luglio** è celebrato **Giornata mondiale del cervello** appuntamento promosso dal 2014 dalla World Federation of Neurology con l'obiettivo di sensibilizzare sull'importanza di promuovere **salute neurologica**.

Oltre il 43% della popolazione mondiale soffre di qualche tipo di malattia neurologica. Negli ultimi 20 anni, la disabilità che causano è aumentata di oltre il 18%, rendendo le malattie neurologiche la principale causa di disabilità nel mondo. **Più di 3,4 miliardi di persone in tutto il pianeta soffrono di qualche tipo di disabilità dovuta a una malattia neurologica.** e altro ancora **Ogni anno muoiono 11 milioni di persone** a causa di una qualsiasi di queste patologie.

23 milioni di spagnoli soffrono di malattie neurologiche

In Spagna, più di 23 milioni di persone soffrono di malattie neurologiche, con una prevalenza superiore del 18% rispetto alla media mondiale e dell'1,7% superiore alla media dei paesi dell'Europa occidentale. Ciò è dovuto principalmente all'invecchiamento della nostra popolazione.

Sono anche i **principale causa di disabilità nel nostro Paese**, essendo responsabile del 44% delle invalidità dovute a malattie croniche. Secondo gli ultimi dati dell'INE sì **responsabile del 14% dei decessi** con malattie come la demenza (con oltre 35.000 decessi, principalmente dovuti al morbo di Alzheimer) o l'ictus (con quasi 26.000 decessi), in testa alla classifica delle principali cause di morte in Spagna nel 2023.

Nonostante i progressi degli ultimi anni nella cura di molte di queste malattie, **“continuano a causare gravi**

disabilità e mortalità. Malattie come l'ictus, il morbo di Alzheimer e altre demenze, l'epilessia, la sclerosi multipla, il morbo di Parkinson, l'encefalite e la meningite o la sclerosi laterale amiotrofica (SLA) sono responsabili di una grande percentuale di decessi in tutti", afferma il **Dott. Jesús Porta-Etessam** Presidente della Società Spagnola di Neurologia.



Reyes del ocio: Los 10 influencers Latinos más queridos del mundo

Brainberries



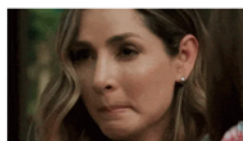
10 celebridades que hicieron el ridículo durante la alfombra roja

Brainberries



¿Quien hubiera pensado que este sería el destino de Almudena Cid?

Brainberries



Los rumores eran verdad: Carmen Villalobos nunca será la misma

Brainberries

Il recente studio pubblicato a questo proposito, "Global, regional, and national Burden of disorders thinking the nervoso sistema, 1990-2021: un'analisi sistematica per il Global Burden of Disease Study 2021" indica che **Oltre l'84% dei casi di ictus sono potenzialmente prevenibili** riducendo l'esposizione ai diciotto fattori di rischio già individuati, con la **ipertensione** (57,3%) in cima alla lista come maggior fattore di rischio per l'ictus.

Inoltre, il controllo dell'esposizione al piombo potrebbe ridurre il peso della disabilità intellettiva del 63% e monitorare **diabete** potrebbe ridurre del 15% il peso del morbo di Alzheimer e di altre demenze. Lui **fumare** È anche associato ad un aumento del rischio di malattie neurologiche come la sclerosi multipla o l'ictus, e il consumo eccessivo di alcol comporta un rischio di epilessia quasi quattro volte maggiore negli uomini che nelle donne. Altri fattori come il sonno, lo stress o l'isolamento sociale sono sempre più riconosciuti come fattori che contribuiscono maggiormente allo sviluppo di patologie neurologiche, così come il tipo di dieta e l'esercizio fisico che svolgiamo.

A questo proposito afferma il Dott. Jesús Porta-Etessam **Circa il 90% dei casi di ictus e quasi il 40% dei casi di demenza potrebbero essere evitati adottando abitudini "salutari per il cervello".**

Consigli per prevenire le malattie neurologiche

- Fa **attività che stimolano l'attività cerebrale** e mantenerti cognitivamente attivo come leggere, scrivere, giocare a giochi da tavolo o svolgere attività manuali.
- **Evitare il sovrappeso e svolgere regolarmente qualche tipo di attività fisica.**
- **Evita** loro tossici come **tabacco, alcol, droghe e inquinamento ambientale.**
- **Controllo** altri fattori di rischio vascolare come **diabete, pressione sanguigna o iperglicemia.**
- **Rafforzare le tue relazioni sociali ed emotive** evitando la mancanza di comunicazione e l'isolamento sociale.
- Seguirne uno **dieta bilanciata** e scegli **cibo naturale.**
- Prova a **dormire circa 8 ore al giorno:** Un sonno di qualità è essenziale per la salute del cervello.
- **Moderare l'uso dei social network, di Internet e degli schermi digitali.**
- **Proteggi il tuo cervello da possibili attacchi fisici dall'esterno** utilizzando la cintura di sicurezza negli

autoveicoli e il casco in qualunque attività che lo richieda.

- **Elimina lo stress** in tutti gli ambiti della vita, ove possibile, e mantenere un atteggiamento positivo.

Seguici sul nostro canale WhatsApp e non perdere le ultime novità e novità di anten3noticias.com

For Latest Updates Follow us on [Google News](#)

CONTENIDO PROMOCIONADO



10 ciudades violentas en las que necesitas ojos en la espalda

BRAINBERRIES



Mas que mil palabras: 12 fotos de Lady Diana te sorprenderán

BRAINBERRIES



6 consejos para tener unos dientes 100% libres de placa

BRAINBERRIES



(<https://www.webconsultas.com/>)



> (<https://www.webconsultas.com/noticias>)



Noticias de Tercera edad

> (<https://www.webconsultas.com/noticias/tercera-edad>)

Más de 4 de cada 10 personas en el mundo padece una enfermedad neurológica

En el Día Mundial del Cerebro, desde la SEN recuerdan que casi la mitad de la población padece alguna enfermedad neurológica, que son responsables del 44% de la discapacidad y del 14% del total de fallecimientos, y que en gran parte pueden prevenirse cuidando el cerebro.



Compartido: 1



Por: [JOSÉ GONZÁLEZ SANCHO \(HTTPS://WWW.WEBCONSULTAS.COM/AUTORES/JOSE-GONZALEZ\)](https://www.webconsultas.com/autores/jose-gonzalez)
22/07/2024

[X\(https://twitter.com/jgwebconsultas\)](https://twitter.com/jgwebconsultas)

[inhttps://www.linkedin.com/in/josegonzalezsancho/](https://www.linkedin.com/in/josegonzalezsancho/)

El 22 de julio se celebra cada año el [Día Mundial del Cerebro \(https://wfneurology.org/world-brain-day-2024\)](https://wfneurology.org/world-brain-day-2024), una fecha establecida en 2014 por la Federación Mundial de Neurología (WFN, por sus siglas en inglés) para concienciar sobre la importancia de promover la salud neurológica. Este año, el enfoque está en promover la concienciación y la educación sobre los trastornos neurológicos que afectan a personas de todo el mundo, con el fin de prevenirlos. Y es que, los datos cuanto menos llaman la atención de este problema global, ya que actualmente más del 43% de la población mundial sufre alguna enfermedad neurológica, y la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18% en las últimas dos décadas, convirtiéndolas en la principal causa de discapacidad a nivel mundial, tal y como recuerdan desde la [Sociedad Española de Neurología \(SEN\) \(https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link449.pdf\)](https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link449.pdf). Los trastornos neurológicos siguen contribuyendo de manera significativa a la cantidad de años de vida ajustados por discapacidad, y afectan la salud mundial a través de afecciones como accidentes cerebrovasculares, migrañas, enfermedad de Alzheimer, meningitis y epilepsia. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo padecen alguna discapacidad debido a enfermedades neurológicas, y más de 11 millones mueren anualmente por estas patologías.

▼ PUBLICIDAD

Solo en España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18% superior respecto a la media mundial y también un 1,7% superior a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de nuestra población. Además, también son la principal causa de discapacidad en España, siendo las responsables del 44% de la discapacidad por enfermedad crónica y, el año pasado, según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14% de los fallecimientos, con enfermedades como las demencias (con más de 35.000 fallecimientos, principalmente por la enfermedad de Alzheimer) o el [ictus \(https://www.webconsultas.com/ictus/ictus-582\)](https://www.webconsultas.com/ictus/ictus-582) (con casi 26.000 fallecimientos) liderando la tabla de las principales causas de defunción en España en 2023.

▼ PUBLICIDAD

■ Gran parte de los trastornos neurológicos se pueden prevenir cuidando el cerebro

"La gran mayoría de las enfermedades neurológicas son de carácter crónico, es decir, no tienen cura, y aunque en los últimos años se ha avanzado mucho en la mejora de los tratamientos de muchas de ellas, siguen causando una gran discapacidad y mortalidad. Enfermedades como el ictus, la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis y la meningitis, o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos en todo el mundo y además, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, también lo son en la carga de discapacidad global", señala el Dr. Jesús Porta-Etessam, Presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Sin embargo, es alentador que una proporción sustancial de estos casos se pueda prevenir. "Abordar los factores de riesgo de muchas de estas enfermedades puede servir para cambiar radicalmente el impacto de las enfermedades neurológicas. Son numerosos los estudios que apuntan a que casi un 90% de los casos de ictus, casi un 40% de los casos de demencia o cerca del 30% de los casos de epilepsia, se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables".

El 90% de los casos de ictus, el 40% de los casos de demencia o el 30% de los casos de epilepsia podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro

El último estudio publicado al respecto, el '[Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021 \(https://www.thelancet.com/journals/lanneur/article/PIIS1474-4422\(24\)00038-3/fulltext\)](https://www.thelancet.com/journals/lanneur/article/PIIS1474-4422(24)00038-3/fulltext)' divulgado en marzo de este año, indicaba que más del 84% de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo ya identificados, siendo la hipertensión (57,3%) el mayor factor de riesgo para el ictus. Además, controlar la

[SIGUIENTE](#)

el abuso de alcohol supone un riesgo casi cuatro veces mayor de epilepsia en hombres (11%) que en mujeres (3%). Además, factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social son cada vez más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de dieta y ejercicio que se realice.

▼ PUBLICIDAD

La realidad es que, en todo el mundo, hay en promedio sólo 3,1 neurólogos por cada 100.000 personas, y los países de bajos ingresos tienen una proporción mucho menor. Los países de bajos ingresos no tienen neurólogos o sus cifras son tan bajas como 0,1 neurólogos por cada 100.000 personas, en comparación con 7,1 por 100.000 en los países de altos ingresos. De ahí que garantizar el acceso igualitario a las medidas preventivas es esencial para crear un panorama de atención sanitaria más inclusivo y equitativo.

"Cuando hablamos de salud cerebral y prevención, estamos salvaguardando nuestro plan para el futuro. No se trata simplemente de reaccionar; se trata de cultivar activamente una cultura de prevención de enfermedades neurológicas. Nuestra dedicación a la prevención de trastornos neurológicos es la piedra angular de nuestra resiliencia para mañana", asegura el profesor Wolfgang Grisold, presidente de la Federación Mundial de Neurología.

▼ PUBLICIDAD

[SIGUIENTE](#)

por la Salud Cerebral' ya han hecho un llamamiento a la comunidad internacional sobre las implicaciones de las enfermedades neurológicas para la salud pública y la urgente necesidad de concienciar sobre las medidas preventivas. España no puede quedarse al margen de este llamamiento y más teniendo en cuenta el impacto que las enfermedades neurológicas tienen en vuestro país, superior al de otros países de nuestro entorno", comenta el Dr. Jesús Porta-Etessam.

Fuente: Sociedad Española de Neurología (SEN)

Actualizado: 22 de julio de 2024

ETIQUETAS:

[Cerebro \(https://www.webconsultas.com/categoria/tags/cerebro\)](https://www.webconsultas.com/categoria/tags/cerebro)

[Demencias \(https://www.webconsultas.com/categoria/tags/demencia\)](https://www.webconsultas.com/categoria/tags/demencia)

[Discapacidad \(https://www.webconsultas.com/categoria/tags/discapacidad\)](https://www.webconsultas.com/categoria/tags/discapacidad)

[Aparato circulatorio \(https://www.webconsultas.com/categoria/tags/aparato-circulatorio\)](https://www.webconsultas.com/categoria/tags/aparato-circulatorio)

[Ictus \(https://www.webconsultas.com/categoria/salud-al-dia/ictus\)](https://www.webconsultas.com/categoria/salud-al-dia/ictus)

[Alzhéimer \(https://www.webconsultas.com/categoria/salud-al-dia/alzheimer\)](https://www.webconsultas.com/categoria/salud-al-dia/alzheimer)

[La salud del mayor \(https://www.webconsultas.com/tercera-edad/la-salud-del-mayor\)](https://www.webconsultas.com/tercera-edad/la-salud-del-mayor)

▼ PUBLICIDAD

💡 También te puede interesar...

[SIGUIENTE](#)

Más de una enf

Por Nova Ciencia



¿Te suscribes para recibir las últimas noticias de Novaciencia.es?

NO, gracias

Sí

- La discapacidad que provocan las enfermedades neurológicas ha aumentado en todo el mundo más de un 18% en los últimos 20 años.
- En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica.
- En España, las enfermedades neurológicas son las responsables del 44% de la discapacidad por enfermedad crónica y del 14% del total de fallecimientos (principalmente debido al Alzheimer y otras demencias y el ictus)
- El 90% de los casos de ictus y el 40% de los casos de Alzheimer podrían evitarse cuidando adecuadamente nuestro cerebro.

Banco de Cerebros en el Hospital La Arrixaca de Murcia. Foto: CARM.

Hoy, 22 de
2014 por la
propósito d
que este añ
prevención



¿Te suscribes para recibir las últimas noticias de
Novaciencia.es?

NO, gracias

SÍ

e el año
glés) con el
lógica, y
e la

Actualmente más del 43 % de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18% en los últimos 20 años, lo que hace que las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18% superior respecto a la media mundial y también un 1,7% superior a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de nuestra población. Además, también son la principal causa de discapacidad en España, siendo las responsables del 44% de la discapacidad por enfermedad crónica y, el año pasado, según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14% de los fallecimientos, con enfermedades como las demencias (con más de 35.000 fallecimientos, principalmente por la enfermedad de Alzheimer) o el ictus (con casi 26.000 fallecimientos) liderando la tabla de las principales causas de defunción en España en 2023.

“La gran mayoría de las enfermedades neurológicas son de carácter crónico, es decir, no tienen cura, y aunque en los últimos años se ha avanzado mucho en la mejora de los tratamientos de muchas de ellas, siguen causando una gran discapacidad y mortalidad. Enfermedades como el ictus, la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis y la meningitis, o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos en todo el mundo y además, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, también lo son en la carga de discapacidad global”, señala el Dr. Jesús Porta-Etessam, Presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN). “Pero abordar los factores de riesgo de muchas de estas enfermedades puede servir para cambiar

radicalmen
estudios qu
casos de de
llevando a



¿Te suscribes para recibir las últimas noticias de
Novaciencia.es?

os los
0% de los
evitar

[NO, gracias](#)

[Sí](#)

El último es

burden of

disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021" divulgado en marzo de este año, señalaba que más de 84% de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo ya identificados –siendo la hipertensión (57,3%) el mayor factor de riesgo para el ictus-, que controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63%, o que controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15%.



¿Te suscribes para recibir las últimas noticias de Novaciencia.es?

NO, gracias

SÍ

El tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11%) que en mujeres (3%). Además, factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que realicemos.

«Cuando hablamos de salud cerebral y prevención, estamos hablando de proteger nuestra salud tanto en el presente como en el futuro. Y no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas, para mitigar su impacto controlando y/o evitando los factores de riesgo de estas enfermedades», comenta el Dr. Jesús Porta-Etessam. “Tanto la Organización Mundial de la Salud, con su ‘Plan de Acción Mundial Intersectorial sobre la Epilepsia y otros Trastornos Neurológicos’, como la Academia norteamericana de Neurología, con su ‘Plataforma y Declaración por la Salud Cerebral’ ya han hecho un llamamiento a la comunidad internacional sobre las implicaciones de las enfermedades neurológicas para la salud pública y la urgente necesidad de concienciar sobre las medidas preventivas. España no puede quedarse al margen de este llamamiento y más teniendo en cuenta el impacto que las enfermedades neurológicas tienen en vuestro país, superior al de otros países de nuestro entorno”.





MENÚ

Hoy

Anses

Padrón 2023

Crónica

Crónica HD

Diario Show

BAE Negocios

DEPO

SALUD

22-07-2024 10:05 Hs.

Señalan que el 90% de ictus y el 40% de demencia se evitan con hábitos cerebrosaludables

Novedades científicas en América Latina y el resto del Mundo

Por Redacción Veintitres



Casi un 90 por ciento de los de ictus, un 40 por ciento de casos de demencia o cerca por ciento de los casos de e se podrían evitar llevando a hábitos cerebrosaludables, : señaló el presidente de la S Española de Neurología (SE

RANKING DE NOTICIAS

La voz de África debe oírse en organizaciones internacionales, dice canciller congoleño



Casi la mitad de estadounidenses cree que Trump es un mejor orador que Biden



El jefe de la Duma rusa afirma que Biden creó problemas y huyó al ver que no ganaría



Elecciones de Estados Unidos: qué dijo Obama sobre la candidatura de Biden

Ver Más

Jesús Porta-Etessam, en relación con los últimos estudios publicados.

Con motivo del Día Mundial del Cerebro, que se conmemora este lunes, la SEN ha querido sumarse a su propósito de **concienciar** sobre la importancia de fomentar la salud neurológica y poner el foco sobre la relevancia de la prevención de las enfermedades neurológicas. A este respecto, Porta-Etessam subrayó que "no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas".

Desde la SEN han puesto de relieve el último estudio publicado al respecto, 'Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021', divulgado en marzo de este año. En él se señala que más del 84 por ciento de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo identificados, siendo la hipertensión (57,3%) el mayor de ellos.

Por su parte, controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 10 por ciento y controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias en casi un

Elecciones de Estados Unidos: qué dijo Obama sobre la candidatura de Biden

Ver Más

ciento.

Además, el tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 por ciento) que en mujeres (3 por ciento). Factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que se realice.

Actualmente, más del 43 por ciento de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18 por ciento en los últimos 20 años, lo que hace que las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

×

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18 por ciento superior respecto a la media mundial y también un 1,7 por ciento superior a la media de los países occidentales europeos debi

Elecciones de Estados Unidos: qué dijo Obama sobre la candidatura de Biden

[Ver Más](#)

principalmente, al envejecimiento de la población. Además, también son la principal causa de discapacidad, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica. El año pasado, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos.

Fuente: Europa Press

Agencia

NOTICIAS RELACIONADAS

El juez del 'caso Begoña' cambia la condición del rector de la UCM a investigado y le cita para el 29 de julio

Reino Unido cifra en más de 30.000 los efectivos de la Guardia Nacional desplegados en Ucrania

×

MÁS NOTICIAS
DE LA WEB

Elecciones de Estados Unidos: qué dijo Obama sobre la candidatura de Biden

Ver Más

tn.com.ar

¿Migraña o cefalea tensional?: cómo distinguir los dos tipos más frecuentes de dolor de cabeza

22 de julio 2024, 09:28hs

5-6 minutos

Aunque existen más de 200 clases, hay dos que son las más habituales y es importante identificarlas para tratarlas correctamente.



Es importante identificar a tiempo el tipo de dolor de cabeza.
(Foto: Adobe Stock)

El [dolor de cabeza](#) es algo que afecta a todas las personas en algún momento de su vida y hasta un 89% de la población masculina y un 99% de la femenina asegura padecer o haber

padecido dolor de cabeza en algún momento de su vida, según indicó la Sociedad Española de Neurología (SEN). Dentro de esta patología, las cefaleas primarias son el grupo más predominante, ya que suponen más del 90% de los casos.

“Aunque existen más de **200 tipos de cefaleas**, la tensional (con una prevalencia superior al 60% en la población) y la migraña (con un 15%), son las más habituales. Estos, junto con la cefalea en racimos, aglutinan el mayor porcentaje de pacientes que padece una cefalea crónica”, explica Pablo Irimia, coordinador del Grupo de Estudio de Cefaleas de la SEN.



El dolor de cabeza puede presentarse en cualquier momento.
(Foto: Adobe Stock)

Según el especialista, “si bien padecer una **cefalea primaria** ya suele conllevar un importante menoscabo en la salud y en la calidad de vida del paciente que la sufre, aún lo será más en función del tipo de dolor y de la recurrencia de las crisis”.

Migraña, uno de las más habituales

La **migraña** es una cefalea primaria frecuente e incapacitante. Estudios epidemiológicos documentaron su alta prevalencia y

enorme impacto socioeconómico y personal. De acuerdo con el estudio Global Burden of Disease Survey 2010, es el tercer trastorno más prevalente y la séptima causa de incapacidad en el mundo.

La III Edición de la Clasificación Internacional de las Cefaleas indica que este cuadro se divide en dos subtipos principales: sin aura y con aura. Sobre la migraña sin aura, se trata de un dolor de cabeza recurrente con episodios de 4 a 72 horas de duración. Las **características típicas** son localización unilateral, carácter pulsátil (la sensación de que la cabeza palpita), intensidad moderada o severa, empeoramiento con la actividad física y asociación con náuseas o fotofobia (molestia ante una luz demasiado intensa o deslumbrante) y fonofobia (miedo irracional a los sonidos fuertes).

Lee también [Los 6 consejos para tratar la migraña](#)

Por su parte, la migraña con aura se caracteriza por **episodios periódicos** de varios minutos de duración, con síntomas sensitivos o del sistema nervioso central unilaterales, transitorios y visuales, que se desarrollan progresivamente y suelen preceder a una cefalea.

La cefalea tensional, otra de las más frecuentes

La **cefalea tensional** es muy frecuente, con una prevalencia a lo largo de la vida en la población general que oscila entre el 30% y el 78% según los estudios, y tiene un muy alto impacto socioeconómico. Se presenta en forma de dolor que se localiza en la región occipital de la cabeza o en la frente, alcanzando en ocasiones a la región cervical.

El dolor se describe como una presión y no como un latido y suele ser de moderada intensidad. Puede acompañarse de

náuseas pero no de vómitos y de hipersensibilidad a la luz y el ruido. La cefalea tensional no empeora con la actividad física de rutina, a diferencia de la migraña. Suele estar presente todo el día y generalmente no suele impedir a la persona desarrollar su actividad física habitual.

Factores de riesgo para sufrir dolor de cabeza

Existen muchos factores de riesgo para padecer una cefalea primaria. Algunos de ellos no son modificables, como puede ser la edad, ser mujer o la **predisposición genética**. Pero sí que existen otros que, evitándolos o controlándolos, podrían reducir la aparición de las crisis. Estos son:

- Obesidad.
- Estrés.
- Depresión.
- Padecer algún trastorno del sueño, como la apnea del sueño.

Además, según informa la SEN, detrás de las principales causas de cronificación de una cefalea se encuentran dos factores que también pueden ser fácilmente modificables: la falta de diagnóstico y la automedicación.

“Debido a su alta prevalencia, la cefalea constituye el primer motivo de consulta en los Servicios de Neurología. Pero aun así, son pocas las personas que consultan su **dolor de cabeza** con un médico. Todo el mundo puede sufrirlo puntualmente, pero cuando este deja de ser esporádico, cuando el dolor interfiere en nuestras actividades diarias, es el momento de acudir al médico”, advierte Irimia.

En tanto, añadió: “No todos los dolores de cabeza se tratan igual, por lo que es fundamental **identificar** correctamente el

que padecemos. Sin diagnóstico y sin tratamiento, no solo limitaremos cada vez más nuestra calidad de vida, sino que será cada vez más complicado que respondamos adecuadamente a los tratamientos”.

[rtpa.es](https://www.rtpa.es)

Los expertos inciden en la importancia de la "salud cerebral y prevención" en el Día Mundial del Cerebro

RTPA

9-11 minutos

-
- [Oviedo](#)
 - [Gijón](#)
 - [Avilés](#)
 - [Cuencas](#)
 - [Centro](#)
 - [Oriente](#)
 - [Occidente](#)

Fuente: RTPA, 22 de julio. 2024 13:31

Ver la transcripción del vídeo de esta noticia Momento actual

- **0:01** Las enfermedades vasculares
- **0:02** habitualmente se inician
- **0:04** de una manera muy brusca con
- **0:06** un síntoma.
- **0:08** Por contra, las enfermedades

GACETA MÉDICA

La SEN señala que más del 43% de la población mundial padece una enfermedad neurológica

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, tal y como recuerdan por la celebración del Día Mundial del Cerebro

Por **Gaceta Médica** - 22 julio 2024

Este lunes 22 de julio, se celebra el Día Mundial de Cerebro, una fecha impulsada desde el año 2014 por la Federación Mundial de Neurología. La [Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#) ha destacado que tiene el propósito de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica. Así, **este año han querido poner el foco en la relevancia de la prevención de las enfermedades neurológicas**. Esto se debe a que en la actualidad, más del 43 por ciento de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica. Una cifra que **en España alcanza los 23 millones de personas**.

De este modo, no solo se han centrado en prevenir estas patologías, según han abordado en un comunicado. La discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18 por ciento en los últimos 20 años. Esto hace que **las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo**. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica. Más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

Los 23 millones de españoles que padecen algún tipo de enfermedad neurológica tienen una prevalencia un 18 por ciento superior respecto a la media mundial. Además, también es un 1,7 por ciento superior a la media de los países occidentales europeos. Según la SEN, se debe principalmente al envejecimiento de nuestra población. Además, también **son la principal causa de discapacidad en España**, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica.

Responsables del 14% de los fallecimientos



El año pasado, según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos, con enfermedades como las demencias (con más de 35.000 fallecimientos, principalmente por la enfermedad de Alzheimer) o el ictus (con casi 26.000 fallecimientos) **liderando la tabla de las principales causas de defunción en España en 2023**. El presidente de la SEN, Jesús Porta-Etessam, ha indicado que “la gran mayoría de las enfermedades neurológicas son de carácter crónico, es decir, no tienen cura, y aunque en los últimos años se ha avanzado mucho en la mejora de los tratamientos de muchas de ellas, siguen causando una gran discapacidad y mortalidad”.

“Enfermedades como el ictus, la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis y la meningitis, o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos en todo el mundo y además, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, también lo son en la carga de discapacidad global. **Pero abordar los factores de riesgo de muchas de estas enfermedades puede servir para cambiar radicalmente el impacto de las enfermedades neurológicas**. Son numerosos los estudios que apuntan a que casi un 90% de los casos de ictus, casi un 40 por ciento de los casos de demencia o cerca del 30 por ciento de los casos de epilepsia, se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables”, ha añadido.

Potencialmente prevenible

El último estudio publicado al respecto, divulgado en marzo de este año, señalaba que **más de 84 por ciento de los casos de ictus son potencialmente prevenibles**. Esto es posible mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo ya identificados, siendo la hipertensión (57,3 por ciento) el mayor factor de riesgo. También mediante el control de la exposición al plomo, que podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63 por ciento. Además, controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15 por ciento.

El **tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus**. El abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11 por ciento) que en mujeres (3 por ciento). Además, según ha recordado la SEN, factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, “cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas”. Igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que realicemos.

Prevención en salud cerebral

“Cuando hablamos de salud cerebral y prevención, **estamos hablando de proteger nuestra salud tanto en el presente como en el futuro**. Y no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas, para mitigar su impacto controlando y/o evitando los factores de riesgo de estas enfermedades”, ha comentado Porta-Etessam.

“Tanto la Organización Mundial de la Salud, con su ‘Plan de Acción Mundial Intersectorial sobre la Epilepsia y otros Trastornos Neurológicos’, como la Academia Americana de Neurología, con su ‘Plataforma y Declaración por la Salud Cerebral’ ya **han hecho un llamamiento a la comunidad internacional sobre las implicaciones de las enfermedades neurológicas para la salud pública y la urgente necesidad de concienciar sobre las medidas**



preventivas. España no puede quedarse al margen de este llamamiento y más teniendo en cuenta el impacto que las enfermedades neurológicas tienen en vuestro país, superior al de otros países de nuestro entorno”, según ha concluido.

También te puede interesar...

Gaceta Médica





ARAGÓN

Susíbete

Inicia sesión

TU HERALDO

Consulta aquí la portada de HERALDO de este martes, 23 de julio de 2024

SANIDAD

Día Mundial del Cerebro: el 90% de casos de ictus y el 40% de alzhéimer se evitarían con hábitos cerebrosaludables

Más del 43% de la población mundial padece una enfermedad neurológica.

Las diez claves para mantener un cerebro saludable, según la Sociedad Española de Neurología

EXCLUSIVO SUSCRIPTORES

HERALDO.ES NOTICIA / ACTUALIZADA 22/7/2024 A LAS 16:38



Este contenido es exclusivo para suscriptores

H

YA SOY SUSCRIPTOR

Suscripción mensual

Suscripción Anual

1[€]

ÚNETE

15[€]

ÚNETE

Más del 43% de la población mundial padece una enfermedad neurológica

EN ESPAÑA, MÁS DE 23 MILLONES DE PERSONAS PADECEN ALGÚN TIPO DE ENFERMEDAD NEUROLÓGICA



El 22 de julio se ha celebrado el Día Mundial de Cerebro, una fecha impulsada desde el año 2014 por la Federación Mundial de Neurología (WFN, por sus siglas en inglés) con el propósito de concienciar sobre la importancia de fomentar la salud neurológica, y que este año se ha querido destinar a poner el foco sobre la relevancia de la prevención de las enfermedades neurológicas. Actualmente más del 43% de la población mundial padece algún tipo de enfermedad neurológica pero, además, la discapacidad que provocan ha aumentado en más de un 18% en los últimos 20 años, lo que hace que las enfermedades neurológicas sean ya la principal causa de discapacidad en el mundo. Más de 3.400 millones de personas en todo el mundo sufren algún tipo de discapacidad por padecer alguna enfermedad neurológica y más de 11 millones de personas fallecen cada año por alguna de estas patologías.

En España, más de 23 millones de personas padecen algún tipo de enfermedad neurológica, con una prevalencia un 18% superior respecto a la media mundial y también un 1,7% superior a la media de los países occidentales europeos debido, principalmente, al envejecimiento de nuestra población. Además, también son la principal causa de discapacidad en España, siendo las responsables del 44% de la discapacidad por enfermedad crónica y, el año pasado, según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), fueron las responsables del 14% de los fallecimientos, con enfermedades como las

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestro sitio web. Si continúa utilizando este sitio asumiremos que está de acuerdo.

[Estoy de acuerdo](#) [Leer más](#)

“La gran mayoría de las enfermedades neurológicas son de carácter crónico, es decir, no tienen cura, y aunque en los últimos años se ha avanzado mucho en la mejora de los tratamientos de muchas de ellas, siguen causando una gran discapacidad y mortalidad. Enfermedades como el ictus, la enfermedad de Alzheimer y otras demencias, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis y la meningitis, o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos en todo el mundo y además, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, también lo son en la carga de discapacidad global”, señala el Dr. Jesús Porta-Etessam, Presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN). “Pero abordar los factores de riesgo de muchas de estas enfermedades puede servir para cambiar radicalmente el impacto de las enfermedades neurológicas. Son numerosos los estudios que apuntan a que casi un 90% de los casos de ictus, casi un 40% de los casos de demencia o cerca del 30% de los casos de epilepsia, se podrían evitar llevando a cabo hábitos cerebrosaludables”.

El último estudio publicado al respecto, el “Global, regional, and national burden of disorders affecting the nervous system, 1990-2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021” divulgado en marzo de este año, señalaba que más de 84% de los casos de ictus son potencialmente prevenibles mediante la reducción de la exposición a 18 factores de riesgo ya identificados –siendo la hipertensión (57,3%) el mayor factor de riesgo para el ictus-, que controlar la exposición al plomo podría reducir la carga de discapacidad intelectual en un 63%, o que controlar la diabetes podría reducir la carga de la enfermedad de Alzheimer y de otras demencias en casi un 15%. El tabaquismo también se asocia con un aumento del riesgo de enfermedades neurológicas como la esclerosis múltiple, las demencias o el ictus, y el abuso en el consumo de alcohol supone para la epilepsia un riesgo casi cuatro veces mayor en hombres (11%) que en mujeres (3%). Además, factores como el sueño, el estrés y el aislamiento social, cada vez son más reconocidos como grandes contribuyentes al desarrollo de patologías neurológicas, al igual que el tipo de la dieta y el ejercicio que realicemos.

“Cuando hablamos de salud cerebral y prevención, estamos hablando de proteger nuestra salud tanto en el presente como en el futuro. Y no se trata solo de reaccionar ante la aparición de algún tipo de enfermedad neurológica, sino de tratar de inculcar una cultura de prevención de las enfermedades neurológicas desde edades tempranas, para mitigar su impacto controlando y/o evitando los factores de riesgo de estas enfermedades”, comenta el Dr. Jesús Porta-Etessam. “Tanto la Organización Mundial de la Salud, con su ‘Plan de Acción Mundial Intersectorial sobre la Epilepsia y otros Trastornos Neurológicos’, como la Academia Americana de Neurología, con su ‘Plataforma y Declaración por la Salud Cerebral’ ya han hecho un llamamiento a la comunidad internacional sobre las implicaciones de las enfermedades neurológicas para la salud pública y la urgente necesidad de concienciar sobre las medidas preventivas. España no puede quedarse al margen de este llamamiento y más teniendo en cuenta el impacto que las enfermedades neurológicas tienen en vuestro país, superior al de otros países de nuestro entorno”.

Configuración de la privacidad y las cookies

Gestionado por Google Cumple el TCF de IAB. ID de CMP: 300

Utilizamos cookies para asegurar que damos la mejor experiencia al usuario en nuestro sitio web. Si continúa utilizando este sitio asumiremos que está de acuerdo.

[Estoy de acuerdo](#) [Leer más](#)