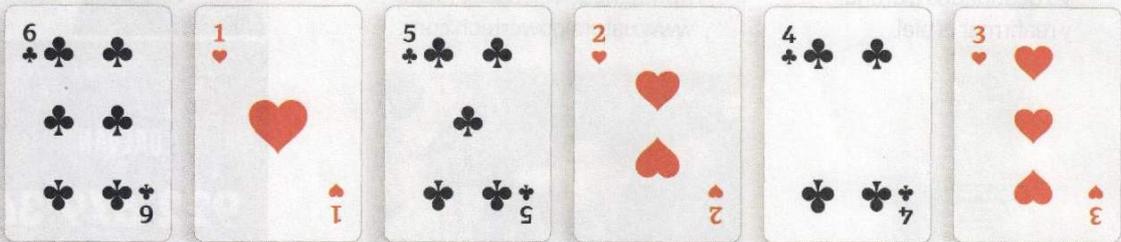


1 Julio, 2024

JUEGOS DE MEMORIA

Lógica

1. El naípe impostor. Hemos elegido unas cuantas cartas de la baraja francesa para montar esta secuencia. Obsévala con detenimiento. ¿Sabrías decir qué es lo que falla?



Concentración

2. Sudoku. Cada casilla vacía debe contener un número del 1 al 9, pero este no puede repetirse en ninguna fila, columna ni sección.

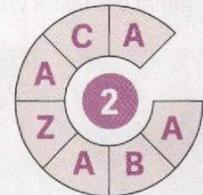
			1			5	2
8	6			9		4	7
		5	4	3			9
4		8			1		6
5				4	3		
3	2					1	8
		2	7				3
			6	9			
1	4			5			2

Atención

3. Palabras enroscadas. Encuentra la letra que falta y leerás una palabra. ¡No todas van en el sentido de las agujas del reloj!



ZARZUELA



Soluciones

1. El naípe impostor. El naípe que falla es el as. Lleva un 1 impreso en lugar de una A.

2. Sudoku

1	4	9	3	8	5	7	2	6
7	8	3	6	2	9	5	1	4
6	5	2	7	1	4	9	8	3
3	2	7	9	5	6	1	4	8
4	9	8	2	7	1	3	6	5
2	7	5	4	3	8	6	9	1
8	6	1	5	9	2	4	3	7
9	3	4	1	6	7	8	5	2

3. Palabras enroscadas
 Calabaza, convento y adúltero.



Con la colaboración de la Sociedad Española de Neurología (SEN)

Percepción

4. Idénticas. Fíjate en todos los detalles de estas dos fotografías y detecta las 5 diferencias que han aparecido al duplicar la original.



Cultura general

5. Sombreros tradicionales. Relaciona los sombreros de la columna de la izquierda con la comunidad autónoma de la que son originarios.

- | | | |
|-----------------------|---|---------------|
| Txapela | → | • Cataluña |
| Sancosmeiro | | • Andalucía |
| Calañés | | • Extremadura |
| Barretina | | • Euskadi |
| Rodina | | • Asturias |
| Parpusa | | • Galicia |
| Montera picona | | • Madrid |
| Gorra de Montehermoso | | • Valencia |

Observación

6. El refrán desmontado. Pon un poco de sentido en este barullo y conseguirás leer un dicho muy popular.



4. Idénticas

5. Sombreros tradicionales
 Txapela-Euskadi, Sancosmeiro-Galicia, Calañés-Andalucía, Barretina-Cataluña, Rodina-Valencia, Parpusa-Madrid, Montera picona-Asturias, Gorra de Montehermoso-Extremadura.

6. El refrán desmontado
 En casa del herrero, cuchillo de palo.



NEUROLOGÍA

Cada 5 minutos se diagnostica un caso de esclerosis múltiple en el mundo

AGENCIAS

La Sociedad Española de Neurología (SEN) ha recordado que cada cinco minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple en el mundo pero, además, en los últimos 10 años, el número de personas diagnosticadas ha aumentado en más de un 22 por ciento.

La SEN asegura que este aumento se ha producido casi exclusivamente en las formas en brotes y sobre todo a expensas de un incremento del número de casos en mujeres, pero también en población infantil. Además, también ha crecido considerablemente el número de pacientes menores de 18 años y aunque sigue siendo algo poco habitual, ya hay al menos 30.000 niños diagnosticados de esclerosis múltiple en todo el mundo.

Según la Sociedad, el incremento, en parte, puede estar justificado tanto por la mejora de las técnicas diagnósticas como por el de las opciones de tratamiento, pero también, por causas que aún se desconocen.



2 Junio, 2024

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

El diagnóstico se demora tres años en un 20% de pacientes

Cada año se registran en España 2.500 nuevos casos de esclerosis múltiple, una patología que afecta a unas 55.000 personas. El diagnóstico precoz es clave, pero la Sociedad Española de Neurología calcula que este se demora hasta tres años en un 20% de los pacientes.





4 Junio, 2024

El 70% de miastenia se da en menores de 40 años

→ La miastenia gravis es una enfermedad neuromuscular, autoinmune, que produce debilidad muscular de forma fluctuante y de localización variable en los músculos voluntarios del cuerpo y que, en el 70% de los casos, se da en mujeres menores de 40 años, aunque, a partir de los 50, el 60% de los casos se da en hombres, según la SEN ■



4 Junio, 2024

LAS QUEJAS DE LOS USUARIOS DEL ÁREA SANITARIA

Los pacientes piden más especialistas y un esfuerzo en prevención

▶ Las asociaciones de Pontevedra reclaman más poder de decisión para la elección de los tratamientos

▶ Nuevas herramientas de salud mental y menos listas de espera, entre las demandas más repetidas >7



¿Qué piden los pacientes de Pontevedra? Más prevención y un acceso más fácil a los especialistas

► Asociaciones como Alcer, Asseii y Apropark demandan un "abordaje multidisciplinar" de las patologías y más poder de decisión para elegir tratamiento ► Además, piden mejoras en las listas de espera y más herramientas para salud mental

MARÍA BOULLOSA

PONTEVEDRA. Más prevención para no tratar las enfermedades a toro pasado y un mayor abordaje multidisciplinar que permita tener acceso a distintos especialistas desde una misma consulta. Entre muchas otras reclamaciones, estas son algunas de las reivindicaciones principales que arrojan algunas asociaciones de pacientes de Pontevedra, cuyos portavoces coinciden en la necesidad de dar una vuelta de hoja al sistema sanitario.

Alcer: "Uno de cada dos pacientes en diálisis sufre estrés y ansiedad"

Nuria Cruz, presidenta de la asociación de enfermos renales Alcer Pontevedra, señala que el tratamiento de las patologías del riñón ha mejorado mucho con las nuevas máquinas de diálisis y la nueva generación de medicamentos que se receta cuando se realiza un trasplante. Sin embargo, también considera que "fallan muchas cosas" en la asistencia sanitaria y que, entre otras cosas, es imperioso facilitar un abordaje mucho más amplio de las dolencias. "Uno de cada dos pacientes que se somete a diálisis sufre estrés y ansiedad, pero generalmente las unidades de Nefrología no tienen la figura de un psicólogo y es muy complicado que te deriven. Del mismo modo sería conveniente tener acceso a un especialista en nutrición, porque la alimentación es clave en la enfermedad renal, pero en estos momentos tampoco lo tenemos. El abordaje multidisciplinar sería fundamental", subraya.

Al mismo tiempo, la portavoz apela a la importancia de reforzar las tareas de prevención, especialmente en el contexto actual, en el que considera que "la mala alimentación" y el "estrés" están propiciando la aparición de enfermedades que, en un porcentaje



Exterior del Hospital Montecelo. JOSÉ LUZ OUBIÑA

importante, son prevenibles: "A día de hoy seguimos con el sistema de salud de los años 70, que se basa en tratar la enfermedad cuando ya está presente y no hay marcha atrás. Lo que debería hacer es prevenir antes de que surjan. Los médicos deberían recetar más ejercicio físico y alimentación saludable, porque está demostrado que mejora la salud".

La portavoz demanda, además, que cuando uno se debe someter a un tratamiento se presenten todas las alternativas para que el paciente pueda hacer una "libre elección" de la estrategia terapéutica. "Cada paciente debe tener el derecho de elegir lo que le vaya mejor, porque la cuestión de adaptar el tratamiento a tu vida, no tu vida al tratamiento", concluye.

Asseii: "Hay varios servicios que están saturados por la falta de profesionales"

Ángela Paz, presidenta de la Asociación Socio Sanitaria Educativa Inflammatoria Intestinal

(Asseii), comparte que el "abordaje multidisciplinar" es uno de los requerimientos más urgentes entre los enfermos con patologías autoinmunes, entre los que se encuentran los pacientes con enfermedades inflamatorias intestinales. "En nuestro caso, en la enfermedad de Chron y la colitis es habitual que se desarrollen otras patologías, como la dermatitis, la artritis o la espondilitis, por eso es importante tener un acceso más rápido y sencillo a otros especialistas. Lo ideal es que hubiera un equipo multidisciplinar con profesionales de otras áreas, porque ofrecería soluciones con mayor agilidad. No es lo mismo que si te llevan por libre en Reuma o Digestivo", explica la portavoz.

Paz también reclama "más prevención" desde la edad pediátrica y más refuerzos para cuidar la salud mental, "porque con más psicólogos y psiquiatras se podrían tener más herramientas para autogestionar muchas situaciones". Además, demanda

una mejora en las listas de espera, "porque aunque sabemos que el Área Sanitaria de Pontevedra y O Salnés está haciendo un esfuerzo en este sentido, hay varios servicios que están saturados por la falta de profesionales médicos y de enfermería".

Apropark: "Es necesario un mayor control cuando se inicia un tratamiento nuevo"

Begoña Cerqueiro, presidenta de la asociación de enfermos de párkinson Apropark Pontevedra, indica que las nuevas tecnologías y los últimos tratamientos han supuesto un enorme avance, así como la puesta en marcha de la Consulta Monográfica de Párkinson y otros Trastornos del Movimiento del CHUP, la primera de toda España en ser acreditada por la Sociedad Española de Neurología (SEN).

No obstante, la portavoz considera que todavía hay margen de mejora y que, entre otras medidas, echa en falta "un mayor control de los especialistas cuando se inicia un tratamiento" y "una mayor coordinación con otros servicios, para que la atención sea más unificada y permita trabajar más en conjunto".

Además, aboga por lograr un mayor acceso a terapias, como las de fisioterapia o logopedia, "que en la actualidad solo se conceden a casos agudos", por unificar los criterios de atención a nivel de toda Galicia y por reforzar las plantillas médicas con más profesionales. "Cuando hay una emergencia, hay una respuesta automática, pero las consultas periódicas se están retrasando por la falta de especialistas", advierte.

Piden que se reactive el Consello Asesor de Pacientes

Otra de las reclamaciones que late en el seno de las asociaciones de enfermos es la reactivación del Consello Asesor de Pacientes del Área Sanitaria de Pontevedra y O Salnés, creado en 2018 y paralizado tras la irrupción de la pandemia. Una de sus integrantes, Ángela Paz, recuerda que el órgano es un punto de encuentro entre los gestores del sistema sanitario y las organizaciones de pacientes, y una de las mejores vías para hacer llegar a la gerencia las necesidades de los enfermos. "Es un espacio en el que podemos explicar algunas carencias que igual no conocen, y en el que podemos señalar dónde están fallando y en qué pueden mejorar, por eso es importante que se vuelva a activar", explica.

Por el momento, no hay fecha a la vista para retomar la actividad del consejo, si bien la portavoz espera que pueda volver a funcionar una vez la Consellería de Sanidade termine de remodelar su cuadro de mandos. De hecho, Paz participó la semana pasada en la reunión del Consello Galego Asesor de Pacientes con el nuevo titular de Sanidade y, según dice, las declaraciones de Antonio Gómez Caamaño "fueron muy positivas en cuanto a nuestras reclamaciones".



Nuria Cruz
 Presidenta de Alcer

«Hoy seguimos con el sistema de salud de los años 70, que trata la enfermedad cuando ya no hay vuelta atrás»



Ángela Paz
 Presidenta de Asseii

Con más psicólogos y psiquiatras se podrían tener más herramientas para autogestionar muchas situaciones»



Begoña Cerqueiro
 Presidenta de Apropark

Cuando hay una emergencia hay una respuesta automática, pero las consultas periódicas se están retrasando»

**5 Junio, 2024**

NEUROLOGÍA

Cada 5 minutos se diagnostica un caso de esclerosis múltiple en el mundo

AGENCIAS

La Sociedad Española de Neurología (SEN) ha recordado que cada cinco minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple en el mundo pero, además, en los últimos 10 años, el número de personas diagnosticadas ha aumentado en más de un 22 por ciento.

La SEN asegura que este aumento se ha producido casi exclusivamente en las formas en brotes y sobre todo a expensas de un incremento del número de casos en mujeres, pero también en población infantil. Además, también ha crecido considerablemente el número de pacientes menores de 18 años y aunque sigue siendo algo poco habitual, ya hay al menos 30.000 niños diagnosticados de esclerosis múltiple en todo el mundo.

Según la Sociedad, el incremento, en parte, puede estar justificado tanto por la mejora de las técnicas diagnósticas como por el de las opciones de tratamiento, pero también, por causas que aún se desconocen.



Cinthy Martínez recoge el premio de manos de Jesús Porta. s. ALONSO

Cinthy Martínez, de La Voz de la Salud, recoge su premio a la divulgación neurológica

REDACCIÓN / LA VOZ

La periodista de La Voz de la Salud Cinthy Martínez recogió ayer en el salón noble del colegio Fonseca de Santiago el premio periodístico de la Sociedad Española de Neurología (SEN) por su labor divulgativa sobre la patología neurológica, los avances de esta especialidad y su rol socio-sanitario durante

los años 2022 y 2023. Los neurólogos reconocen, en un galardón extraordinario, la calidad del trabajo ejercido por el portal de salud de La Voz de Galicia.

Además de Martínez, también fue reconocida la divulgación del programa *A golpe de bit*, de Radio Nacional de España, y Marina Vila, periodista de informativos de la televisión pública.



La SEN premia al doctor Francisco Javier López por su trabajo contra la epilepsia

SANTIAGO / LA VOZ

La Sociedad Española de Neurología (SEN) ha concedido el premio de la modalidad científica al doctor del CHUS Francisco Javier López González. Lo ha hecho como reconocimiento a su contribución al conocimiento y desarrollo científico en el ámbito de la epilepsia. La junta de la SEN ha valorado sus publicaciones en revistas de impacto, su labor como coordinador del grupo de Epilepsia, la puesta en marcha de proyectos y protocolos clínicos, y su labor asistencial y docente.



8 Junio, 2024

La SEN premia a Francisco López por su labor científica en epilepsia

RECONOCIMIENTO El neurólogo del Complejo Hospitalario Universitario de Santiago (CHUS) Francisco Javier López González acaba de ser galardonado por la Sociedad Española de Neurología dentro de la modalidad científica, en reconocimiento a su destacada contribución al conocimiento y desarrollo científico en el ámbito de la epilepsia.

Una trayectoria que, tal y como se recalca desde la propia SEN, está avalada por las numerosas publicaciones en revistas de impacto de los últimos años y por su implicación en las actividades de esta sociedad, incluyendo su labor como coordinador del grupo de Epi-



El neurólogo Francisco Javier López González

lepsia y de diferentes proyectos y protocolos clínicos, además de por su trabajo en el ámbito asistencial y de la docencia.

La SEN distingue cada año con sus premios a aquellas personas e instituciones que desde su punto de vista han contribuido de una manera significativa al avance científico o a la promoción social de las enfermedades neurológicas. Se trata de unos galardones que otorgan los integrantes de la junta directiva de la Sociedad Española de Neurología a propuesta de los diferentes Grupos de Estudio de la SEN y de los miembros que forman parte de esta entidad a nivel estatal. **ecg**



8 Junio, 2024

Vithas aborda con pacientes y expertos el futuro de la asistencia neurológica

Una de cada tres personas en el mundo padece algún tipo de trastorno neurológico

El Día

SANTA CRUZ DE TENERIFE

El impulso a la investigación, el acompañamiento personalizado y humano al paciente y sus familias para mejorar su calidad de vida, el abordaje multidisciplinar y el trabajo en equipo de todos los actores fueron los conceptos claves sobre los que el jueves se desarrolló la I Jornada del Instituto de Neurociencias Vithas (INV) en un encuentro que reunió, en Madrid, a más de cien neurólogos, neurocirujanos, neurofisiólogos, psiquiatras, psicólogos y fisioterapeutas, entre otros especialistas, junto a representantes de asociaciones de pacientes y familias, así como del sector farmacéutico.

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), en España las enfermedades neurológicas afectan a más de 7 millones de personas, y lideran los rankings de incidencia, mortalidad o discapacidad. A nivel mundial, una de cada tres personas padece algún tipo de trastorno neurológico.

La inauguración de la jornada corrió a cargo del Dr. Jesús Porta, presidente de la Sociedad Española de Neurología. En su conferencia magistral, titulada *El futuro de la salud del cerebro*, destacó la elevada prevalencia de las patologías neurológicas ya que, como trasladaba un estudio científico publicado en *The Lancet Neurology*, «el 47% de la población mundial tiene una enfermedad neurológica». La mayor esperanza de vida de las personas es el factor principal que incide en el aumento del número de casos, subrayó el doctor Porta, una situación que, para revertirse, requiere «prevención, educación e investigación», ya que «en España, si no somos capaces de prevenir el ictus, esta patología aumentará un 35% en los próximos 5 años», mientras que «se podrían prevenir el 90% de los casos de ictus y el 35% de los casos de Alzheimer».

Posteriormente, Pedro Rico, director general de Vithas, citando a Santiago Ramón y Cajal, advirtió contra la vanidad, «porque no hay nada más contrario al avance del conocimiento que la vanidad y pensar que lo sabemos todo. Es la humildad de reconocer nuestra ignorancia la que nos empuja a estudiar más, a investigar más».